



Marlies Billich®

Speiseplan Vertrieb

- heimische Produkte
- jahreszeitlich aktuell
- preisberechnet
- zeitsparend

Feuerbachstr. 29
D-79588 Efringen-
Kirchen (Egringen)

Tel. +49 (0) 7628 2271
Fax +49 (0) 7628 798

Info@speiseplan.de
www.speiseplan.de

Zutaten	Zubereitung	Zeitbedarf: 60 Min.
<p><u>Lasagne</u></p> <p><u>Bolognese-Sauce</u></p> <p>4 EL Öl 1 Zwiebel gehackt 1 Knoblauchzehe gehackt 300 g Hackfleisch gemischt Jodsalz, Pfeffer ½ TL Paprika edelsüß 3 EL Rotwein 500 g Tomaten geschält oder Püree 1 EL Tomatenmark 2 Zweige Basilikum</p> <p><u>Bechamel-Sauce</u></p> <p>30 g Butter 1 Knoblauchzehe 1 kleine Zwiebel 30 g Mehl 600 ml Milch Salz, Pfeffer, Muskat 3 EL Weißwein</p> <p><u>Lasagne</u></p> <p>250 g Lasagneblätter (die nicht vorgekocht sein müssen) Bolognese-Sauce, Bechamel-Sauce 120 g Emmentaler gerieben</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Öl mäßig erhitzen, Zwiebelwürfel und Knoblauch andünsten • Hackfleisch dazu geben und anbraten • Gewürze, Salz, Tomaten und -mark dazugeben • Gut durchköcheln lassen • mit feingeschnittenem Basilikum verfeinern • Bolognese-Sauce zur Seite stellen • in einem Topf Butter zergehen lassen • Knoblauchzehe und Zwiebel grob hacken • und kurz in der Butter dünsten • Mehl dazu geben • Milch mit Schneebesen unterrühren • ca. 3 Min. unter ständigem Rühren kochen lassen • mit Salz, Pfeffer, Muskat, Weißwein abschmecken • mit einem Pürierstab pürieren • Ofen auf 190 ° C vorheizen • in eine möglichst rechteckige, flache Auflaufform etwas Bolognese-Sauce geben • die Sauce mit einer Lage Lasagneblätter belegen • die Nudelblätter mit Bechamel-Sauce bedecken • dieser Vorgang solange wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind • letzte Schicht: Nudelplatten und Bechamelsauce • darauf den geriebenen Emmentaler streuen • Lasagne in den Ofen schieben und in etwa 30 Min. goldgelb überbacken 	



Marlies Billich®

Speiseplan Vertrieb

- heimische Produkte
- preisberechnet
- jahreszeitlich aktuell
- zeitsparend

Feuerbachstr. 29
D-79588 Efringen-
Kirchen (Egringen)

Tel. +49 (0) 7628 2271
Fax +49 (0) 7628 798

Info@speiseplan.de
www.speiseplan.de

Zutaten	Zubereitung	Zeitbedarf: 10 Min
<p><u>Gurkensalat</u></p> <p>2 Gurken 1 Knoblauchzehe 1 Zwiebel gehackt ca. 2 EL Kräuter: Dill, Borretsch, Petersilie 4 EL Obstessig ½ TL Salz ¼ TL Zucker 1 Prise Pfeffer 4 EL Öl</p>	<ul style="list-style-type: none">• Knoblauchzehe, Zwiebel fein zerkleinern• Essig, Öl, Gewürze, Kräuter dazugeben und gut verrühren• die Gurke in feine Scheiben schneiden• Saltsauce und Gurkenscheiben miteinander vermischen	