

Lecker



ZUBEREITUNG

In einem kleinen Topf 1 EL vegane Butter schmelzen und Mehl mit einem Schneebesen einrühren, sodass sich eine Paste bildet. Diese mit der Milchalternative aufgießen und gut verrühren. Es sollten sich keine Klümpchen bilden. Mit Apfelessig, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und einkochen, bis die Sauce cremig andickt. Dabei ununterbrochen umrühren, damit die Béchamelsauce nicht ansetzt.

Linse durch einen Seiher gut abgießen, mit den Pizzatomen in einem zweiten Topf erhitzen und etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer kleinen Pfanne 1 EL vegane Butter schmelzen und darin die Brösel auf mittlerer Temperatur goldbraun anrösten. Zum Ende eine Knoblauchzehe in die Brösel pressen, kurz rösten und nun die Pfanne vom Herd nehmen.

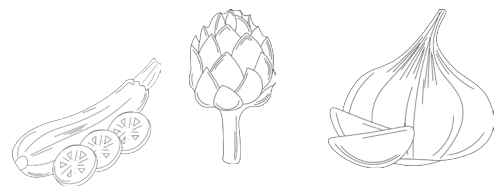
Zwischenzeitlich in einem mittelgroßen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen, salzen und darin die Lasagneplatten etwa 8 Minuten al dente kochen. Nach dem Kochen die Platten durch einen Seiher abgießen.

Zum Servieren jeweils ein Lasagneblatt auf einen Teller platzieren, eine Saucenkelle Linsen-Tomaten-Sauce und eine Kelle Béchamelsauce darauf geben und dieses zweimal wiederholen. Mit den Knoblauchbröseln bestreuen und genießen.

ZUTATEN

für 2 Portionen

- 8 Lasagneblätter
- 3 EL Tomatenmark
- 1 Dose braune Linse (400 g)
- 1 TL italienische Kräuter, getrocknet
- 300 ml Milchalternative
- 2 EL vegane Butter
- 2 EL Mehl
- 1 TL Apfelessig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Muskatnuss, gerieben
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g Panko- oder Semmelbrösel



UTENSILIEN

Mittelgroßer Topf, Seiher, 2 kleine Töpfe, Schneebesen, kleine Pfanne, Knoblauchpresse, Saucenkelle