

**Kochen**

**Caroline Autenrieth**

**Dienstag, den 08.03.2022**

**Spinatlasagne mit Zitronen-Béchamelsoße**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für den Spinat**

800 g Spinat, frisch oder 400 g TK-Spinat  
8 Blätter Bärlauch  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Muskat

**Für die Béchamelsoße**

3 Stangen Frühlingslauch  
3 EL Butter  
3 EL Mehl  
550 ml Milch oder Sahne, ca.  
80 g Parmesan, gerieben  
etwas Salz  
etwas Zucker  
etwas Kurkuma  
1 Biozitrone, Saft und 1 TL Schale davon

**Außerdem**

12 Lasagneplatten, ohne Vorkochen oder frischer Nudelteig, aus dem Kühlregal  
1 EL Öl für die Form  
1 Kugel Mozzarella, ca. 125 g



**Zubereitung**

1. **Den Spinat** und Bärlauch verlesen, abbrausen und trockenschütteln. (TK- Spinat auftauen lassen). Bärlauch fein schneiden.
2. Spinat in kochendem Wasser ca. 30 Sekunden blanchieren. herausnehmen, kalt abbrausen, abtropfen lassen. Kurz abkühlen lassen, ausdrücken und grob hacken (TK-Spinat).
3. **Inzwischen für die Béchamelsoße** Frühlingslauch putzen und fein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Frühlingslauch darin andünsten.
4. Mehl darüberstäuben und kurz andünsten. Milch nach und nach unterrühren, aufkochen lassen und etwa 5 Minuten köcheln lassen.
5. Spinat, Bärlauch und die Hälfte Parmesan unter die Soße rühren und schmelzen lassen. Mit Salz, Zucker, Kurkuma, Zitronensaft und -schale abschmecken.
6. Backofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform (oder vier kleine Formen) einfetten.
7. Mozzarella in kleine Würfel schneiden.
8. Nun abwechselnd Lasagneblätter (bei frischem Nudelteig die Blätter in Form schneiden), Spinat-Béchamelsoße und Mozzarella in die vorbereitete Form schichten. Mit Lasagneblättern, Béchamelsoße und etwas Mozzarella abschließen.
9. Übrigen Parmesan auf der Béchamelsoße verteilen.
10. Lasagne im Ofen, auf der mittleren Schiene ca. 30-40 Minuten goldbraun backen.
11. Lasagne herausnehmen, kurz ruhen lassen und sofort servieren. Dazu passt Salat.