

## Karfiol-Brokkoli-Lasagne

<b>Thema:</b>	die etwas andere Lasagne
<b>Saison:</b>	immer wenn frische Zutaten (Brokkoli und Karfiol) verfügbar sind
<b>Besonderheit:</b>	wenn man den Speck weglässt auch eine vegetarische Lasagne
<b>Zu Beachten:</b>	kann auch in kleine Förmchen (als Einzelportionen) geschichtet werden

### Zutaten / Einkaufsliste (für ca. 4 Personen)

450 g	Karfiol
300 g	Brokkoli
2 Becher	Sauerrahm (je 180g)
220 g	Speck / würziger Schinken
300 g	Cocktail-Tomaten
300 g	geriebener Käse in unserem Fall Mozzarella und Emmentaler
175 g	Philadelphia Kräuter
n.B.	Lasagneblätter (grün)
n.B.	Schnittlauch (frisch)
n.B.	Petersilie (frisch)
n.B.	Knoblauchpulver
n.B.	Salz und Pfeffer
n.B.	Gemüsebrühe



### Zubereitung

Den Karfiol und Brokkoli in Röschen schneiden und in Gemüsesuppe blanchieren. Den Speck/Schinken in kleine Würfel schneiden und die Cocktailtomaten je nach Größe halbieren oder vierteln. Sauerrahm mit Philadelphia verrühren und mit Knoblauchpulver, Petersilie, Schnittlauch sowie Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Entweder schichtet man die Lasagne in eine große Auflaufform, oder man kann diese auch gut in kleineren Förmchen (Einzelportionen) vorbereiten.

Man beginnt mit einer dünnen Schicht der Sauerrahm/Philadelphia Creme und legt darauf eine Lage der Lasagneblätter. Danach nochmals mit der Creme bestreichen. Mit Brokkoli, Karfiol und Tomaten belegen, danach die Speckwürfel darüber geben und etwas salzen und mit Käse bestreuen und fest drücken (damit eine ebene Fläche entsteht).

Eine zweite Lage der Lasagneblätter darauf verteilen und nochmals wie vorher schichten.

Mit Lasagneblätter abschließen mit der restlichen Creme bestreichen und mit dem Käse bestreuen.

Bei 180°C Heißluft (vorgeheiztes Backrohr) zugedeckt ca. 40 Minuten backen. Danach die Alufolie entfernen und nochmals ca. 20 Minuten im Rohr lassen, bis der Käse eine schöne goldbraune Farbe angenommen hat.

Mit einem frischen gemischten Salat servieren und genießen.



## Gutes Gelingen und Guten Appetit