



Lasagne Vegetarisch Bolognese Art

Am Tag bevor man die Lasagne machen will muss man den verpackten Tofu einfrieren. Da er so etwas von seinem typischen Tofugeschmackt verliert und die Konsistenz besser an Hack erinnert! Am nächsten Tag wird der Tofu einfach zum auftauen zur Seite gelegt.

Als erstes den Tofu auspacken und kräftig, in kleinen Portionen zusammen drücken und somit das Wasser ausdrücken. Dann mit den Händen klein bröseln und in ein Sieb geben.

Dann wird der Tofu in einem Topf mit etwas Olivenöl so lange braten bis es etwas Farbe bekommt. Dies dauert aber einige Zeit. Wichtig ist das man immer wieder umrührt.

In dieser zeit kann man die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und den Knoblauch ganz fein schneiden.

Wenn der Tofu etwas Farbe hat die Zwiebeln und den Knoblauch dazu geben und kurz mitbraten. Dann mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Jetzt mit: Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß, Thymian, Oregano und Rosmarin abschmecken. Wer hat kann noch einen TL Gute Laune Gewürz-Blüten- Zubereitung mit rein geben, schmeckt dann noch besser. Dann die Tomatensoße dazu geben und alles kurz köcheln lassen. Und zum Schluss abschmecken.

nun machen wir die Béchamelsoße: die Margarine in einen Topf schmelzen lassen, dann mit einem Schneebesen das Mehl einrühren, so lange bis aus allem eine Masse entstanden ist und es etwas schäumt. Dann die Milch langsam dazu geben und weiter rühren, damit keine Klümpchen entstehen. Jetzt nur noch den Parmesan mit in die Soße geben. So lange Kochen lassen bis der Käse aufgeweicht ist, dabei immer mal rühren! Am Schluss einen TL Bio-Gemüsebrühe geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Boden einer Auflaufform mit etwas heller Soße bedecken. Darauf dann drei Lasagneblätter, dann etwas Tofusoße und darauf dann etwas von der Béchamelsoße, Dann wieder Nudeln, Tofusoße, Soße. Solange bis alles weg ist. Enden sollte man mit der Béchamelsoße. Dann den Mozzarella darauf verteilen und für ca. 30 Min. bei 200 Grad in den Ofen. (Hier müsst ihr euch an die Packungsbeilage der Lasagneblätter richten, mache brauchen auch länger)

Zutaten für 2 Portion:

- 200 gr. Tofu
- 1 Zwiebel
- 0,5 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- 400 gr. Tomaten stückig
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Paprika edelsüß
- Thymian
- Oregano
- Rosmarin
- Gute Laune Gewürz-Blüten-
Zubereitung
- 1 Schuss Weißwein
- 30 gr. Mehl
- 30 gr. Margarine
- 0,5 Liter Milch
- 1 EL Parmesan
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Bio-Gemüsebrühe
- 1 Mozzarella
- 9 Lasagneblätter

Rezept von: momo1981

Zubereitungszeit: nicht angegeben
Schwierigkeitsgrad: leicht
kJ/kcal p.P.: keine Angabe