

Lasagnes au saumon, blettes, curry et amandes

Les ingrédients pour 4 personnes :

Pour la préparation des blettes :

2 grosses bottes de blettes avec beaucoup de vert

2 oignons moyens

1 c à s de curry (plus ou moins suivant la force du curry utilisé)

15 cl de crème liquide à 15% de M.G.

Huile et beurre

Sel et poivre

Pour les lasagnes :

3 plaques de lasagnes fraîches (j'ai pris les Lustucru qui faisaient la taille de mon plat)

350-400 g de filet de saumon sans peau

20 cl de crème liquide à 15% de M.G.

80 g de parmesan reggiano fraîchement râpé

50 g d'amandes effilées

Sel et poivre

Préparation des blettes :

Récupérer le vert des blettes, laver le tout, essorer et couper en grosses lanières. Dans une grande sauteuse, faire fondre dans beurre et huile les oignons hachés et ajouter les blettes quand ils sont translucides. Vous allez avoir un très gros volume de blettes qui va très vite tomber et réduire. Au besoin faites le en plusieurs fois en remuant à chaque fois les blettes. Quand tout est réduit, ajouter sel, poivre, curry et crème. Laisser cuire 2-3 mn et réserver.

Cuire à l'eau bouillante salée les plaques de lasagnes pendant 3 mn. Normalement elles sont précuites mais je préfère pratiquer ainsi. Les égoutter et les mettre sur du papier absorbant.

Couper le filet de saumon en tranches d'1 petit cm.

Faire griller à sec les amandes effilées dans une poêle antiadhésive en remuant de temps en temps.

Dans un plat à gratin huilé de la taille des plaques de lasagnes, mettre une plaque de lasagne, puis la moitié des blettes, la moitié des tranches de saumon, saler et poivrer légèrement, ajouter la moitié des amandes grillées, un peu de crème (2 ou 3 c à s) et un peu de parmesan, remettre une plaque de lasagne et recommencer le montage. Terminer par une plaque de lasagne, tout le reste de la crème et du parmesan.

Mettre à cuire dans un four préchauffé à 200° pendant 20 mn environ.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>