

Lasagnes aux courgettes et au chèvre

Plat principal

Très facile : 

Bon marché : 



Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 2 grosses courgettes (ou 3 petites)
 - 5 ou 6 fromages de chèvre frais
 - 25 cl de lait
 - 1 cuillère à soupe de Maïzena
 - 5 ou 6 plaques de lasagnes
 - 30 g de gruyère râpé
 - sel, poivre, muscade
-

Préparation de la recette :

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Laver les courgettes, les râper avec une grosse grille. Faire revenir 15 mn à feu doux dans une poêle.

Ajouter les chèvres frais, saler et poivrer.

Mettre les pâtes à cuire.

Faire un béchamel légère : porter à ébullition le lait et ajouter la Maïzena, mélanger à feu doux pour que la sauce prenne, saler, poivrer et ajouter la muscade.

Dans un plat, alterner la sauce, les plaques de lasagnes, les courgettes, terminer par la sauce. Parsemer de gruyère.

Enfourner 20 à 25 mn.