



Lasagne mit grünem und weißem Spargel

Zutaten (für vier Portionen):

Spargel-Béchamelsauce

2 EL Butter
2 EL Mehl
1 Zwiebel
2 Nelken
1 Lorbeerblatt
200 ml Milch
Muskatnuss
Pfeffer
50 g Gruyère, gerieben

Tomatensauce

1-2 Schalotten
Butter zum Braten
1-2 Zehen Knoblauch
Lorbeer
100 g getrocknete Tomaten
Bohnenkraut
Oregano
150 g grüner Spargel

Sowie

200 g weißer Spargel
Salz, Zucker
½ Zitrone, unbehandelt
½ Packung Lasagneplatte
150 g Gruyère, gerieben

Zubereitung (circa 40 Minuten, ohne Garzeiten):

Den Spargel schälen und die trockenen Enden abschneiden. Die Schalenreste und Enden mit Salz, Zucker und einigen Zitronenscheiben in einen Topf geben. Knapp mit Wasser bedecken, aufkochen und etwa 30 Minuten köcheln lassen, um einen Spargelfond herzustellen.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen, das Mehl einrieseln lassen und anschwitzen. Eine Zwiebel mit Lorbeer und Nelken spicken und dazugeben, dann mit der Milch und etwa 200 Millilitern Spargelfond angießen. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen und mindestens zehn Minuten köcheln lassen.

Für die Tomatensauce die Schalotte schälen, in Ringe schneiden und in etwas Butter anschwitzen. Knoblauch hineinreiben und mitbraten. Ein Lorbeerblatt, grob geschnittene Tomaten und den Spargelfond dazugeben. Köcheln lassen, bis die Gemüse weich sind, dann die Kräuter dazugeben und fein pürieren. Den grünen Spargel in breite Ringe schneiden und in diese Sauce geben.

Den weißen Spargel der Länge nach halbieren und separat salzen und zuckern. Die gespickte Zwiebel aus der weißen Sauce nehmen und den Gruyère einrühren.

Dann die Lasagne schichten. Dafür erst Béchamelsauce und eine Schicht Lasagneplatten in eine Auflaufform geben. Darauf Tomatensauce, eine Lage weißer Spargelstangen und dann wieder Béchamelsauce verteilen. Eine weitere Lage Nudelplatten darauf geben und immer weiter so verfahren. Als letztes noch einmal Béchamelsauce darübergeben. Den übrigen Käse darauf verteilen und im Ofen bei 200 Grad etwa 30 Minuten backen, bis der Käse gebräunt und die Nudelplatten weich sind.

Nährwerte pro Portion:

635 kcal – 29 g Fett – 26 g Eiweiß – 66 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch. Gruyère kann tierisches Lab enthalten.