Lasagnes bœuf & épinards By Cath



Tooking By Cath

J'utilise des épinards surgelés, même si c'est la saison, car je trouve dommage de gâcher des épinards frais et cela permet de gagner du temps sur la préparation.

Je réalise une <u>sauce béchamel dans le mini bol du Companion</u> mais vous pouvez réaliser celle-ci dans la grande cuve. La recette est disponible ici : <u>Béchamel au Companion</u>

J'utilise ma sauce aux tomates fraîches au basilic réalisée cette été à partir de tomates fraiches et stérilisées mais vous pouvez la remplacer par une sauce tomate du commerce ou mieux une purée de tomate que vous agrémentez de basilic.





Cuisson

1 h 5 min

Durée totale

1 h 25 min

Catégorie: FECULENT - PLAT PRINCIPAL - Riz - Pâtes & CIe

Cuisine: Recette au COMPANION





- ROBOT COMPANION
- ULTRABLADE
- <u>MELANGEUR</u>
- DECOUPE LEGUMES (Disque A Râper fin)
- o MINI BOL (à défaut, réaliser la recette dans la grande cuve)
- Plat à four (dimension des feuilles de lasagnes)

INGREDIENTS

- 6 feuilles lasagnes fraîches (Rana)
- 500 g épinards hachés surgelés
- 150 g gruyère
- 600 g bœuf haché (cheveux d'ange)
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- Huile olive
- Sel & poivre
- 200 ml sauce tomate au basilic (Cf recette : <u>Sauce tomate au basilic By</u> <u>Cath</u>)

Béchamel (pour 250 ml):

- 250 ml lait (1 cup)
- 25 g farine
- 25 g beurre
- Sel, poivre
- Muscade

• PREPARATION

Étape 1

- 1. <u>Installer le kit découpe légumes</u> avec le disque A (râper fin).
- 2. Couper le gruyère de façon à pouvoir l'insérer dans la goulotte.
- 3. Lancer le robot à la vitesse 9* afin de râper le gruyère.

Étape 2 - Réalisation de la béchamel au mini bol

1. Vider le gruyère et réserver.

- 2. Rincer la cuve du Companion puis y verser 700ml d'eau.
- 3. Installer le mini bol dans la cuve.
- 4. Ajouter la farine, le lait, une pincée de muscade, saler et poivrer.
- Positionner le couvercle du mini bol, puis fermer le couvercle du robot.
- 6. Lancer le robot à la vitesse 7 pendant 1 minute.

Etape 3 - Réalisation de la béchamel au mini bol

- 1. Ajouter le beurre coupé en dès
- 2. Fermer les couvercles et lancer le robot à la vitesse 4, à 100°C pour 10 minutes

Pas d'inquiétude si votre sauce semble liquide, elle va épaissir en refroidissant.

Étape 4

- 1. Oter le mini bol de la cuve et réserver.
- 2. Vider et rincer la grande cuve du robot.
- 3. Installer le mélangeur dans la cuve
- 4. Ajouter 2 cuillères à soupe d'huile d'olive ainsi que les épinards surgelés.
- Fermer le couvercle ôter le bouchon et lancer le <u>programme slow Cook</u>
 P1 pendant 10 minutes.

Étape 5

- 1. Ajouter 2/3 de la sauce béchamel et 2/3 du gruyère râpé.
- 2. Saler et poivrer.
- 3. Fermer le couvercle (<u>sans le bouchon</u>) et lancer le robot à 95 degrés, vitesse 3 pendant 2 minutes.

Étape 6

1. Transvaser la béchamel aux épinards dans un saladier et filmer au contact.

Étape 7

- 1. Éplucher l'oignon et le couper grossièrement.
- 2. Éplucher la gousse d'ail et ôter son éventuel germe
- 3. Installer l'Ultrablade dans la cuve.

- 4. Ajouter l'ail et l'oignon dans la cuve.
- 5. Fermer le couvercle, <u>remettre le bouchon</u> et lancer le robot pendant 10 secondes à la vitesse 12

Étape 8

- 1. Ôter l'Ultrablade et le réserver.
- 2. Installer le mélangeur dans la cuve et rassembler la préparation.
- 3. Ajouter 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.
- 4. Fermer le couvercle et lancer le <u>programme slow Cook P1</u> pendant 3 minutes.

Étape 9

- 1. Ôter le mélangeur et repositionner l'Ultrablade.
- 2. Ajouter le bœuf haché en séparant bien les cheveux d'ange.
- 3. Fermer le couvercle et lancer le <u>programme slow Cook P2</u> pendant 10 minutes.

Étape 10

- 1. Ajouter la sauce tomate dans la cuve.
- 2. Remuer la préparation à la spatule.
- 3. Fermer le couvercle et lancer le <u>programme slow Cook P2</u> pendant 10 minutes, à 90 degrés.

Étape 11

1. Lancer le robot à la vitesse 7 pendant une minute.

Instructions complémentaires

1. Si vous ne cuisez pas vos lasagnes immédiatement, laisser refroidir complètement les préparations avant de poursuivre. En effet une préparation chaude entraînerait une déformation de votre pâte à lasagne, en raison d'un début de cuisson de celle-ci.

Étape 12

- 1. Préchauffer le four à 180°C
- 2. Diluer une cuillère à soupe de la béchamel restante avec 3 cuillères à soupe d'eau.

- 3. Étaler ce mélange dans le fond du plat à lasagne.
- 4. Disposer 2 premières feuilles de lasagne dans le plat.
- 5. Répartir la moitié de la viande sur celle-ci.
- 6. Recouvrir d'une troisième feuille de lasagne
- 7. Répartir la moitié de la béchamel aux épinards.
- 8. Recouvrir d'une quatrième feuille de lasagne
- 9. Procéder de la même façon avec le reste de la viande, une autre feuille de lasagne et le reste de la béchamel aux épinards.
- 10. Recouvrir de la dernière feuille de lasagne.
- 11. Répartir le reste de la sauce béchamel sur toute la surface.
- 12. Saupoudrer avec le reste du gruyère râpé
- 13. Recouvrir le plat d'une feuille d'aluminium et enfourner 20 minutes à 180°C.

Couvrir les lasagnes d'une feuille d'alu pendant la cuisson permet d'éviter un dessèchement de la pâte et une coloration de la surface.

14. Servir aussitôt





Kit Découpe Légumes - LE SAVIEZ-VOUS?

Pour utiliser le Kit Découpe Légumes, il suffit de saisir la vitesse (rappel : Vitesse 9 maxi) puis d'appuyer sur START pour lancer le robot



Cooking & Conservation By Cath

Préparation la veille possible mais laissez bien refroidir les préparations avant de réaliser le montage des lasagnes.

Congélation possible et conservation 8 à 12 mois. Pour cela, vous pouvez réaliser les lasagnes dans des **barquettes en aluminium** vous permettant de les passer du four au congélateur puis du congélateur au four. Certaines barquettes sont vendues avec un couvercle. Si ce n'est pas le cas, emballer celles-ci dans un papier aluminium avant de les placer au congélateur.

Rejoignez une communauté de Passionnés : www.passionsbycath.fr









@Copyright: Reproduction interdite sans accord préalable
