

## Lasagnes aux courgettes et au saumon



Quantité

4 Personne(s)

Cuisson

35 min

Coût de la recette

Pas cher

Niveau de difficulté

Facile

### Ingrédients

pour Lasagnes aux courgettes et au saumon

- 350 g de feuilles de lasagnes
- 4 pavés de saumon d'environ 150 g chacun sans peau et sans arête
- 4 courgettes
- 400 g de fromage de chèvre frais
- 1 citron non traité
- 4 brin d'aneth
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

### Résumé

pour Lasagnes aux courgettes et au saumon

### Préparation

pour Lasagnes aux courgettes et au saumon

- 1 Préchauffez le four th.7 (200°C).
- 2 Zestez le citron et pressez-le. Coupez la chair de saumon en dés. Ajoutez-y 4 c. à soupe d'huile d'olive et les zestes de citron. Salez et poivrez. Mélangez le fromage de chèvre avec le jus de citron.
- 3 Retirez les extrémités des courgettes et coupez-les en fines tranches.
- 4 Faites chauffer une poêle à feu moyen avec le reste d'huile d'olive. Faites-y dorer les tranches de courgettes environ 3 min par face. Egouttez-les sur du papier absorbant.
- 5 Faites cuire les lasagnes. Egouttez-les et déposez-les sur un linge. Prélevez les petites pluches de l'aneth.
- 6 Etalez une couche de lasagnes au fond du plat. Versez dessus la moitié des dés de saumon et la moitié des

courgettes. Remettez une couche de feuilles de lasagnes et étalez la moitié du fromage de chèvre dessus.  
Remettez une couche de lasagnes, le reste du saumon, puis les lasagnes et le reste du fromage de chèvre.

7

Enfournez pendant 10 min.

8

Sortez le plat et parsemez-le des pluches d'aneth. Servez aussitôt.

## Astuces

pour Lasagnes aux courgettes et au saumon

---

Avec 10 min de cuisson au four, le saumon est seulement mi-cuit, si vous le préférez plus cuit, prolongez la cuisson de 5 min.