

Spinatlasagne mit Feta

Eine Spinatlasagne mit Feta schnell und einfach backen. Lasagne mit Blattspinat, Feta und Pinienkernen im Ofen backen.

4 - 6 Portionen



etwas Übung erforderlich

bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

3 Zwiebeln
4 EL Olivenöl
600 g tiefgekühlter Blattspinat
etwa 3 EL Wasser
75 g Dr. Oetker Crème légère
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
350 g Champignons

Béchamelsoße:

50 g Butter oder Margarine
50 g Weizenmehl
300 ml Milch
500 ml Gemüsebrühe
225 g Dr. Oetker Crème légère
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss

Außerdem:

400 g Fetakäse oder Schafskäse
225 g Lasagneblätter (ohne Vorgaren
(etwa 1/2 Pck.))
30 g Pinienkerne

Wie mache ich eine Spinatlasagne mit Feta?:

1 Vorbereiten:

Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Öl in einem Topf oder in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Unaufgetauten Spinat und Wasser hinzufügen und den Spinat bei schwacher Hitze mit Deckel auftauen lassen. **75 g** Crème légère hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 200 °C

Heißluft etwa 180 °C

2 Béchamelsoße zubereiten:

Butter oder Margarine in einem Topf zerlassen. Mehl unter Rühren so lange darin erhitzen, bis das Mehl hellgelb ist. Milch und Gemüsebrühe hinzugießen und mit einem Schneebesen durchschlagen, dabei darauf achten, dass keine Klümpchen entstehen. Die Soße zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze etwa 5 Min. ohne Deckel kochen, dabei gelegentlich umrühren. 225 g Crème légère hinzufügen und Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen.

3 Lasagne schichten:

Fetakäse zerbröseln. Etwas von der Soße in eine eckige Auflaufform geben, darauf 1 Schicht Lasagneblätter legen, dann etwas Spinat, einige Champignonscheiben, ein paar Pinienkerne und etwas Fetakäse darauf geben. Nacheinander wieder alle Zutaten einschichten, so dass etwa 4 Lasagnesichten entstehen. Die restliche Béchamelsoße auf die oberste Lasagnesicht streichen. Übrigen Fetakäse und Spinat darauf verteilen. Die Form ohne Deckel auf dem Rost in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel

Backzeit: etwa 30 Min.

Tipps aus der Versuchsküche

- Nach Belieben die Pinienkerne vorher in einer beschichteten Pfanne goldgelb rösten.