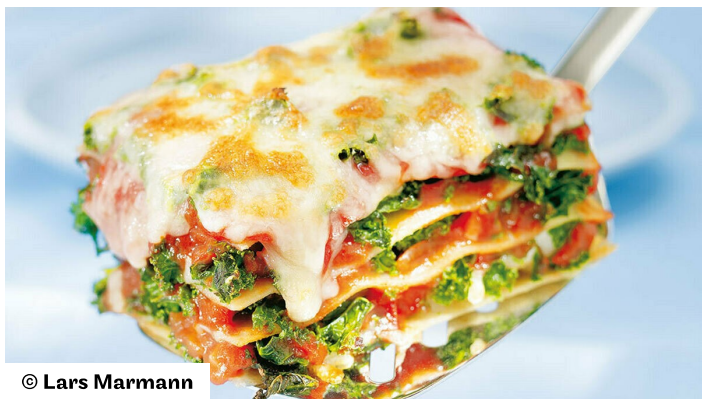


Rezept

## Grünkohl-Lasagne mit Tomatensoße



© Lars Marmann

### Info



70 Min.

Gesamtzeit

40 Min.

Zubereitungszeit

30 Min.

Kochzeit



leicht



### Zutaten

für

-

4

+

Portionen

250 g **Lasagneplatten** Vollkorn

1,2 kg **Grünkohl** frisch

3 **Zwiebeln** gewürfelt

2 **Knoblauchzehen** gewürfelt

3 EI **Olivenöl**

**Kräutersalz**

**Pfeffer**

450 ml **Tomaten** passiert

1 TL **Sojasoße**

1 EI **Rohrohrzucker**

0,5 TL **Oregano**

4 Blättchen **Basilikum** gehackt

100 g **Emmentaler** gerieben

### Zubereitung

#### Füllung

1. Vom Grünkohl Stiele und dicke Rippen abschneiden, Blätter halbieren, quer in schmale Streifen schneiden, waschen, abtropfen lassen.
2. 2 Zwiebeln und 1 Knoblauchzehe in 2 EL Öl glasig dünsten.
3. Tropfnassen Grünkohl zugeben, zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 12 Minuten dünsten. Eventuell etwas Wasser angießen, salzen und pfeffern.

#### Soße

1. Zwiebel und Knoblauch in Öl glasig dünsten, Tomaten, Sojasoße und Zucker zugeben, etwa 15 Minuten köcheln lassen, mit Kräutersalz, Oregano und Basilikum abschmecken.
2. Lasagneplatten mit Grünkohl Gemüse und Tomatensoße abwechselnd in eine gefettete Auflaufform schichten, Käse obenauf streuen.

**3.** Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Heißluft 180 °C) etwa 25 bis 30 Minuten überbacken.