Les recettes du

LE POTAGER Coudoux

LASAGNES ÉPINARDS, BROUSSE ET MENTHE :

INGRÉDIENTS
pour 6 personnes

- plaques de pâte de lasagne fraiche
- 1,5 kg d'épinards
- 1 bouquet de menthe
- 600gr de brousse artisanale
- 25gr de beurre
- 3 c. à s. de farine
- 30cl de lait
- sel
- poivre
- fromage rapé
- noix de muscade

Note

Ce plat végan, vous apportera un peu de fraicheur et d'originalité.
Vous pouvez remplacer les lasagnes par des cannellonis.

PRÉPARATION :

1/ Préchauffer le four à 180 °C.

2 / Mélanger la brousse, la menthe ciselée et le sel et le poivre dans un saladier.

3 / Nettoyer les épinards et faites les revenir à la poële avec un peu d'huile d'olive. A faire certainement en deux cuissons.

4 / Faite égoutter les épinards dans une passoire, puis mélangez les à la préparation menthe brousse.

5 / Préparez votre béchamel, faite fondre le beurre, ajouter le lait, fouetter jusqu'à ce que le mélange épaississe. Salez et poivrez, puis ajouter de la noix de muscade.

6 / Dans un plat à grattin, faite une couche de pate de lasagne, puis de la préparation brousse épinards, puis de béchamel et recommencer les étapes (faire environs 3 couches). Salez et poivrez à nouveaux et parsemer de fromage rapé.

7 / Enfourner entre 35 et 40 minutes.
Régalez-vous !