



Kohlrabi-Lasagne (TM6)

🕒 30 Min. 🕒 1 Std. 30 Min. 📄 einfach 🍴 6 Portionen 🍴 Pro 1 Portion:
Energiewerte 2195 kJ, Energiewerte 525 kcal, gesättigte Fettsäuren 18 g,
Ballaststoffe 7 g, Natrium 582 mg, Fett 38 g, Kohlenhydrate 22 g, Eiweiß 29 g

ZUTATEN

200 g Emmentaler, in Stücken
800 g Kohlrabi, halbiert oder in Spalten
(siehe Tipp)
2 geh. TL Gewürzpaste für
Gemüsebrühe, selbst gemacht oder 2
Würfel Gemüsebrühe (für je 0,5 l)
500 g Wasser
150 g Zwiebeln, halbiert
1 Knoblauchzehe
10-20 g Öl
500 g Hackfleisch, gemischt, zerzupft
oder 500 g Rinderhackfleisch, zerzupft
500 g passierte Tomaten
100 g Frischkäse à la Thermomix®,
selbst gemacht oder 100 g Frischkäse
1 TL Salz
¾ TL Pfeffer
1 TL italienische Kräuter, getrocknet
150-200 g Crème fraîche

NÜTZLICHES ZUBEHÖR

Thermomix Gemüsereibe, Auflaufform
(30 cm x 20 cm x 6 cm)

TM TEILE

Messbecher, Varoma-Behälter,
Varoma, Spatel, Gareinsatz

KÜCHENAUSSTATTUNG

Zubereitung

1. Emmentaler in den Mixtopf geben, **7 Sek./Stufe 6** zerkleinern und umfüllen.
2. Eine Schüssel auf den Mixtopfdeckel stellen, Kohlrabi einwiegen und Schüssel absetzen.
3. Achse einsetzen, Auffangeinsatz einhängen, Wendescheibe mit der Schnittseite (Seite 1) nach oben einsetzen und Reibendeckel aufsetzen. Kohlrabi senkrecht in die Öffnung geben und **Schneiden** 📏/dick, dabei mit dem Schieber nach unten drücken, bis alles aufgebraucht ist. Kohlrabischeiben in den Varoma-Behälter umfüllen. Gemüsereibe und Achse herausnehmen.
4. Gewürzpaste und Wasser in den Mixtopf geben, Varoma-Behälter aufsetzen, Varoma verschließen und **20 Min.Varoma/ 1** garen. Varoma absetzen und Mixtopf leeren.
5. Zwiebeln und Knoblauch in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
6. Öl zugeben und **3 Min./120°C/Stufe 1.5** dünsten.
7. Backofen auf 180°C (Umluft) vorheizen.
8. Hackfleisch, Tomaten, Frischkäse, Salz, Pfeffer und Kräuter zugeben und **15 Min./100°C/📏/Stufe 1.5** garen. Zuerst eine dünne Lage Hackfleisch-Sauce in eine Auflaufform (30 x 20 x 6 cm) geben. Eine Lage Kohlrabischeiben darauflegen, mit einer weiteren dünnen Lage Hackfleisch-Sauce bedecken. Diese Schichten wiederholen, bis alle Zutaten verbraucht sind. Auf die letzte Lage löffelweise Crème fraîche geben und zum Abschluss den zerkleinerten Emmentaler darüberstreuen. Lasagne 25-30 Minuten (180°C, Umluft) backen, aus dem Backofen nehmen, 5 Minuten ruhen lassen und servieren.

Backofen

TIPPS

- Anstelle des Thermomix® Gemüse Stylers kannst du auch einen Gemüsehobel oder Sparschäler verwenden.