

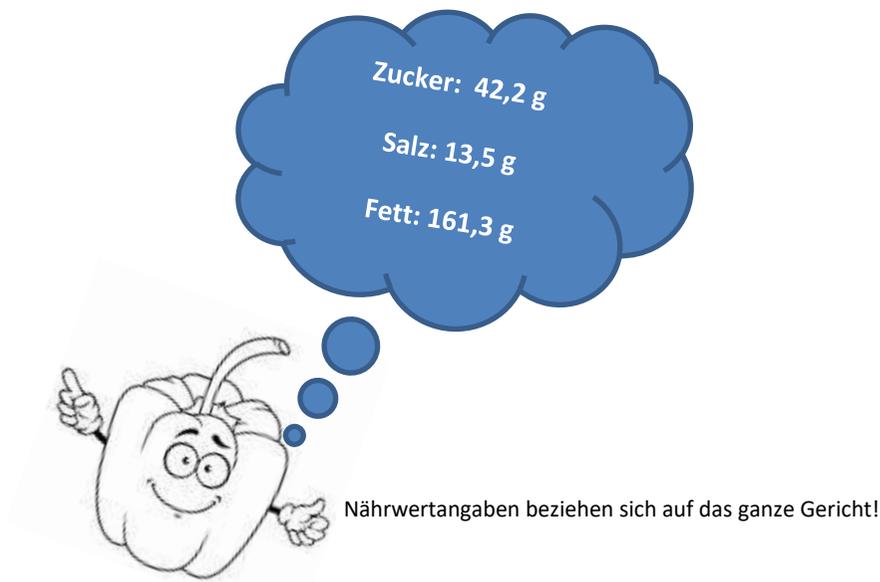
Lasagne - Muffins

Dauer: 60 Minuten Portionen: 18 Stück



Lies bitte das komplette Rezept durch, bevor du beginnst!

Zutaten:	Gemüse	Gewürze	Zusätzliches
	1 Gemüsezwiebel	2 Knoblauchzehen	3 El Olivenöl
	3 Stangen Sellerie	60 g Basilikum	400 ml passierte Tomaten
	½ Stange Lauch	1 Tl italienische Kräuter, getrocknet	400 g Ricotta oder Mascarpone
	1 Karotte	1 El geräucherte Paprika	4 g Salz
	1 Zucchini	Pfeffer nach Geschmack	125 g Mozzarella
			2 El Tomatenmark



!!! Lauch enthält wichtige Stoffe, die unser Körper braucht: Eisen für die Energiegewinnung in der Zelle, Kalium spielt bei der Übertragung von Impulsen an Nerven- und Muskelzellen eine große Rolle, Vitamin C hat einen positiven Einfluss auf viele Stoffwechselprozesse. Die schwefelhaltigen ätherischen Öle des Lauchs sollen die Verdauung fördern und entzündungshemmend wirken. !!!



Zubereitung:

- 1.** Den Nudelteig zubereiten (siehe KIMBA Rezept Nudelteig)
- 2.** Das Gemüse waschen, schälen und reiben.
- 3.** Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.
- 4.** Knoblauch und Zwiebeln in einem großen Topf mit 3 El Olivenöl anschwitzen.
- 5.** Das Gemüse dazu geben und alles scharf anbraten.
- 6.** Tomatenmark, geräucherte Paprika, passierte Tomaten und die italienischen Kräuter hinzugeben.
- 7.** Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 8.** Basilikum waschen, grob schneiden und mit Ricotta oder Mascarpone verrühren.
- 9.** Nimm ein Glas und schneide so viel Kreise aus Backpapier aus, wie du für deine Muffin Förmchen brauchst, und lege sie in deine Muffinform.
- 10.** Rolle den Nudelteig dünn aus und steche mit einem Glas Kreise aus.
- 11.** Einen Teigkreis in die Form legen und mit 2 El Soße und 2 El Ricotta oder Mascarpone - Basilikum Mischung, auf den Teigkreis geben.
- 12.** Das wiederholst du bis die Form voll ist.
- 13.** Den Mozzarella reiben und über die Lasagne – Muffins geben. Bei 200 °C Umluft ca. 30 Min. backen.