



*Heinz E. & Renate Zethmeyer*

*Kochen macht Spaß -*

*Kochen mit **HERZ***

## Lasagne

### Der Supernudelauf aus Italien

Einfach und lecker ist die aus Bologna stammende Lasagne alla bolognese, die auch als Lasagne al forno bekannt ist. Urlaubserinnerungen aus Italien die man schmecken kann!

Wir holen sie heute aus dem Backofen:

Es gibt Lasagne mit tomatiger Hackfleischsauce, Gorgonzola und Champignons.

Das ideale Gästeessen, denn man sollte sich schon in einer größeren Runde dafür um den Tisch versammeln.



#### ZUTATEN (8 PERSONEN)

##### **Nudelteig:**

400 g Mehl  
½ TL Salz  
4 Eier  
1 EL Olivenöl  
1 Schuss warmes  
Wasser (eventuell)

##### **Hackfleischsauce:**

1 Zwiebel  
500 g gemischtes  
Hackfleisch  
2-3 Knoblauchzehen  
250 g Champignons  
Salz Pfeffer  
1 kleine Dose Pelati  
(geschälte Tomaten)  
1 TL getrockneter  
Oregano  
1 Glas Rotwein  
1 Bund Basilikum

#### ZUBEREITUNG

Die Lasagneblätter kann man natürlich fertig kaufen.

Wenn Sie diese einmal selbst gemacht haben, dann tun Sie das immer! Sie schmecken um so viel besser und haben einfach eine schönere Konsistenz. Und wenn sie ungekocht zwischen den Soßenschichten gebettet garen, nehmen sie den Geschmack aller Zutaten besser in sich auf.

Als Erstes den Nudelteig herstellen. Er muss nämlich eine halbe Stunde ruhen, bevor man ihn weiterverarbeitet. <sup>1</sup>

Unterdessen wird die Hackfleischsauce angesetzt: Zunächst die fein gewürfelte Zwiebel in einer tiefen Pfanne in heißem Öl andünsten. Bevor sie Farbe annimmt, das Hackfleisch hinzufügen und unter Rühren braten, bis es ganz krümelig geworden ist. Erst jetzt den fein gewürfelten Knoblauch hinzufügen. Die geputzten und in Scheibchen geschnittenen Pilze mitbraten, dabei alles salzen und pfeffern.

Die Tomaten mit ihrem Saft in den Topf füllen, den zwischen den Fingern zerriebenen Oregano dazugeben. Leise köcheln lassen, immer wieder umrühren und, falls zu viel Flüssigkeit verkocht, einen Schuss Rotwein nachgießen.

Die Basilikumblätter abzupfen, die Stiele mit einem Faden zusammenbinden und mitkochen – sie geben der Soße eine Geschmacksbasis und werden zum Schluss wieder herausgefischt und weggeworfen. Stattdessen werden die zerzupften oder grob geschnittenen Basilikumblätter hinzugefügt und in der Soße gelassen.



## Heinz E. & Renate Zethmeyer

### Bechamelsoße:

2 EL Butter  
1 Stück Speck (wenn vorhanden, am besten die Schwarte vom gekochten Schinken)  
1 kleine Zwiebel  
1 EL Mehl  
 $\frac{3}{4}$  l Milch  
Salz Pfeffer  
Petersilienstängel Macis (Muskatblüte, ersatzweise Muskat)  
2 Lorbeerblätter  
Zitronenschale

### Außerdem:

200 g Gorgonzola  
100 g frisch geriebener Parmesan  
Butterflöckchen

Für die Bechamelsauce die Butter schmelzen, die Speckschwarte einlegen, die fein gewürfelte Zwiebel mitdünsten. Erst wenn sie richtig blond aussieht, das Mehl hineinrühren und gründlich durchschwitzen. Mit Milch ablöschen, Petersilienstängel, Lorbeerblätter, Macis (Muskat) und das Stück Zitronenschale dazugeben – die Soße soll nun leise köcheln. Am Ende, nach 20 Minuten, werden diese Gewürze wieder herausgefischt, oder es wird die Soße kurzerhand durch ein Sieb passiert. Schließlich mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Einschichten: <sup>2</sup>

Zwei Löffel Bechamel auf dem Boden einer viereckigen Form verteilen. Mit Teigbändern zudecken, die nebeneinander liegen, sich also nicht gegenseitig überlappen sollten. Darüber drei bis vier Esslöffel Hackfleischsugo verteilen und gleichmäßig verstreichen, wieder Teigbänder, dann Bechamel usw. – bis alles aufgebraucht ist.

Die oberste Schicht ist Teig, der mit Bechamel zugedeckt wird. Und jede Schicht mit zerbröseltem Käse (Gorgonzola / Mozzarella) bestreuen. Ein Drittel des Käses (Parmesan) jedoch zum Überbacken beiseite stellen.

Dann die Form in den 200 Grad Celsius heißen Ofen schieben – und dies zunächst ohne Käse, denn sonst verbrennt er, bevor die Sache richtig heiß und gar ist. Wenn der Ofen heiß ist, dauert es circa eine Viertelstunde, bis alles brodelt und durchgebacken ist. Etwa fünf bis zehn Minuten vor dem Servieren kommt der restliche frisch geriebene Käse obenauf, Parmigiano Reggiano oder ein anderer italienischer Hartkäse (Grano Padano). Diesen mit Butterflöckchen besetzen oder mit Olivenöl beträufeln, damit er nicht verbrennt.

### KÜCHENTIPP

Direkt aus dem Ofen in der Form auf den Tisch servieren und quadratische Portionen herausstechen.

Dazu reichen wir einen grünen Salat mit vielen Kräutern.



Zur klassischen Lasagne passt am besten ein Chianti Classico. Etwas ganz Besonderes ist die sehr alte Rebsorte Ciliegiole vom Weinberg San Lorenzo aus der südlichen Toskana.





*Heinz E. & Renate Zethmeyer*

## **Spinatlasagne und/oder mit Lachs**

Die leichtere Variante, die man auch ganz und gar vegetarisch halten kann, wenn man den gekochten Schinken, den wir hier dazwischen packen, einfach weglässt.

Zutaten für sechs bis acht Personen:

1 Portion Nudelteig (vergleiche Rezept „Lasagne mit Hackfleisch“) 1 Portion Bechamel 1 Portion geriebener Käse und Butterflöckchen

### **Spinat-Ricotta-Füllung:**

1 kg Spinat 500 g Ricotta oder Magerquark Salz Pfeffer Muskat Cayennepfeffer 250 g gekochter Schinken

Teig und Bechamel wie im Rezept zur klassischen Lasagneversion beschrieben zubereiten. Für die Spinatfüllung den Spinat verlesen, mehrmals gründlich in immer wieder frischem Wasser waschen. Dann in einem großen Topf in Salzwasser einmal aufwallen lassen, abgießen und in kaltem Wasser abkühlen. Dieses Blanchieren stabilisiert die Vitamine, tötet Keime und hält die schöne grüne Farbe frisch.

Den Spinat ausdrücken, grob hacken, mit Ricotta mischen, dabei mit Salz, Pfeffer, reichlich Muskat und einer kräftigen Prise Cayennepfeffer mutig abschmecken – Ricotta (oder Magerquark) schlucken viel Gewürz!

Die Lasagneform wieder mit etwas Bechamel ausstreichen, darüber Nudelblätter legen, diese mit Füllung bedecken. Darauf gekochten Schinken in Streifen oder Flecken verteilen.

Wieder Bechamel, Nudeln, Füllung, Schinkenflecken etc. – bis alles aufgebraucht ist. Auch hier ist die oberste Schicht Bechamel, die erst nach gut fünf bis zehn Minuten im Rohr mit geriebenem Käse sowie mit Butterflöckchen bedeckt wird. Ebenfalls 15 bis 20 Minuten im 200 Grad Celsius heißen Ofen backen.

Getränk: Im Unterschied zur klassischen Lasagne mit Hackfleischsugo trinkt man zur leichteren Spinatlasagne mit der säuerlichen Ricotta lieber einen zarteren Wein, etwa einen Valpolicella oder einen Weißwein, und zwar eine Vernaccia di San Gimignano oder einen Verdicchio dei Castelli di Jesi. Man könnte aber auch durchaus einen herzhaften Silvaner aus Deutschland dazu trinken.

---

<sup>1</sup> Das Mehl auf die Arbeitsfläche häufen, mit der Faust eine Vertiefung in die Mitte drücken, dorthin Salz und Eier geben. Mit einer Gabel zunächst die Eier verquirlen und immer mehr vom Mehland einarbeiten. Schließlich den Teig von Hand durchkneten und dabei das Olivenöl hinzugeben. Falls er nicht ausreichend feucht ist, einen Schuss lauwarmes Wasser einarbeiten.

Den Teig tüchtig durchwalken. Schließlich in einen Plastikbeutel gehüllt eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Jetzt wird der sogenannte Kleber im Mehl zusammen mit der Feuchtigkeit aktiv und sorgt dafür, dass der Teig elastisch wird.

<sup>2</sup> Der Teig wird mit Hilfe der glatten Walzen der Nudelmaschine zu hauchdünnen Bändern ausgerollt. Diese werden auf die Länge oder Breite der Form zugeschnitten. Man braucht sie nicht vorzukochen, wenn man sie tatsächlich durchscheinend dünn auswalzt, denn das Vorkochen ist ein Geduldsspiel: Man muss die Teigbänder nacheinander in kochendes Salzwasser tauchen, dann auf feuchten Tüchern nebeneinander abtropfen lassen, damit sie nicht zusammenkleben. Einfacher ist es allemal, sie ungekocht zu verwenden.