



# REZEPT DER WOCHE

---

## SPINATLASAGNE

---

### Zutaten

300-400g Blattspinat  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Olivenöl  
10 Lasagneplatten  
100 g geriebener Käse  
250 g Feta (gewürfelt)  
Zutaten für die Bechamelsauce  
50 g Butter  
50 g Mehl  
600 ml Milch  
Salz und Pfeffer  
Muskat  
1 EL Zitronensaft

### Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. In einem großen Topf das Olivenöl erhitzen und die gehackten Zwiebeln und den Knoblauch darin für etwa 2 Minuten andünsten. Den Spinat hinzufügen und bei niedriger Hitze zugedeckt köcheln lassen, bis er zusammenfällt. Zwischendurch umrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Bechamelsauce Butter in einem Topf schmelzen, Mehl einrühren und anschwitzen lassen. Milch nach und nach hingeben und einmal aufkochen lassen. Unter ständigem Rühren etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Abwechselnd Bechamelsauce, Lasagneplatten, Feta und Spinat einschichten, wobei die letzte Schicht aus Sauce bestehen sollte. Die Lasagne mit geriebenem Käse bestreuen und für 30 Minuten backen.



Philipp und Birgit Flörke GbR - Speicherstr. 8, 17153 Grischow

[www.grischower-gartengemuese.com](http://www.grischower-gartengemuese.com)