

Apfellasagne



2

3

Kalorien 209 kcal/Portion

Zubereitungszeit ca. 60 Minuten

Schwierigkeitsgrad mittel

*Entspricht den Abnehmen mit Genuss
und den AOK-Qualitätskriterien*

Zutaten

für 10 Personen

150 g	Lasagneblätter
500 g	Äpfel
2 große	Eier
50 g	Butter
50 g	Zucker
1 Päckchen	Vanillezucker
500 g	Magerquark
125 ml	Milch, 1,5 %
etwas	Zitronensaft

Zubereitung

- Lasagneblätter in kaltem Wasser einweichen. Äpfel waschen, entkernen und in Scheiben schneiden. Eier trennen.
- Eigelb mit weicher Butter, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Quark und Milch unterrühren und mit Zitronensaft abschmecken.
- Eiweiß zu Eischnee schlagen und unter die Quarkmasse heben.
- Lasagneblätter, Quarkmasse und Äpfel lagenweise in eine Auflaufform schichten. Dabei jeweils mit einer Quarkschicht beginnen und auf der letzten Nudelschicht abschließen.
- Bei 180 °C 45 Minuten backen.

Tipp: Wer mag, kann die Lasagne mit Walnüssen und Rosinen garnieren.