

Rezept

Grünkohl-Lasagne mit Tomatensoße



© Lars Marmann

Info

🕒 70 Min. Gesamtzeit | ⌚ 40 Min. Zubereitungszeit | ⌚ 30 Min. Kochzeit | 🍳 leicht | 🔌

Zutaten für Portionen

250 g Lasagneplatten Vollkorn	450 ml Tomaten passiert
1,2 kg Grünkohl frisch	1 TL Sojasoße
3 Zwiebeln gewürfelt	1 EI Rohrohrzucker
2 Knoblauchzehen gewürfelt	0,5 TL Oregano
3 EI Olivenöl	4 Blättchen Basilikum gehackt
Kräutersalz	100 g Emmentaler gerieben
Pfeffer	

Zubereitung

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.
4. Zwiebel und Knoblauch in Öl glasig dünsten, Tomaten, Sojasoße und Zucker zugeben, etwa 15 Minuten köcheln lassen, mit Kräutersalz, Oregano und Basilikum abschmecken.
5. Lasagneplatten mit Grünkohlgemüse und Tomatensoße abwechselnd in eine gefettete Auflaufform schichten, Käse obenauf streuen.
6. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Heißluft 180 °C) etwa 25 bis 30 Minuten überbacken.