

"Lasagnes" de chou frisé



4 PERS.



45m

Difficulté



Ingredients

Un chou frisé (ou un demi selon la taille)

Sauce béchamel :

du beurre,

de la farine

du lait,

sel, poivre

Sauce tomate :

3 tomates

ail, oignon

1? Préparer la sauce béchamel, puis la sauce tomate.

2? Faire revenir la viande hachée à feu moyen pendant 3 à 5 min. Saler et poivrer, puis la mélanger à la sauce tomate.

3- Couper le chou frisé en 4. Enlever les feuilles une à une et les faire cuire 4 min dans l'eau bouillante salée. Les sortir et les plonger dans de l'eau froide. Bien les égoutter.

4- Préchauffer le four à 250°C. Dresser les lasagnes : dans un plat à gratin, disposer une couche de feuille de chou, puis une couche de tomate/viande, puis une couche de béchamel. Recommencer et terminer par de la béchamel. Parsemer d'un peu de fromage râpé.

4- Enfourner pendant 20-25 minutes.

