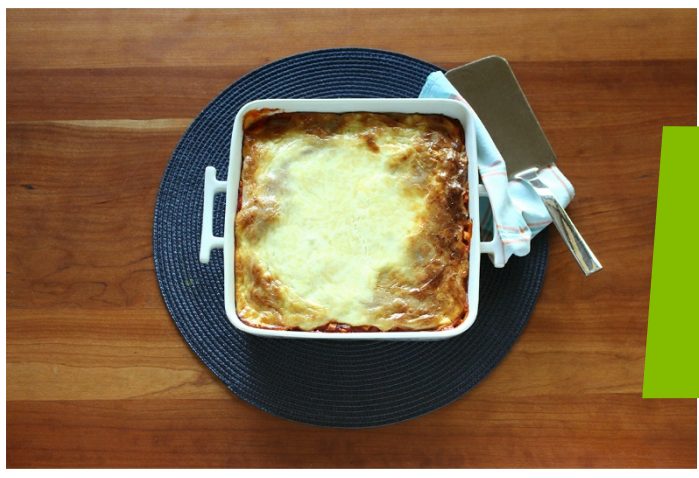


Lasagne mit roten Linsen



Lasagneplatten einfach selbst gemacht! 250 g Vollkornmehl, ½ TL Salz, 125 ml Wasser und 2 EL Olivenöl zu einem Teig kneten, ruhen lassen und passgenau ausrollen. Die Tomatensoße dann mit nur 250 ml Wasser zubereiten.

Zutaten | 2 Kinder + 2 Erwachsene

- 400 g Tomaten, stückig
- 50 g Tomatenmark
- 2 EL Olivenöl
- 400 ml Wasser
- 1 TL Salz
- 1 TL Oregano
- 300 g Gemüse
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauch Zehe
- 100 g rote Linsen
- 80 g Hartkäse, gerieben
- 200 g Schmand
- 250 g Vollkorn-Lasagneplatten

Auf einen Blick

- Warme Mahlzeit**
- Zeit: 20 Minuten**
Mit Kind: 30 Minuten
Backzeit: 1 Stunde
- Allergene: Milch, Gluten**

So geht's

1. Tomaten, Tomatenmark, Olivenöl, Wasser, Salz und Oregano in einer Schüssel gut verrühren.
2. Gemüse waschen und putzen, Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen. Alles fein würfeln und in eine Schüssel geben.
3. Rote Linsen und 40 g Hartkäse jeweils in einer Schüssel bereitstellen. Den restlichen Käse in einer weiteren Schüssel mit dem Schmand verrühren.
4. Backofen auf 170° C Umluft vorheizen
5. 3 EL Tomatensoße auf dem Boden einer Auflaufform verteilen und mit Lasagneplatten bedecken.
6. Je ein Drittel der Soße, des Gemüses, der Linsen und des Käses nacheinander auf den Lasagneplatten verteilen, wieder mit Lasagneplatten abdecken. Dieser Schritt wird zweimal wiederholt.
7. Schmand-Käsemischung auf die letzte Schicht Lasagneplatten verteilen.
8. Die Lasagne 1 Stunde backen.