

### ***Mangoldlasagne***

**Zutaten:** 400g Mangold, 2 große Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 250 g Schafskäse, 250g Mozzarella, 200g Sahne, Salz, Pfeffer, Muskat, Gartenkräuter, 10-12 Lasagneblätter

**Zubereitung:** Grundrezept wie Lasagne. Zwiebeln und Knoblauch in Öl glasig dünsten, gewaschenen und klein geschnittenen Mangold hinzugeben, salzen. Den gewürfelten Schafskäse ebenfalls für ca. 10 Min. mitdünsten. Die Lasagnescheiben und die Mangoldmischung schichtweise bis kurz unterhalb des Randes der Form schichten. Mit Mozzarella abdecken und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Die Sahne mit Gewürzen und Kräutern verrühren und über die Lasagne geben. Wichtig ist, dass die Lasagneblätter gut in der Flüssigkeit „schwimmen“, da sie sonst nicht weich werden. Die Sauce darf auch ruhig ein wenig „überwürzt“ schmecken, da die Platten noch viel Geschmack aufnehmen. Bei 220° im Backofen ca. 40 Min. backen lassen, bis der Käse leicht gebräunt ist.

**Eine vegane Variante:** Anstelle der Sahne einfach Tomatensauce bzw. Passata nehmen und den Käse durch vegane Alternativen ersetzen.

Tip: Die Lasagne einfach noch mit Oliven, Kapern oder frischen Tomaten dekorieren. Außerdem könnt ihr einfach jedwedes Gemüse anstelle des Mangolds verwenden: zum Beispiel auch Zucchini, am besten in Scheiben geschnitten und kurz angebraten.

### ***Zucchinipfannkuchen***

Mal für zwischendurch und wenn man gerne mal was „Grünes“ in die Pfannkuchen mögeln möchte :)

**Easy:** Einfach euren Lieblingspfannkuchenteig machen; in diesem besonderen Fall ohne Zucker und mit einer Prise Salz und Pfeffer und evtl. weniger Flüssigkeit als üblich nehmen, da der Teig durch die Zucchini noch flüssiger wird. Wenn der Teig fertig ist, zwei gewaschene Zucchini und eine Möhre rein raspeln und wie üblich ausbacken. Dazu passt farblich wie auch geschmacklich ein frisches Petersilienpesto :)

### ***Petersilienpesto***

**Zutaten:** großes Bund Petersilie aus der Solawi :), Sonnenblumenkerne (oder Nüsse), 1-2 Zehen Knoblauch, Salz, Olivenöl

**Zubereitung:** Die größeren Stiele der Petersilie entfernen und die Blätter in einen Mixbecher geben. Den geschälten Knoblauch, Sonnenblumenkerne, Salz und Olivenöl dazu, fein pürieren – schon fertig! Das Pesto in ein sauberes Glas füllen, die Oberfläche mit Öl bedecken; so hält es sich ca. 2 Wochen im Kühlschrank.

Variante: Sonnenblumenkerne vorher leicht rösten und noch etwas Chili mit ins Pesto mixen. Im Herbst machen wir das Pesto auch oft mit Walnüssen anstelle von Sonnenblumenkernen, das schmeckt auch extrem lecker.