

Gemüselasagne (Spinat/Möhre/Pilze/Tomate)

Hauptgericht 10

Zutaten	Detail	Rezeptmenge (KG / L / ST)
Champignons		0,300
Frischkäse		0,100
Gemüsebrühe Bio		0,850
Gouda		0,200
Jodsalz		0,001
Knoblauch		0,001
Lasagneblätter		0,430
Margarin, Deli reform		0,020
Milch 1,5% F		0,100
Möhren, Bio		0,150
Oregano		0,001
Petersilie		0,001
Pfeffer, gemahlen		0,001
Rapsöl		0,030
Sahne		0,050
Schnittlauch, TK		0,001
Spinat, gehackt, TK		0,500
Tomaten passiert		0,700
Weizenmehl Type 405		0,040
Zwiebeln		0,100

Einstufung

Normal
 Muslimisch
 Laktosefrei
 Muslimisch-Lfr
 Vegetarisch

Allergene

Gluten
 Weizen
 Dinkel
 Einkorn
 Emmer
 Khorasan (Kamut)
 Roggen
 Gerste
 Hafer
 Milch
 Laktose
 Milcheiweiß

Schalenfrüchte
 Mandeln
 Paranüsse
 Haselnüsse
 Walnüsse
 Cashewnüsse
 Pecannüsse
 Pistazien
 Macadamia- /
 Queenslandnüsse

Krebstiere
 Eier
 Fisch
 Erdnüsse
 Soja
 Sellerie
 Senf
 Sesam
 Schwefel
 Süßlupinen
 Weichtiere
 weitere Zusatzstoffe

1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10, 20

Blattspinat in der Milch mit Salz garen.

Die Pilze abgießen und chargenweise in der Küchenmaschine mit dem Schlagmesser kleinhacken.

Zwiebeln, Möhren waschen, putzen, waschen, Zwiebeln kleinschneiden. Möhren grob raspeln. Zwiebeln und Knoblauch in Öl andünsten, Möhren und Pilze zugeben. Mit etwas Gemüsebrühe bissfest garen. Blattspinat untermischen, ebenso den Frischkäse. Alles kräftig mit Kräutern und Gewürzen abschmecken.

Mit Margarine, Mehl, passierten Tomaten und Sahne eine Mehlschwitze herstellen.

Den Gouda fein reiben.

Zuerst Tomatensoße, dann Spinatmasse in eine Auflaufform geben, darauf Lasagneblätter. Immer im Wechsel.

Die letzte Schicht muss Soße sein. Darauf den Reibekäse verteilen und im Backofen bei 180°C Umluft ca. 30

Minuten garen lassen. 10 Minuten im ausgeschalteten Backofen ruhen lassen, dann portionieren und servieren.

Die Margarine enthält Emulgatoren (Lecithine, Mono- u. Diglyceride von Speisefettsäuren), Aroma, Säuerungsmittel (Citronensäure, Calciumcitrat), Vit. D, Farbstoff Carotin.

Einstufung

Normal
Muslimisch
Laktosefrei
Muslimisch-Lfr
Vegetarisch

Allergene

Gluten
Weizen
Dinkel
Einkorn
Emmer
Khorasan (Kamut)
Roggen
Gerste
Hafer
Milch
Laktose
Milchweiß

Schalenfrüchte
Mandeln
Paranüsse
Haselnüsse
Walnüsse
Cashewnüsse
Pecannüsse
Pistazien
Macadamia- /
Queenslandnüsse

Krebstiere
Eier
Fisch
Erdnüsse
Soja
Sellerie
Senf
Sesam
Schwefel
Süßlupinen
Weichtiere
weitere Zusatzstoffe

1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10, 20