

La recette de la semaine

Les petits pois
à l'honneur !

LASAGNES VEGETARIENNES



Ingrédients (pour 4 personnes):

- 400g de petits pois
- 400g de champignons
- 400g de carottes
- 150g de gruyère râpé
- 40g de beurre
- 40g de farine
- ½ litre de lait
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- 1 sachet de lasagne
- Sel, poivre
- Muscade

Préparation :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Préparer les légumes (laver, éplucher...) et les faire cuire.
3. Réaliser la béchamel à la tomate : faire fondre le beurre sur feu doux, y ajouter la farine et bien mélanger. Verser le lait petit à petit tout en mélangeant continuellement. Cuire 10mn après ébullition. Ajouter le concentré de tomate. Saler, poivrer et ajouter un peu de muscade.
4. Faire pré-cuire les pâtes à lasagnes quelques minutes, en prenant soin de vérifier qu'elles ne se collent pas entre elle. Les essorer et réserver.
5. Assembler les lasagnes : commencer par mettre au fond du plat une couche de béchamel puis de gruyère râpé. Superposer une couche de pâtes à lasagnes. Remettre une couche de béchamel et de gruyère puis une couche de légumes puis les pâtes à lasagnes. Continuer ainsi jusqu'à épuisement des ingrédients. Finir avec une couche de béchamel et de gruyère.
6. Enfourner pour 30mn environ. Le fromage doit être bien doré.