

LASAGNES DE CHOU VERT

INGRÉDIENTS

- 1 moitié de chou vert
- · coulis de tomate nature
- 100g de gruyère râpé
- 1 oignon émincé
- 2 gousses d'ail écrasées
- 1cc d'huile d'olive
- 300g de steak haché
- thym.

TEMPS DE PRÉPARATION : 10MN TEMPS DE CUISSON : 1H TEMPS TOTAL : 1H10MN

PRÉPARATION

Porter à ébullition une grande quantité d'eau salée.

Détacher, une à une, les feuilles de choux, les rincer, et plonger les feuilles pendant 15 min. Égoutter les feuilles.

Faire revenir l'oignon et l'ail dans une poêle dans l'huile d'olive, quand l'oignon devient transparent rajouter la viande hachée, saler, poivre et mettre du thym, rajouter le coulis de tomate et laisser réduire un peu.

Mettre une couche de sauce, des feuilles de chou et du gruyère râpé... Puis, répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.

Mettre au four à 180°C, pendant environ 40 min.