



## Low Carb: Auberginen-Hack-Lasagne

mit Ricotta und Basilikum



ca. 40min



2 personen

Wer bei Lasagne automatisch an Nudelblätter denkt, der hat unsere heutige Variante noch nicht kennengelernt: Wir betten die herzhafteste Füllung aus Schweinehack, Tomaten und Sellerie nicht zwischen die üblichen Pastablätter, sondern verwenden stattdessen Auberginenscheiben. Das spart Kohlenhydrate - vor allem aber schmeckt es hervorragend. Cremiger Ricotta und frisches Basilikum bilden den krönenden Abschluss. Einfach köstlich!

## Wat je van ons krijgt

- 1 stengel bleekselderij <sup>9</sup>
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 250g varkensgehakt
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 1 grote aubergine
- 250g ricotta <sup>7</sup>
- 10g verse basilicum

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- 5ml olijfolie

## Kookgerei

- oven met ovenschaal
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan met deksel
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## Allergenen

melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 610kcal, vet 38.9g, koolhydraten 29.4g, eiwit 37.3g



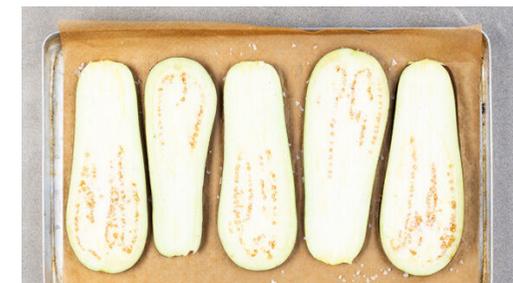
### 1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 190°C Umluft (210°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



### 2. Sauce kochen

Das **Hackfleisch**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1TL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. anbraten. Mit den **gehackten Tomaten** und 100ml Wasser ablöschen, dann den **Sellerie**, die **Gewürzmischung**, die **½ des Brühwürzes** und 1 Prise Salz unterrühren und die **Sauce** abgedeckt ca. 10Min. köcheln lassen.



### 3. Auberginen vorbacken

Inzwischen die **Aubergine** der Länge nach in 0,5-1cm dünne Scheiben schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit 1 Prise Salz würzen und ca. 10Min. im Ofen vorbacken.



### 4. Lasagne backen

Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Boden einer Auflaufform dünn mit **Sauce** bedecken und mit einer Schicht **Auberginen** belegen. So weiterschichten, bis die **Sauce** und die **Auberginen** aufgebraucht sind. Mit einer Schicht **Sauce** abschließen. Die **Lasagne** im Ofen ca. 15Min. backen.



### 5. Ricotta mitbacken

Nach 15Min. den **Ricotta** mit einem großen Löffel auf der **Lasagne** verteilen und die **Lasagne** weitere 5-10Min. backen.



### 6. Basilikum schneiden

Die **Basilikumblätter** abzupfen und fein schneiden. Die **Lasagne** mit dem **gehackten Basilikum** garnieren und servieren.