

## Lasagne in der Paprika

### Zutaten

5 Paprika, rot  
400g Hackfleisch  
1 Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten  
2 Knoblauchzehen, fein gehackt  
1 Karotte, in kleine Würfel geschnitten  
1 Dose Tomatenfleisch, 400g  
1 Kleine Dose Mais. 60g  
2 EL Tomatenmark  
1 Kugel Mozzarella  
7 Lasagne Blätter  
2 EL Öl zum Anbraten  
Salz, Pfeffer, Chili



### Für die Béchamelsoße

25g Butter  
2 EL Mehl  
200g Sahne  
2 EL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer, Muskat

### So funktioniert es!

Das geschnittene Gemüse, in Öl etwas anschwitzen, das Hackfleisch dazu geben und krümelig anbraten. Tomatenfleisch, Tomatenmark und Mais dazugeben und kräftig würzen. Bei schwacher Hitze etwas einkochen lassen. Es ist mehr eine Hackfleischmasse als eine Soße.

### Mit der Béchamel geht es weiter!

Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl einrühren und mit Sahne ablöschen. Zitronensaft, und eine Prise Zucker dazu geben und mit Salz und etwas Pfeffer würzen. Die Soße eventuell mit etwas Wasser einstellen. Es darf eine dicke Soße sein, fast schon ein Brei.

Lasagneplatten für 4 Minuten vorkochen und in kaltem Wasser abschrecken

### Paprika entkernen und füllen!

Den Deckel der Paprika abschneiden und das Kerngehäuse entfernen. Einen gehäuften EL Hackfleisch, abdecken mit ca. einer halben Nudelplatte, auf der ein EL von der Béchamelsoße kommt. In der Reihenfolge weiter füllen, es sollten mindestens 3 Lagen Nudelplatten sein. Besser sind 4 Lagen, kommt aber auf die Größe der Paprika an. Der Abschluss ist Hackfleisch und darauf kommt eine ca. 1 cm dicke Scheibe Mozzarella.

### Backofen auf 200C vorheizen!

Die gefüllten Paprika, in die Ofenhexe stellen. Die Deckel einfach zwischen die Paprika stellen und so ein Umkippen der Paprika zu vermeiden. Für 20 Minuten bei O/U Hitze backen, für weiter 10 Minuten die Umluft dazu schalten, um den Käse etwas Farbe zu geben.

### Mein Tipp:

Rote Paprika sind eher süß, wer es gerne herzhaft mag, nimmt grüne Paprika, die etwas Herber sind. Den Deckel vor dem Servieren halb auf die Paprika setzen, sieht toll aus

**Guten Appetit!**