

Lasagnes aux légumes

Ingrédients pour 6 personnes :

2 aubergines
2 poivrons
2 courgettes
3 oignons
6 gousses d'ail
6 plaques de lasagnes
1 pot de sauce ou coulis de tomates
1/2 litre de béchamel (50 cl de lait - 35 g de beurre - 35 g de farine)
2 cuillères à soupe de parmesan
2 boules de mozzarella
herbes de Provence
pesto (facultatif)
sel et poivre du moulin.

Progression :

Éplucher et couper les aubergines en gros dés. Cuire immédiatement à l'eau frémissante pendant 10 minutes.

Égoutter et presser les aubergines pour extraire le maximum d'eau puis écraser la pulpe à la fourchette et y ajouter le parmesan et mélanger.

Éplucher les poivrons, les évider, les découper en grosses lanières, puis les blanchir à l'eau frémissante pendant 10 minutes.

Les laisser bien s'égoutter. La texture doit être ramollie mais encore ferme à cœur.

Hacher grossièrement les oignons et ajouter les 3 gousses d'ail écrasées. Faire blondir dans un peu d'huile d'olive.

Huiler le fond des 2 plats légèrement et poser la première plaque de lasagne.

Répartir le mélange aubergines et parmesan et ajouter la sauce tomate ou le coulis.

Poser une deuxième plaque de lasagne, verser la moitié de la sauce béchamel.

Poser sur la béchamel la tombée d'oignons et d'ail et répartir régulièrement.

Disposer les courgettes crues coupées en fines rondelles, puis les poivrons.

Répartir les tranches de mozzarella et saupoudrer avec des herbes de Provence.

Poser la dernière plaque de lasagne.

Recouvrir avec le reste de la béchamel et saupoudrer de parmesan. Les laisser se réhydrater à température ambiante entre 30 minutes et 1 heure avant d'enfourner.

Mettre au four 25 minutes à 200°C.