

Lasagne de saumon aux épinards

Ingrédients pour 4 personnes

600 gr d'épinards en branche
1 paquet de lasagnes sèches
25 gr de beurre
25 gr de farine
50 cl de lait
1 jaune d'œuf
5 cl de crème fraîche
450 gr de saumon
Muscade
Poivre
Emmental râpé ou mozzarella



La recette

Préparation de la sauce mornée

1/Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et faites cuire quelques minutes à feu doux le mélange ne doit pas prendre de couleur. Ajoutez le lait sans cesser de remuer et portez doucement à ébullition. Faites cuire une dizaine de minutes pour que la sauce épaisse. Ajoutez la crème, le jaune d'œuf, la noix de muscade, salez et poivrez.

Cuisson des épinards

1/Porter une grande casserole d'eau salée en ébullition, puis plonger les épinards environ 20 minutes. Égouttez-les puis rincez-les bien.

Cuisson du saumon

1/ plaquez le saumon dans un cuiseur vapeur puis cuisez le 20 minutes.
2/Laissez le refroidir puis enlever la peau et les arêtes.

Montage de la lasagne

1/Mettre un peu de beurre dans un plat rectangulaire ou carré allant au four, puis une couche de lasagnes, une couche de saumon, une couche d'épinards arrosé de sauce mornée. Recommencer l'opération jusqu'à la fin des ingrédients. Terminer avec une couche de emmental râpé ou de mozzarella.

Enfournez 20 min à 220° pour obtenir une jolie teinte dorée.

La bonne recette de gütoune