

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM

LASAGNE AUX FRUITS DE MER



6 pâtes de lasagne cuites

1 à 1½ lb (450g à 700g) de fruits de mer cuits

1 tasse d'épinards cuits

3 tasses de fromage râpé (un mélange au goût qui se gratine bien)

SAUCE :

½ tasse de farine

5 c. à table de beurre

2 c. à table d'huile

¾ tasse d'oignons hachés finement

3 gousses d'ail hachées finement

2 tasses de lait

2 tasses de bouillon de poulet

½ c. à thé de poudre de cari

Préchauffer le four à 350°F.

Dans un petit poêlon antiadhésif faire fondre le beurre à feu moyen-élevé.

Ajouter la farine et remuer environ une minute de façon à faire un "roux". Réserver et laisser refroidir.

Dans une casserole, faire tomber les oignons dans l'huile à feu moyen-élevé jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides. Ajouter l'ail et continuer encore 1 minute.

Verser ensuite le lait, le bouillon de poulet et la poudre de cari et porter à ébullition.

Réduire le feu à moyen-doux, ajouter le "roux" dans le bouillon et remuer environ 2 minutes à l'aide d'un fouet en s'assurant de ne pas avoir de grumeaux.

Pour le montage, verser la moitié de la sauce dans le fond d'un plat 9" x 13" et déposer 3 pâtes de lasagne sur la sauce. Vous pourrez aussi choisir de faire des plats individuels en équilibrant les ingrédients.

Disposer ensuite les fruits de mer et les épinards, poivrer au goût et déposer les 3 autres pâtes de lasagne.

Verser le reste de la sauce et couvrir uniformément de fromage.

Mettre au four 10 minutes, déposer ensuite une feuille de papier d'aluminium sur le plat sans presser (dans le but d'éviter de trop faire griller le fromage) et continuer la cuisson 35 minutes.

À la fin de la cuisson, retirer le papier d'aluminium, vérifier la cuisson du fromage que vous pourrez faire griller 1 ou 2 minutes à "Broil" jusqu'à la coloration désirée.

Laisser reposer 10 minutes et servir.

Ce plat demande d'effectuer quelques étapes, mais vous apprécierez et verrez que le travail en valait la peine. Ce même plat peut très bien se faire avec du poulet cuit.

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM