

Lasagne mal Fleischlos aber nicht Reizlos

Zutaten Für 4 Personen

150g Staudensellerie
200g Karotten
150g Zwiebeln
660ml Passata (oder
1,2kg Tomaten
gekocht, püriert und
passiert)
4 TL Zucker
5 TL Oregano
getrocknet
550 ml Wasser
1 EL Gemüsebrühe
Pulver (oder 300ml
Gemüsebrühe)
2 TL Salz
Pfeffer (wer mag Chili)
100g-150g
Lasagneblätter
30g Butter
30g Mehl
400ml Sojadrink
100g Soja-
geschnetzeltes

Besonderes Zubehör

Auflaufform

Schwierigkeitsgrad

Gelingt leicht

Zubereitungszeit

20 Min
+10 Min Quellzeit
+60 Min Kochzeit
+40 Min Backzeit



Zubereitung

300ml Wasser mit 1EL Gemüsebrühpulver zum kochen bringen das Soja-geschnetzeltes hinzufügen und kurz aufkochen lassen. Dann vom Herd nehmen und 10 Minuten quellen lassen. In der Zwischenzeit das Gemüse in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln anschwitzen und dann mit dem ausgedrücktem Geschnetzelten anbraten. Das restliche Gemüse zugeben und mit Passata und 550ml Wasser auffüllen. Jetzt die Zutaten Zucker, Oregano, Salz und Pfeffer beifügen und mindestens 60min köcheln lassen. Zwischendurch umrühren und solange köcheln lassen das es nicht mehr so wässrig ist, damit die Lasagne nicht wegschwimmt. Die Béchamelsoße wie folgt machen, Butter im Topf schmelzen das Mehl hinzufügen und an schwitzen aber keine Farbe annehmen lassen. Mit 400ml Sojadrink aufgießen und mit einem Schneebesen umrühren damit keine Klumpen entstehen ca. 10 min köcheln lassen. Jetzt geht es an die Lasagne, die Kokotte mit Öl und einem Küchenpapier einfetten. Dann etwas Béchamelsoße rein, eine Schicht Lasagneblätter dann die Sojahacksoße ca.0,5- 1cm dick. Jetzt geht es wieder von vorne los mit der Béchamelsoße und dann immer so weiter. Zum Schluss soll die Béchamelsoße die Lasagne abschließen. Wer mag kann auch Käse in den einzelnen Schichten geben oder nur oben drüber. Die geschichtete Lasagne in den vorgeheizten Backofen bei 160°C Umluft ca. 40 Minuten backen.