



KW 30/2016

## Wirsing-Lasagne

### Zutaten für 4 Personen :

Ca. 700 g Wirsing, 2 große Zwiebeln, 350 ml Gemüsebrühe, 1 TL getrockneter Thymian, ½ TL Fenchelsaat, 5 kleine Tomaten, 1 Knoblauchzehe, 4 EL Olivenöl, 400 g Tomaten im Glas, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, 100 ml Milch, 1 ½ EL Mehl, 150 g geriebener Emmentaler, Muskatnuss, 12 Vollkorn-Lasagneblätter

### Zubereitung:

Wirsing waschen, putzen, längs halbieren und in feine Streifen schneiden. Zwiebeln schälen. 1 Zwiebel halbieren und in Streifen schneiden

In einem Topf 100 ml Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Thymian, Fenchel, Wirsing- und Zwiebelstreifen darin aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 15 Minuten dünsten.

Inzwischen Tomaten waschen, die Stielansätze keilförmig herausschneiden und die Tomaten in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Restliche Zwiebel halbieren und klein würfeln.

In einem 2. Topf 2 EL Olivenöl erhitzen. Knoblauch und Zwiebelwürfel dazugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze 5 Minuten dünsten. Glattomaten zufügen, einmal aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Etwas abkühlen lassen.

Restliches Olivenöl und restliche Gemüsebrühe in einem weiteren Topf aufkochen.

Milch und Mehl in einer Schüssel mit einem Schneebesen glattrühren. Unter Rühren langsam in die Brühe-Öl-Mischung geben und erneut aufkochen lassen.

5 EL geriebenen Käse unter die Flüssigkeit rühren und bei kleiner Hitze schmelzen lassen. Die Käsesauce salzen, pfeffern und etwas Muskat dazureiben.

Die Hälfte der Tomatensauce in eine rechteckige Auflaufform (ca. 20x28 cm) geben. 1 Lage Lasagneblätter darauflegen, dann 1/3 der Käsesauce und danach die Hälfte vom Wirsinggemüse darauf verteilen.

Darüber wieder 1 Schicht Lasagneblätter und die restliche Tomatensauce geben. 1 weitere Schicht Lasagneblätter darauflegen und nacheinander 1/3 Käsesauce und restliches Wirsinggemüse darauf verteilen.

Mit einer letzten Schicht Lasagneblätter belegen, restliche Käsesauce daraufstreichen und Tomatenscheiben darüber verteilen. Restlichen geriebenen Käse darüberstreuen und pfeffern. Die Wirsing-Lasagne im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 180 °C, Gas: Stufe 3) etwa 45 Minuten backen.

## Wirsing-Paprika-Gemüse

### Zutaten für 4 Puddingförmchen à ca. 250 ml :

4 Wirsing (ca. 200 g), 4 kleine Zwiebel (ca. 30 g), 2 rote Paprikaschote (ca. 100 g), 400 ml klassische Gemüsebrühe, 12 Zweige Zitronenthymian, Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Wirsing waschen, putzen und in schmale Streifen schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und ebenfalls in schmale Streifen schneiden. Paprikahälfte waschen, entkernen und in Streifen schneiden. Zwiebelstreifen mit der Brühe in einem kleinen Topf aufkochen und zugedeckt 5-6 Minuten garen. Inzwischen den Thymian waschen, trockenschütteln und von 2 Zweigen die Blättchen abstreifen. Mit Wirsing und Paprika in die Brühe geben und zugedeckt bei kleiner Hitze weitere 8-10 Minuten garen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen, auf einem Teller anrichten und mit restlichem Zitronenthymian garnieren.

**Wir wünschen Guten Appetit!**

**Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich u. Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: [bestellung@gaertnerhof-callenberg.de](mailto:bestellung@gaertnerhof-callenberg.de)

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

[www.gaertnerhof-callenberg.de](http://www.gaertnerhof-callenberg.de)

Bankverbindung: GLS Bochum Konto: 6007291100 BLZ: 43060967