

LASAGNE AUX LENTILLES ET ÉPINARDS

4 portions

v1

INGRÉDIENTS

- 300 g d'épinards
- 400 g de fromage cottage
- ½ boîte de 540 ml de lentilles vertes
- ¾ de tasse de noix du Brésil (ou de Grenoble)
- 1 tasse de sauce aux tomates
- 1 courgette moyenne
- 125 g de champignons de Paris
- 1 oignon moyen
- 3 gousses d'ail
- 2 c. à table d'huile d'olive
- 1 c. à table d'origan séché
- 1 c. à table de basilique séché
- ¼ c. à thé de poivre de Cayenne
- ½ c. à thé de sel
- 9 feuilles de pâte à lasagne
- Fromage mozzarella pour couvrir le dessus de la lasagne



INSTRUCTIONS

- Faire bouillir les feuilles de pâte 8 minutes dans de l'eau salée, égoutter et étendre sur un linge.
- Laver les feuilles d'épinard, égoutter grossièrement, puis les faire ratatiner à feu moyen dans un grand chaudron, 3 à 4 minutes. Bien égoutter et presser avec une spatule contre une passoire pour extirper le liquide.
- Dans un plat à lasagne huilé d'environ 20 cm x 25 cm, étendre 3 feuilles de pâte dans le fond. Couvrir avec les épinards, puis avec le fromage cottage. Étendre 3 autres feuilles de pâte.
- Couper fin l'oignon, les gousses d'ail, la courgette et les champignons, puis rissoler 5 minutes dans une poêle, avec l'huile d'olive, en commençant par les oignons 1 minute.
- Laver et rincer les lentilles, et émietter les noix dans un petit robot culinaire ou au couteau.
- Dans un bol, mélanger les légumes rissolés, les lentilles, les noix émiettés, la sauce aux tomates, le basilique, l'origan, le poivre de Cayenne et le sel.
- Étendre le mélange sur la deuxième couche de pâtes et recouvrir d'une 3^{ème} couche de pâtes.
- Terminer avec une couche de fromage mozzarella et couvrir d'un papier d'aluminium.
- Cuire à 375° F pendant 35 minutes, enlever le papier d'aluminium et cuire un autre 15 minutes.