

Lasagnes au poulet et aux champignons

Plat principal

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- Feuilles de lasagne (une dizaine)
- 550ml de coulis de tomates
- 600g de blancs de poulet
- 1 gros oignon
- 1 petite boîte de champignons
- 1 grosse carotte
- 1 cuillère à soupe de bouillon de légumes en poudre
- 25cl de béchamel
- Emmental râpé.
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Herbes de Provence
- Sel, poivre



Temps de préparation : 10min

Temps de cuisson : 1h20

Préparation :

1. Émincez les oignons et coupez la carotte en petits morceaux.
2. Couper les blancs de poulet en morceaux.
3. Faire revenir le tout dans une poêle.
4. Quand le poulet est cuit, ajoutez le coulis de tomates.
5. Ajoutez le bouillon de légumes en poudre.
6. Saupoudrez d'herbes de Provence à votre goût. Salez, poivrez.
7. Laisser mijoter à feu moyen pendant 45 minutes en remuant de temps en temps.
8. 5-10 minutes avant la fin, préchauffez le four à 200°C.
9. Beurrez un plat allant au four. Y disposer un fond de feuilles de lasagnes crues (sauf si elles nécessitent une précuisson). Recouvrez d'une couche de la préparation au poulet. Recouvrez de béchamel en filets ou en pattés. Remettez une couche de lasagnes, etc jusqu'à épuisement des ingrédients. Attention cependant à terminer avec une couche de préparation au poulet recouvert de béchamel.
10. Recouvrez d'emmental râpé.
11. Enfournez au four 35 minutes à 200°C.
12. C'est prêt !

Remarques et conseils :

- Vous pouvez ajouter du parmesan (50g) dans la préparation au poulet. Faites attention à moins saler, car le parmesan est très salé.
- Goûtez la préparation au poulet afin qu'elle soit assaisonnée juste comme il faut : une fois cuit, ça sera torp tard !