



LASAGNE CHEVRE COURGETTE



PREPARATION - 30 MINUTES - CUISSON 30 MINUTES

Une boîte de plaques de lasagne fraîche

6 courgettes

250 gr de chèvre frais

100 gr de raisins secs blonds

2 oignons rouges

Emmental, parmesan

Sel, poivre, paprika, noix de muscade

Béchamel sans beurre

50 cl de lait de vache

10cl de crème de soja

2 cuillère à soupe de farine d'épeautre T110

Epluchez et découpez en petits morceaux oignons et courgettes. Les faire revenir environ 20 minutes à feu doux dans une cuillère à soupe d'huile d'olive jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Ajouter les raisins secs

Faire la béchamel.

Dans une casserole, ajouter le lait et la farine. Bien mélanger. Saler, poivrer. Mettre une pinceau de noix de muscade. Faire cuire jusqu'à ce que la crème épaississe et nappe la cuillère. Tourner régulièrement.

Retirer du feu.

Dressage

Dans un plat qui va au four

Disposer une première couche de crème au fond du plat puis une couche de feuilles de lasagnes. Mettre le mélange de légumes puis parsemer de parmesan et de morceaux de chèvre frais. Bien répartir. Mettre de nouveau un peu de béchamel.

Recouvrir de feuilles de lasagnes et répéter jusqu'à obtention de multi-couches et épuisement des légumes.

Terminer par des feuilles de lasagne que l'on recouvre du reste de béchamel.

Saupoudrer d'emmental râpé et faire cuire à 180° entre 20 et 30 minutes selon votre four. Le dessus doit-être doré.