Artikel vom 25.06.2024 · Ausgedruckt am 17.11.2026, 20:15 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/ein-gericht-zwei-wege-zum-glueck-lasagne-bolognese

Ein Gericht, zwei Wege zum Glück: Lasagne Bolognese



Foto: Simone Gaube

Zutaten (für 6 Personen):

Bolognese:

130 g Parmesan (am Stück, alternativ als Reibekäse fertig gekauft),

200 g Möhren,

200 g Knollensellerie,

1 Zwiebel,

1 Knoblauchzehe,

50 g Olivenöl,

500 g Rinderhackfleisch,

150 g Gemüsebrühe (optional: Rotwein),

1 Dose stückige Tomaten (400 g),

100 g Tomatenmark,

2 TL Salz,

Pfeffer,

2 Lorbeerblätter,

getrocknete italienische Kräuter.

Béchamel:

650 ml Vollmilch,

50 g Butter,

60 Mehl,

0,5 TL Salz,

Pfeffer,

Muskat.

Außerdem:

circa 12 Lasagneplatten (frisch oder getrocknet).

Zubereitung mit dem Thermomix:

Für die Zubereitung mit dem Thermomix benötige ich zusätzlich ein Küchenmesser und eine entsprechend große Auflaufform. Das Rezept wird über einen Bildschirmteil am Gerät mit einer Schritt-für-Schritt-Anleitung angezeigt. So läuft man nicht Gefahr, sich in der Reihenfolge zu vertun, Zutaten zu vergessen oder mit falscher Temperatur zu garen. So startet das Rezept mit der Zerkleinerung des Parmesans. In groben Stücken gibt man diesen in den Mixtopf. Eine integrierte Waage zeigt grammgenau das Gewicht an. Es folgt ein kurzes Kommando zum Zerkleinern, dann ist der Käse fertig und kann umgefüllt werden.

Anschließend werden Zwiebeln, Knoblauch, Möhren und Sellerie in groben Stücken in den Mixtopf gegeben und nach Vorgabe zerkleinert. Olivenöl dazu und schon beginnt das Andünsten des Gemüses. Hierfür benötigt der Thermomix 5 Minuten. Jetzt gibt man das Hackfleisch hinzu und dünstet dieses mit dem im Mixtopf befindlichen Gemüse gemeinsam 10 Minuten an. Nun kommen die restlichen Bolognese-Zutaten wie Tomaten und Gewürze zusätzlich in den Mixtopf und insgesamt gart die Bolognese-Sauce weitere 15 Minuten. Während dieser Zeit kann man sich die notwendigen Zutaten für die Béchamel zurechtlegen.

Die Auflaufform und die Lasagneplatten bereitlegen. Jetzt wird die Béchamel-Sauce auf gleichem Wege – digital geführt – mit den angegebenen Zutaten zubereitet. Schritt für Schritt ist sie 9 Minuten später klümpchenfrei fertig.

Alles der Reihe nach in die Auflaufform schichten und zwar so: eine dünne Bolognese Schicht gefolgt von Lasagneplatten, darauf wieder Bolognese, dann Béchamel und weitere Lasagneplatten. So lange schichten, bis alle Zutaten verbraucht sind. Ganz zum Schluss wird der Parmesan obenauf gestreut. Wer mag, gibt noch ein wenig geriebenen Gouda dazu. Nach guten 30 Minuten bei 200 °C Ober-/Unterhitze im Ofen kann serviert werden.

Zubereitung auf dem herkömmlichen Weg:

Hierfür benötigt man Pfanne, Küchenwaage oder Messbecher, Käsereibe, Topf, Herd, Schneebesen, Küchenmesser. Bei den Zutaten für die Bolognese startet man damit, das Gemüse zu putzen und in kleine Würfel zu schneiden. Olivenöl in die Pfanne und alles vorsichtig anschwitzen. Jetzt das Hackfleisch unter ständigem Rühren anbraten, damit keine Deckschicht an der Pfanne entsteht. Es folgen Tomaten und Gewürze. Alles zusammen bei kleiner Temperatur und unter Rühren einköcheln lassen. Zuviel Hitze würde die Tomatensauce aus der Pfanne spritzen lassen.

Die Béchamel wird über eine Art Mehlschwitze im Topf zubereitet. Auch hier ist ständiges Rühren gefragt, da der klassische Fehler in der Béchamel-Zubereitung die unschöne Klümpchenbildung ist. Dazu die Butter schmelzen lassen, mit dem Mehl bestreuen und verrühren. Dann nach und nach die Milch zugeben und immer wieder glattrühren. Ist alle Milch eingearbeitet, die Gewürze zugeben und abschmecken.

Letztendlich wird auch hier wie eben geschildert alles geschichtet und auf gleiche Art gebacken.

Alleskönner Küchenmaschine?

Bei der Zubereitung wie hier im Thermomix bedarf es natürlich eines solchen. Warum sich dafür entscheiden? Das ist aus meiner Sicht schlichtweg eine Bedarfsfrage.

In vielen Haushalten spielt der Zeitfaktor eine große Rolle. Während der Thermomix gart, dämpft oder kocht; kann man sich um die Familie oder den Haushalt kümmern. Küchenfreie Zeit, ohne Gefahr zu laufen, dass sich der Thermomix von der Arbeitsplatte rührt. Auch für Kochmuffel oder Anfänger kann es eine Option sein, denn nicht jeder wird als Sternekoch geboren oder hat Freude am Kochen. Die Schritt-für-Schritt-Anleitung lässt jeden ein erfolgreicher Koch sein. Auch Platz ist ein Entscheidungskriterium. Dieser ist zum Beispiel in Studentenwohnheimen oder kleineren Wohnungen Mangelware. Hier ist es meist eher eng und das lässt keine große Kücheneinrichtung zu. Beim Arbeiten mit Thermomix benötigt man lediglich ein Spülbecken und einen kleinen Tisch. Beim Umzug ist das Gerät einfach mitgenommen und schnell am neuen Platz aufgestellt.

Auf der anderen Seite hat man sich vielleicht schon andere Küchengeräte angeschafft, so dass sich die Investition nicht unbedingt lohnt. Auch sollte man bedenken, dass man sein Kochverhalten der Maschine anpassen muss, bisher bekannte Rezepte verändert werden müssen, um mit dem Gerät zubereitet werden zu können. Was bisher schnell von der Hand ging, kann in einer Umstellungsphase eine Herausforderung sein. Köche, die lieber nach Gefühl statt nach Rezept kochen, können das Arbeiten mit einem solchen Gerät einschränkend empfinden. Auch ist das Volumen des Mixtopfs begrenzt, so dass die mögliche Anzahl gekochter Portionen bei einer Entscheidung ebenfalls bedacht werden sollte.

Fest steht, eine gesunde Ernährung frisch und schnell auf den Tisch gebracht, ist erstrebenswert. Ernährungsbewusste verzichten auf Fertiggerichte, Farbstoffe und Geschmacksverstärker und Convenience jeder Art. Nur wer sieht, was er selbst an Qualität in den (Mix-)Topf gibt, weiß, was er isst. Egal, für welchen der beiden Wege man sich entscheidet.

Simone Gaube

Bei Fragen rund um das Thema steht LZ-Rezeptautorin Simone Gaube telefonisch unter 01 60/8 29 14 46 oder per E-Mail an info@kochtreff-farbenkueche.de zur Verfügung.