Rezept

Vegane Polenta-Lasagne mit Auberginen

Ein Rezept von Vegane Polenta-Lasagne mit Auberginen, am 29.04.2024

Zutaten

4	Knoblauchzehen
200 g	Instant-Polenta
2	Auberginen (à ca. 300 g)
2 Bund	Basilikum
2 EL	Aceto Balsamico bianco
	Kräutersalz
2	Zwiebeln
700 g	Kirschtomaten
	Olivenöl zum Braten
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf 700 ml Wasser aufkochen. Knoblauch schälen, 2 Zehen ins Wasser pressen und mit Kräutersalz würzen. Polenta unter Rühren einrieseln lassen. Bei schwacher bis mittlerer Hitze 5 Min. unter Rühren kochen, dann zugedeckt auf der ausgeschalteten Platte 5 Min. ziehen lassen. Die Polentamasse ca. 1 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen (Bild 1). Nach Bedarf mit feuchten Händen glätten und 1 Std. ruhen lassen.

2. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Auberginen waschen, 1 Frucht klein würfeln, 1 quer in dünne Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

3. In einer großen Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die Zwiebel- und Auberginenwürfel darin 5 Min. anbraten. Die Tomatenhälften 3 - 4 Min. mitbraten. Restlichen Knoblauch dazupressen, mit dem Essig ablöschen und 100 ml Wasser zugießen. Das Gemüse noch 4 - 5 Min. köcheln lassen, dann mit Pfeffer, Kräutersalz und Essig würzen und die Hälfte vom Basilikum unterheben. Beiseitestellen.

4. Die Auberginenscheiben in heißem Öl von beiden Seiten leicht braun braten. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen und im Backofen bei 70° warm stellen. Die Polenta in 12 Rechtecke schneiden. Diese portionsweise in zwei Pfannen in Öl von beiden Seiten leicht bräunen (Bild 2).

5. Je 1 Polentastück auf vier Teller legen, ein Drittel vom Gemüse darauf verteilen und mit einem Drittel der Auberginenscheiben belegen (Bild 3). Diesen Vorgang noch zweimal wiederholen. Die Lasagne mit dem übrigen Basilikum bestreut servieren.