



LASAGNES À LA COURGE ET AUX COURGETTES (THERMOMIX®)



QimiQ AVANTAGES

- Une préparation simple et rapide
- Un plaisir crémeux avec moins de matières grasses
- Possibilité de réchauffer sans problème



Conseils

Agrémenter d'olives noires et d'artichauts.

INGRÉDIENTS POUR 1

Feuilles de lasagne

100 g Mozzarella

POUR LA SAUCE À LA COURGE ET AUX COURGETTES

1 Oignon(s)

2 Gousse(s) d'ail

10 g Huile d'olive

500 g Courge, in Stücken

350 g Courgette(s), in Stücken

2 Dose(n) stückige Tomaten

30 g Concentré de tomates

2 cc Épices pour pizza

Gewürzpaste oder 1 Suppenwürfel

1 cc Sucre

Sel et poivre

POUR LA SAUCE AU FROMAGE

500 g QimiQ Sauce Base

170 g Parmesan, in Stücken

120 g Lait

1 pincée Noix de muscade

Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Ajouter la mozzarella dans le bol du mixeur, hacher 3 sec/vitesse 5 et transvaser.
2. Pour la sauce aux légumes : mettre l'oignon et l'ail dans le bol du mixeur, hacher 5 sec/vitesse 5, ajouter l'huile d'olive et faire revenir 3 min/100 °C/vitesse 2. Ajouter les morceaux de courge et de courgette, hacher 10 sec/vitesse 5 et poursuivre la cuisson 10 min/100 °C/vitesse 2.
3. Ajouter les tomates en boîte, le concentré de tomates, le condiment pour pizza, la pâte d'épices ou le cube de soupe, le sucre, le sel et le poivre, mélanger 5 sec. / vitesse 4 et cuire 10 min. / 100 °C / vitesse 2 et rectifier l'assaisonnement. Transvaser la sauce. Rincer le bol du mixeur.
4. Pour la sauce au fromage : mettre le parmesan dans le bol du mixeur et le broyer 10 sec/vitesse 10. Ajouter la crème QimiQ, le lait, la noix de muscade, le sel et le poivre, mélanger pendant 5 secondes à la vitesse 4.
5. Préchauffez le four à 180 °C (chaleur de voûte et de sole)
6. Alternez les couches de sauce à la courge et aux courgettes, de feuilles de lasagne et de sauce au fromage dans un plat allant au four (environ 30 x 20 cm). Terminer par la sauce au fromage.
7. Faire cuire dans un four préchauffé pendant environ 40

minutes.

8. Saupoudrer de mozzarella et faire gratiner à chaleur supérieure pendant 10 minutes.