

Pfannenlasagne

Zutaten:

- 2 Frühlingszwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 150g rote Linsen
- 100g Mais
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Basilikum
- 1 TL Oregano
- 2 EL Sojasoße
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 400ml Gemüsesuppe
- 10-12 Lasagneblätter
- 100-150g geriebener Käse
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, dann die geschnittenen Frühlingszwiebel und Knoblauch darin anbraten. Mais, gewürfelte Karotten und Linsen hinzufügen und 2-3 Minuten mitbraten. Tomatenmark, Basilikum und Oregano dazugeben. Mit Sojasoße ablöschen. Mit den gehackten Tomaten und der Suppe aufgießen und 5 Minuten köcheln lassen. Lasagneblätter in grobe Streifen brechen und in die Sauce stellen. Deckel drauf und die Lasagneblätter so lange köcheln lassen bis sie bissfest sind. Dann mit dem Käse bestreuen und weitere 10-12 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.