

LASAGNES AU CHOU VERT

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 30 minutes	Cuisson 1 h 15 min
Pour 4 personnes	1 sauteuse, 1 plat à gratin, 1 casserole

Ingrédients :

1 paquet de lasagnes
400 gr de hachis de bœuf
1 chou vert
1 boîte de tomates pelées
25 cl de coulis de tomates
1 oignon
Origan
4 cuillères à soupe de chapelure, 120 gr de gruyère râpé
Ail, huile d'olive, beurre pour le plat, sel et poivre

Préparation :

1 - Faire dorer dans une sauteuse l'oignon préalablement haché dans un peu d'huile d'olive, ajouter le hachis de bœuf, saler, poivrer et laisser cuire 5 minutes.
2 - Laver le chou, retirer les premières feuilles et prélever les autres pour les faire blanchir dans une grande casserole remplie d'eau bouillante salée; égoutter.
3 - Dans la sauteuse ajouter l'ail, un peu d'origan, la chapelure, 50 gr de gruyère, le coulis de tomates et les tomates pelées écrasées ; mélanger, saler et poivrer
4 - Beurrer un grand plat à gratin rectangulaire, recouvrir de farce puis de lasagnes puis de feuilles de chou et enfin de farce et répéter l'opération.
5 - Saupoudrer d'origan et de gruyère râpé restant
6 - Mettre au four préchauffé à 200°C pendant 1 heure et servir aussitôt