

Lasagnes végétariennes



Préparation

Préchauffer le four à 190 °C.

Cuire les pâtes: Faire cuire les feuilles de lasagne dans de l'eau bouillante pendant 8 à 10 minutes, puis les tamponner sur des linges de cuisine propre.

Préparer les boulettes d'épinards: Pour les boulettes d'épinards, faire revenir les épinards pendant quelques minutes dans un peu d'eau, bien les égoutter, puis les hacher. Ajouter 1 cs d'œuf légèrement battu, la chapelure et 25 g de parmesan, bien mélanger le tout, assaisonner avec du sel marin, du poivre noir du moulin et de la noix de muscade fraîchement râpée. Avec les mains, former des boulettes de la taille d'une noix. Faire chauffer suffisamment d'huile et y faire frire les boulettes de tous les côtés jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées, les laisser égoutter sur du papier ménager.

Ingrédients pour 6 à 8 personnes

- 450 g de feuilles de lasagnes sèches (jaunes ou vertes)
- 1 kg d'épinards frais
- 1 œuf, légèrement battu (pour les boulettes d'épinards)
- 2 œufs, légèrement battus (pour faire dorer les aubergines et les courgettes)
- 2 cs de chapelure grossière
- 1 pincée de noix de muscade
- 150 g de parmesan fraîchement râpé
- 2 grosses aubergines et 2 grosses courgettes, coupées en tranches verticales de 5 mm d'épaisseur
- 100 g de farine fleur
- 300 g de bolets frais, ou de pleurotes ou de shiitake, coupés en tranches
- 1 gousse d'ail pelée et hachée
- 1 cs de persil plat haché
- 1 l de sauce tomate basique ou une bonne sauce toute prête
- 300 g de fromage Fontina, coupé en dés
- 7 œufs, légèrement battus, pour monter les lasagnes

Faire frire les aubergines et les courgettes: Recouvrir de farine les tranches d'aubergines, les passer dans la moitié des 2 œufs battus, puis les faire dorer et les égoutter. Procéder de la même manière avec les tranches de courgettes. Pour une variante simplifiée, placer les tranches de légumes côte à côte sur une plaque de cuisson et les arroser d'un filet d'huile d'olive, les cuire 15 minutes de chaque côté dans le four préchauffé à 180° C .

Faire revenir les champignons: Faire revenir les champignons dans un peu d'huile, ajouter l'ail et le persil, assaisonner.

Monter les lasagnes: Répartir 3 à 4 cs de sauce tomate au fond d'un grand moule, recouvrir d'une couche de feuilles de lasagnes, d'une couche de champignons, d'aubergines, de courgettes et de boulettes d'épinards, terminer avec un peu de fromage Fontina, 3 à 4 cs de sauce, 3 à 4 cs d'œuf battu et une grosse portion de parmesan, puis recouvrir avec des feuilles de lasagnes. Renouveler l'opération jusqu'à ce qu'il ne reste plus d'ingrédients. Terminer avec une couche de légumes.

Cuisson: Faire cuire au four préchauffé pendant 20 minutes.