

Lasagne saumon et épinards au thermomix

Informations

Préparation : 15 min	Cuisson : 57 min	Durée : 72 min	Difficulté : 3/10
Ingrédients : 14	Etapas : 20	Commentaires : 4	Astuces : 14

Ingrédients

Pour la béchamel:

1000g de lait

40g de maïzena

60g de beurre

30g de crème liquide

Noix de muscade

1 pincée de sel

Poivre Pour les épinards:

800g d'épinards frais

1000g d'eau

1 gousse d'ail

Gros sel Pour le poisson:

400g de saumon frais Pour la lasagne:

4 pâtes à lasagne fraîche

50g de gruyère

Etapas

Pour cuisiner cette recette inratable de lasagne saumon épinard thermomix:Pour la béchamel:

Â»

Mettre le lait, la maïzena, le beurre, la crème liquide, la noix de muscade, le sel, le poivre dans le bol du themomix.

Â»

Régler 7 minutes sur 90°C à la vitesse 3.

Â»

Réserver la sauce dans un bol.

Pour le saumon et les épinards:

Â»

Equeter et laver les épinards.

Â»

Les disposer dans le Varoma.

Â»

Attention: Tous les épinards ne rentrent pas dans le Varoma en une fois, ils se réduisent au fur et à mesure de la cuisson. Il faut donc les mettre petit à petit dans le Varoma, lorsqu'ils diminuent de volume.

Â»

Mettre le saumon sur le plateau du Varoma.

Â»

Mettre l'eau et le gros sel (à votre convenance) dans le thermomix.

Lasagne saumon et épinards au thermomix

Â»

Fermer le bol et insérer le Varoma au dessus.

Â»

Régler 30 minutes sur la température Varoma, vitesse 3.

Â»

A la sonnerie, vider l'eau du bol, éplucher la gousse d'ail, la mettre dans le bol et régler 7 secondes vitesse 7.

Â»

Ajouter les épinards et 5 cuillères à soupe de béchamel.

Â»

Régler 1 minute sur la vitesse 4.

Â»

Préchauffer le four sur 180°C.

Préparation du plat à lasagne:

Â»

Prendre un plat allant au four.

Â»

Poser dans le fond, une pâte à lasagne, recouvrir de la moitié des épinards, ajouter 2 louches de béchamel.

Â»

Remettre une pâte à lasagne, mettre le saumon émietté par dessus.

Â»

Remettre une pâte à lasagne, mettre le reste des épinards avec 3 louches de sauce béchamel.

Â»

Enfin, mettre une pâte à lasagne, badigeonner de béchamel et parsemer de gruyère.

Â»

Enfourner 20 minutes.