



SAVEURS et TALENT2

Des lasagnes à toutes les sauces

Pour faire ses pâtes :

Deux œufs, 100 gr de farine, 100 gr de semoule fine, une pincée de sel et une goutte d'huile d'olive.
Bien mélanger la farine, la semoule et le sel. Puis y incorporer les œufs battus avec l'huile. Former une pâte lisse et bien sèche. Laisser reposer au frais. Étirer la pâte obtenue le plus mince possible, découper tagliatelles et autres lasagnes, cuire à l'eau bouillante.

Lasagnes à la bolognaise :

Pour 6 personnes : 8 plaques de lasagnes, 500 g de tomates fraîches ou 800 g de pulpe de tomates, 300 g de viande de bœuf hachée, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 2 c à s d'huile d'olive, 1 c à s d'herbes aromatiques, 100 g d'emmental râpé, 50 g de parmesan râpé, sel, poivre. Pour la béchamel : 70 g de beurre, 70 g de farine, 50 cl de lait, une pincée de noix de muscade.

Couper un oignon et une gousse d'ail en petit morceaux. Les faire revenir à feu doux dans une casserole ou une sauteuse avec une cuillère à soupe d'huile d'olive, jusqu'à ce que les oignons soient devenus un peu translucides. Une fois que les oignons ont pris une jolie couleur dorée, ajouter 800 g de pulpe de tomates. Saler, poivrer et ajouter une bonne cuillère à soupe d'herbes aromatiques (au choix : origan, basilic, thym). Laisser réduire et mijoter à feu doux pendant 20 minutes, avant de mixer ou non selon les goûts.

Pendant que la sauce mijote, faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle pour y faire revenir 300 g de viande de bœuf hachée à feu moyen pendant 3 à 5 minutes. Saler et poivrer, puis la mélanger à la sauce tomate réservée.

Pour faire la béchamel : dans une casserole, faire fondre 70 g de beurre et ajouter la même quantité de farine hors du feu. Mélanger pour que le beurre soit absorbé. Ajouter 50 cl de lait très progressivement en mélangeant pour empêcher la formation de grumeaux. Replacer sur feu doux et laisser épaissir pendant quelques minutes. Saler, poivrer et ajouter une bonne pincée de noix de muscade. Astuce : la béchamel peut être remplacée par de la crème fraîche ou de la sauce soja.

Beurrer un plat et y déposer une couche de béchamel, puis une couche de lasagnes, et une de sauce tomate à la viande parsemée d'emmental râpé. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients en terminant par de la béchamel et saupoudrer avec du parmesan râpé. Les amateurs peuvent aussi ajouter des lamelles de champignons de Paris au moment du montage.

Enfourner à four préchauffé à 165°C (thermostat 5/6) pendant 45 minutes environ, pour que les lasagnes soient bien gratinées.

Variantes :

Aux légumes

Pour 6 à 8 personnes : lasagnes (fait maison ou un paquet de pâtes sèches), 1 oignon, ail, hachis de légumes variés, 700 ml de coulis de tomates, 3 c à s d'huile d'olive, crème fraîche ou béchamel, fromage râpé.

Faire revenir l'oignon et les légumes hachés dans de l'huile d'olive. Mélanger avec la pulpe de tomates. Alternier couches de pâtes et hachis de légumes. Recouvrir de crème et de fromage râpé.

Enfourner à four préchauffé à 165°C (thermostat 5/6) pendant 45 minutes environ, pour que les lasagnes soient bien gratinées.

Saumon/épinards

Saumon frais, épinards, crème fraîche ou sauce béchamel. Fromage râpé, mozzarella ou bleu.

Lasagnes de fin de semaine

Avec la même base que pour les lasagnes aux légumes, utiliser les légumes qui vous restent, du fromage, des dés de jambon, etc.

Lasagnes végétariennes :

Au tofu

Pour 6 à 8 personnes : *lasagnes (fait maison ou un paquet de pâtes sèches), deux tasses de dés de tofu mariné dans du tamari, 3 carottes, 200 g de courge, 2 oignons, 200 g de champignons, 2 gousses d'ail, 700 ml de coulis de tomates, 3 c à s d'huile d'olive, 3 c à s de farine, ¾ l de lait d'avoine, fromage râpé, sel, poivre, noix de muscade.*

Faire revenir les dés de tofu dans un bol en les recouvrant de tamari. Laisser reposer en remuant régulièrement pour qu'ils soient bien imbibés. Découper les légumes en petits cubes et les faire revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive, les épices et l'ail pressé. Laisser mijoter environ ¼ d'heure. Ajouter le coulis de tomates. Ajuster les épices si nécessaire. Laisser mijoter à nouveau environ une heure à feu doux en remuant de temps en temps (couvert). Cette sauce doit rester assez liquide, ajouter un peu d'eau si besoin. En fin de cuisson, ajouter les dés de tofu pour qu'ils s'imprègnent du goût de la sauce.

Préparation de la béchamel : mettre l'huile d'olive dans une casserole à feu doux. Ajouter la farine et mélanger au fouet jusqu'à que le mélange devienne friable. Ajouter le lait au fur et à mesure sans cesser de remuer jusqu'à épaississement. Saler et poivrer un peu. Ajouter la noix de muscade.

Astuce : la béchamel peut être remplacée par de la crème fraîche ou de la crème soja.

Pour finir, huiler un plat allant au four. Alternier les couches de sauce, lasagnes et béchamel jusqu'en haut du plat. Finir par une couche de béchamel. Couvrir le plat de fromage râpé et poivrer. Mettre au four à 180°C entre 40 minutes et une heure.