



LASAGNES

- 6 PERS.

MÉTHODE

1 Préchauffez le four à 180°C. Laver et couper les aubergines en morceaux. Les étaler sur une plaque de cuisson. Ajouter 1 càs d'huile d'olive. Faire cuire les aubergines pendant 15 minutes.

Faire revenir la viande hâchée dans une poêle avec 1 càs d'huile d'olive. Ajouter le coulis de tomates, sel et poivre +/- des herbes de Provence, des feuilles de laurier. Couvrir et laisser mijoter à feu doux.

2 Préparer la béchamel sans matière grasse : Délayer la farine dans un verre de lait froid. Faire chauffer le reste du lait dans une casserole. Ajouter le mélange lait et maïzena lorsque le lait est chaud. Laisser épaissir en remuant. Ajouter sel, poivre et muscade.

3 Monter les lasagnes : Essuyer votre plat à gratin avec un sopalin légèrement imbibé d'huile puis placer successivement : des feuilles de lasagne, la moitié des aubergines, la moitié du mijoté de viande, 1/3 de la béchamel puis répéter l'opération une fois. Ajouter les dernières feuilles de lasagne puis une dernière couche de béchamel. Parsemer de fromage râpé.

Enfourner pour 30 minutes de cuisson à 180°C

INGRÉDIENTS

- 3 Aubergines (environ 400g)
- 250g de coulis de tomate
- 400 g de viande hâché au choix (agneaux, bœuf, poulet ...)
- Parmesan Mozzarella
- 9 plaques de pâtes à lasagne
- 600 mL de lait
- 60g de maïzena
- Sel, poivre, muscade, herbes de Provence, feuille de laurier ...
- Huile d'olive

USTENSILES

- Couteau, four, plaque de cuisson
- Poêle, cuillère en bois
- Casserole, verre, cuillère
- Plat à gratins, sopalin

TEMPS DE PRÉPARATION

- Préparation | 30 min
- Cuisson | 45 min