

# Lasagne

- Glutenfrei: div. Hersteller (z. B. Schär, Pasta Avanti ...).  
Laktosefrei: Butter durch Becel ersetzen  
Milch und Rahm durch laktosefreie Milch/Rahm ersetzen  
Reibkäse durch Parmesan ersetzen  
Vegetarisch: Sauce Bolognese durch Napolisaucce mit viel Gemüse ersetzen

## Lasagne al forno

300 g Lasagne  
(pro Person ca. 3 Blatt)      5 Min. vorkochen  
Auf Küchentuch auslegen

## Sauce bolognese

1-2 EL Öl oder Fett      erhitzen  
300 g gehacktes Rindfleisch      auf grosser Stufe braten  
1 Rüebli  
wenig Sellerie  
1-2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen      Gemüse fein schneiden (oder raffeln)  
Kräuter, z. B. Petersilie, Basilikum, Majoran, Oregano      schneiden,  
Gemüse + Kräuter zugeben  
Sofort auf kleine Stufe zurückschalten,  
unter ständigem Rühren dünsten  
4 Tomaten (oder Pelati)      klein schneiden  
3 EL Tomatenpüree      zugeben, mischen  
4-5 dl Wasser oder Bouillon      ablöschen  
evtl. Salz / Streuwürze  
wenig Pfeffer, Paprika  
1 Lorbeerblatt      würzen  
Kochzeit 1-1 1/2 Std.  
Bolognese relativ stark einkochen!

## Käsesauce

30 g Butter      schmelzen  
2 EL Maizena      beifügen  
Sofort auf kleine Stufe zurückschalten,  
unter ständigem Rühren dünsten  
4 dl Milch      aufkochen  
Auf kleiner Stufe kochen  
evtl. Salz / Streuwürze  
wenig Muskat      würzen  
3 EL Reibkäse  
evtl. 3 EL Rahm      unter die fertige Béchamelsauce  
Kochzeit 10-20 Min.

## Lasagne

Lasagneblätter, Bolognese und Käsesauce Schichtweise in Gratinform geben  
etwas Reibkäse  
etwas Butterflöckli      darüber verteilen  
Backen: Ofenmitte, 220 °C  
20-30 Min.

En Guete