

Rahmwirsing-Lasagne

Zutaten | 4 Portionen

700 g	Wirsing
	Salz
2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
3 EL	Butter
1 Prise	Muskatnuss
200 ml	Schlagsahne
8	Lasagneblätter
2 EL	Speiseöl
200 g	geriebener Schnittkäse z.B. kräftiger Bergkäse
50 g	Serrano- oder Parmaschinken
	Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 40 Min.; Backzeit: 50 Min.

- Den Ofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
- 8 große äußere Wirsingblätter ablösen, abspülen und beiseitelegen. Übrigen Wirsing vierteln, Strunk herausschneiden, Blätter grob klein schneiden.
- Wasser in einem Topf aufkochen und leicht salzen. Eine große Schüssel mit Eiswasser bereitstellen.
- Den geschnittenen Wirsing in kochendem Salzwasser ca. 1 Min. blanchieren. Mit einer Schaumkelle herausheben, im Eiswasser abschrecken, im Sieb abtropfen lassen, gut ausdrücken.
- Wasser erneut aufkochen und die Wirsingblätter 4 bis 5 Min. garen. Aus dem Wasser nehmen, ebenfalls in Eiswasser abschrecken, gut abtropfen lassen und leicht ausdrücken.
- Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. 2 EL Butter in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Den geschnittenen Wirsing zugeben und 2 Min. mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Sahne zugeben und Wirsinggemüse einmal aufkochen. Die Hitze reduzieren und den Wirsing weitere 2 Min. köcheln lassen.
- Eine ofenfeste Auflaufform mit der restlichen Butter einfetten. 2 Lasagne-Blätter nebeneinander in die Form legen, mit etwas Öl beträufeln. 2 Wirsingblätter nebeneinander darauflegen, etwas geriebenen Käse, gezupften Schinken und Rahmwirsing auf den Wirsingblättern verteilen und erneut etwas Käse darüberstreuen. Insgesamt 4 Lagen in dieser Reihenfolge einschichten, die Lasagne etwas andrücken und mit übrigem Käse großzügig bestreuen. Im heißen Ofen auf der 2. Schiene von unten 50 Min. backen.

Tipp:

Für eine vegetarische Variante den Schinken einfach weglassen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
182 kcal	12 g	9,5 g	7,2 g	165 mg