

# Lasagne vom Bison und Gemüse auf Studentenfutter-Joghurt

## Für vier Personen

500 g Bisonrücken	8 cl Olivenöl	2 Limonen
400 g Joghurt	1 Schote Chili	1 kg Gemüse
100 g Kürbiskerne	1 Bund Rucola	Borretschöl
Energiemix	Stevia	Kerbel
Schnittlauch	Pfeffer	Salz

Den Bisonrücken in circa drei Millimeter dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern und mit Olivenöl, Stevia und Limonensaft marinieren. Den Joghurt mit Salz, Stevia, Chili und Limonensaft abschmecken. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Stevia würzen und zugedeckt im eigenen Saft circa eine Minute garen. Anschließend mit Kürbiskernen, Rucola und Borretschöl marinieren. Den Joghurt auf Teller geben, Energiemix darauf streuen und dann aus den Bisonscheiben und dem Gemüse eine „Lasagne“ schichten. Zum Schluss die restlichen Kürbiskerne darüber streuen. Mit Kerbel und Schnittlauch garnieren.

Stefan Marquard am 27. April 2012