

SCHLANKE LASAGNE

2 Portionen – 1,5 l Slowcooker

ZUBEREITUNG

Zwiebel kleinschneiden und anbraten (wollte noch Knoblauch dazu geben, aber hatte keinen im Haus). Hackfleisch dazu geben und gut alles anbraten und mit Salz, Pfeffer und italienisches Kräutern würzen. Mit den Tomaten ablöschen und runterköcheln lassen bis alle Flüssigkeit weg ist.

Boden des Keramikeinsatzes mit Zuchinistreifen auslegen und dann Paprikaringe und Mais darauf streuen. Anschließend das Fleisch darauf geben, dann wieder Zucchini usw. Abschluss ist dann der Frischkäse und darauf der Streukäse.

Auf Stufe HIGH etwa 3 - 4 Stunden garen.

(Rezept von Corinna van Beek)



Zutaten

200 g oder 250 g selber gewolfte
Hühnerhackfleisch

1/2 Zucchini, mit einem
Kartoffelschäler in dickere Streifen
geschnitten

1 Paprika, in Ringe geschnitten,

2 EL Gemüsemais

1 Zwiebel

3 EL Frischkäse light

2 Hände Finello Streukäse light

1/2 Dose Tomaten