LASAGNES VÉGÉTARIENNES AU CHOU FRISÉ

INGRÉDIENTS

- Un petit chou frisé
- 2 grosses carottes
- 80 g de cerneaux de noix
- 2 c-à-s de chapelure
- des feuilles de lasagne
- un peu de beurre
- sel et poivre
- 200 g de fromage à raclette

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 45MN
TEMPS TOTAL : 1H15MN

PRÉPARATION

Lavez le chou, détaillez-le en lamelles.

Pelez les carottes, lavez-les et coupez-les en cubes.

Cuire les légumes au four vapeur ou dans un cuit-vapeur (ou dans une poêle à couvert avec un verre d'eau) dix minutes.

Mélangez bien les légumes en les passant 5 minutes dans un peu de beurre dans une poêle. Salez et poivrez.

Mixez les cerneaux de noix et ajoutez la chapelure.
Mélangez-la aux légumes.

Dans un plat à gratin beurré, déposez des couches de légumes alternées avec des feuilles de lasagne.

Recouvrez de fromage à raclette et enfournez 30 minutes à 180°.

Vous pouvez recouvrir avec un papier de cuisson pour éviter que le plat ne dessèche (surtout si vous avez terminé par les feuilles de lasagne).