



ca. 70 g Butter
1 EL Mehl
500 ml Milch
60 g Parmesan, gerieben
Kräutersalz
Pfeffer
ca. 500 g Mangold
2 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Glas Tomaten
2 TL Oregano
1 Pk. Lasagne-Blätter
250 g Ricotta

Rezept für KW 18-20

Pak Choi Lasagne

Für die Sauce 50 g Butter in einem kleinem Topf zerlassen und Mehl einrühren. Nach und nach mit Milch ablöschen und ca. 15 Min. auf mittlerer Hitze köcheln lassen. 30 g Parmesan einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In der Zwischenzeit Pak Choi putzen und waschen. Stiele fein hacken, Blätter in Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und kurz andünsten. Den Pak Choi tropfnass dazugeben und 4-5 Min. dünsten. Tomaten abgießen, hacken und zum Pak Choi geben. Alles mit Ricotta vermengen und mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken. Eine Auflaufform leicht fetten und etwas Sauce auf dem Boden verteilen. Mit Lasagne Platten auslegen. Mit einem Teil der Gemüsemischung belegen. Vorgang wiederholen, bis alles verbraucht ist. Die letzte Nudelschicht nochmals mit Sauce bestreichen, mit restlichem Parmesan und Butterflöckchen bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 45 Min. backen.

Lässt sich gut vorbereiten.
Zubereitungszeit ca. 1 Std. 20 min.