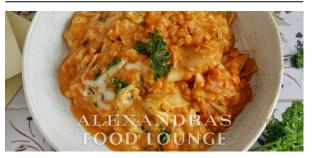
www.alexandrasfoodlounge.com

Pfannenlasagne mit Linsen

Personen: 4 Zeit: 30 Minuten



ZUTATEN:

- I Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- I Karotte
- Öl zum anbraten
- · 1 Dose passierte Tomaten
- I El Tomatenmark
- 140 g rote Linsen
- Ca. 4 Lasagnenudeln
- 1 EL Frischkäse
- · 40 g geriebener Käse
- 500 ml Gemüsebrühe
- Oregano (getrocknet oder frisch)
- · Gehackte Petersilie (frisch)

ZUBEREITUNG:

- 1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
- 2. Karotte schälen und in kleine Würfel schneiden.
- 3. In einem großen Topf etwas Öl erhitzen.
- 4. Zwiebel und Knoblauch darin glasig anbraten.
- Karotten und Linsen dazugeben, ebenfalls kurz mit anbraten.
- 6. Tomatenmark dazugeben, kurz anschwitzen lassen.
- 7. Passierte Tomaten und Gemüsebrühe hinzufügen.
- Oregano, Salz und Pfeffer nach Geschmack hinzufügen.
- Lasagne-Nudeln in Stücke brechen und in die Suppe geben.
- 10. Alles bei mittlerer Hitze etwa 15-20 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind.
- 11. Frischkäse einrühren, bis er geschmolzen ist.
- 12.10. Mit geriebenem Käse und gehackter Petersilie bestreuen und den Deckel so lange auf der Pfanne lassen, bis der Käse geschmolzen ist.

TIPP.

- Spüle die Linsen gründlich unter fließendem Wasser ab, um eventuelle Rückstände zu entfernen.
- Linsen nehmen beim Kochen viel Flüssigkeit auf. Kontrolliere während des Kochens regelmäßig die Konsistenz der Suppe und gieße bei Bedarf Brühe