Kohlrabi-Lasagne (Low Carb)

Zutaten

Personen

2Zwiebeln
2Knoblauchzehen
2 ELÖl
2 ELTomatenmark
2 DosenTomaten (á 425 ml)
Salz
Pfeffer
etwasZucker
Paprikapulver
200 gKirschtomaten
50 gButter
50 gMehl
500 mlMilch
1Zitrone (der Saft davon)
200 gBergkäse
3Kohlrabi (á ca. 300 g)

1
Zwiebeln schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. 2 EL Tomatenmark zufügen, anschwitzen und mit Tomaten ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Paprika würzen. Aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Tomaten waschen und abtropfen lassen. Tomaten in die Soße geben, nochmals kurz aufkochen und nochmals abschmecken.
2
Fett in einem Topf schmelzen. Mehl zugeben und ca. 1 Minute unter Rühren bei schwacher Hitze anschwitzen. Mit der Milch und dem Zitronensaft nach und nach unter ständigem Rühren ablöschen. Ca. 3 Minuten unter gelegentlichen Rühren köcheln lassen. Käse reiben und die Hälfte in die Soße rühren.
3
Kohlrabi schälen und in dünne Scheiben schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten garen. In kaltem Wasser abschrecken und

abtropfen lassen. Eine Auflaufform (ca. 25 x 35 cm) fetten und mit ca. 1/3 der Kohlrabischeiben auslegen. Tomatensoße, Béchamelsoße abwechselnd einschichten. Mit Tomatensoße abschließen und mit dem restlichen Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 40 Minuten backen. Lasagne herausnehmen.