

## Rezept

# Gemüse-Matzen- Lasagne

Ein Rezept von Gemüse-Matzen- Lasagne, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> kleiner Zucchini	<b>2</b> Tomaten
<b>1</b> Zwiebel	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>150 g</b> Baby-Spinat	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>100 g</b> Mozzarella	<b>350 g</b> Ricotta
<b>1</b> Ei	<b>2 Stängel</b> glatte Petersilie
Salz	Pfeffer
<b>600 ml</b> passierte Tomaten	<b>2 TL</b> Zatar
<b>6 Scheiben</b> Matzen	<b>4 EL</b> frisch geriebener Parmesan

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 970 kcal, 50 g F, 48 g EW, 77 g KH

## Zubereitung

1. Den Zucchini waschen, putzen und würfeln. Die Tomaten waschen, von den Stielansätzen befreien und in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Babyspinat verlesen, waschen und trocken schleudern.
2. Das Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze heiß werden lassen. Die Zwiebel darin glasig anschwitzen, dann Zucchiniwürfel 1 Min. mitschwenken. Knoblauch und Spinat hinzufügen und rühren, bis der Spinat zusammengefallen ist. Tomaten dazugeben und die Pfanne beiseitestellen. Den Backofen auf 180° vorheizen.
3. Den Mozzarella abtropfen lassen und klein würfeln. In einer Schüssel den Ricotta und das Ei mit einer Gabel verrühren. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, hacken und zusammen mit dem Mozzarella zum Ricotta geben. Alle Zutaten in der Schüssel gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Passierte Tomaten und Zaatar mischen, salzen und die Hälfte davon in eine eckige Auflaufform (ca. 20 × 20 cm) geben. 2 Matzenscheiben in Wasser eintauchen, bis sie nach 30 Sek. beginnen weich zu werden. Herausnehmen, anhaftendes Wasser abschütteln und als Schicht auf die Tomatensauce legen. Dabei die Brotscheiben passend für die Form brechen, wie man es auch bei Lasagneblättern macht.
5. Jetzt die Hälfte der Gemüsepfanne sowie die Hälfte der Ricottamischung darauf verteilen. Darauf wieder 2 eingeweichte Matzenscheiben, restliches Gemüse und restlichen Ricotta einschichten. Mit restlichen 2 Matzenscheiben deckeln und die restliche Tomatensauce darübergießen. Den Parmesan auf die Lasagne streuen. Lasagne im heißen Backofen (Mitte) ca. 35 Min. backen, bis der Parmesan schön gebräunt ist. Lasagne aus dem Ofen nehmen, auf zwei Tellern anrichten und genießen.