

MANGOLD FETA LASAGNE



60 MIN



VEGETARISCH



GLUTENFREI

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

600 g Mangold

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

2 EL Olivenöl

1 Handvoll Pinienkerne

Einige Stiele frischer Thymian

Muskatnuss

Salz, Pfeffer

500 ml Milch

3 EL Butter + etwas mehr zum Einfetten

30 g Mehl (glutenfreie Variante)

4 Vollgemüse Tortillas Rote Beete

150–200 g Feta (z.B. Patros)

2 Handvoll Reibekäse



ZUBEREITUNG:

Den Ofen auf 175 Grad Umluft vorheizen. Mangold waschen, Stiele klein schneiden, Blätter in grobe Streifen schneiden. Zwiebel würfeln, Knoblauch fein hacken. Im Olivenöl zusammen mit den Mangoldstielen glasig dünsten, dann die Blätter dazu geben und bei geschlossenem Deckel einfallen lassen. Eventuell etwas Wasser dazu geben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

