

Lasagne-Suppe, veget. Hackbällchen, Tomaten, Ricotta

Für zwei Personen

Für die Tomatenbrühe:

2 kleine Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	200 ml Gemüsefond
3 EL Tomatenmark	Olivenöl	1 Zweig Basilikum
1 TL Chiliflocken	1 EL Zucker	Salz

Für die Tomaten:

8 Kirschtomaten	1 TL Olivenöl	Salz
-----------------	---------------	------

Für die Nudeln:

1 Ei	1 EL Olivenöl	100 g Hartweizengrieß
30 g Mehl	1 Prise Salz	

Für die Hackbällchen:

100 g veganes Hack	$\frac{1}{4}$ Brötchen	80 ml Milch
$\frac{1}{2}$ TL körniger Dijonsenf	2 EL Sonnenblumenöl	$\frac{1}{2}$ TL Rauchpaprika
$\frac{1}{2}$ TL Bohnenkraut	$\frac{1}{4}$ TL granul. Knoblauch	$\frac{1}{4}$ TL Koriandersamen
Salz		

Für den Kräuter-Ricotta:

250 g Ricotta	5 Zweige Basilikum	$\frac{1}{2}$ TL getrockneter Oregano
---------------	--------------------	---------------------------------------

Für den Parmesanchip:

50 g Parmesan

Für die Garnitur:

1 Zweig Basilikum

Für die Tomatenbrühe:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebeln abziehen und halbieren, dabei nicht ganz einschneiden, damit die Hälften zusammenhalten. Knoblauch abziehen und mit dem Messer zerdrücken. Olivenöl in einem Topf auf mittlerer Hitze erwärmen.

Zwiebeln mit der Schnittseite nach unten in den Topf legen und scharf anbraten bis sie leicht braun sind. Knoblauch, Tomatenmark und Chiliflocken dazugeben und 1 Minute scharf anbraten. Gemüsefond, Basilikum, Zucker und eine große Prise Salz dazugeben. Alles 15 Minuten köcheln lassen.

Für die Tomaten:

Kirschtomaten halbieren, mit Olivenöl und Salz mischen und mit der Schnittseite nach oben auf ein Backblech mit Backpapier geben. Im heißen Ofen 15 Minuten backen lassen.

Für die Nudeln:

Grieß, Mehl und Salz in eine Schüssel geben und gut mischen. Das Ei und Olivenöl in die Mitte geben und mit einer Gabel verquirlen, langsam immer mehr Grieß-Mehl dazu mischen. Den Teig auf einem Brett gut kneten bis er gleichmäßig glatt ist. In Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Teig portionieren und dünn ausrollen. In kleine Vierecke schneiden und in leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten köcheln lassen.

Für die Hackbällchen:

Brötchen fein würfeln und in Milch einweichen.

Hack mit abgetropftem Brötchen, Senf, Gewürzen und einer Prise Salz verkneten. Aus der Masse Bällchen formen und in Sonnenblumenöl scharf anbraten, bis alle Seiten knusprig werden.

Für den Kräuter-Ricotta:

Basilikum fein schneiden und mit Ricotta und Oregano gut mischen.

Für den Parmesanchip:

Parmesan reiben. In eine heiße Pfanne zwischen zwei Backpapieren kleine Parmesanhäufchen geben. Leicht braun und knusprig werden lassen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Basilikum garnieren.

Ariana Gunderson am 23. Februar 2026