La lasagne bio végétarienne courgette tomate chèvre

Les ingrédients pour 2

200 grs de tomates bio
400 grs de courgettes bio
150 grs d aubergine bio (1/2)
1 fromage frais de chevre
Des herbes, romarin ou persil
Huile
Sel poivre
Lasagnes

Préparation 15 mins Cuisson 25 mins Difficulté 1





Un fromage blanc à aromatiser

On le sale, on le poivre et on le mélange avec les herbes romarin ou persil bio.





On épluche grossièrement l aubergine bio et les courgettes bio et on les effile à la mandoline.





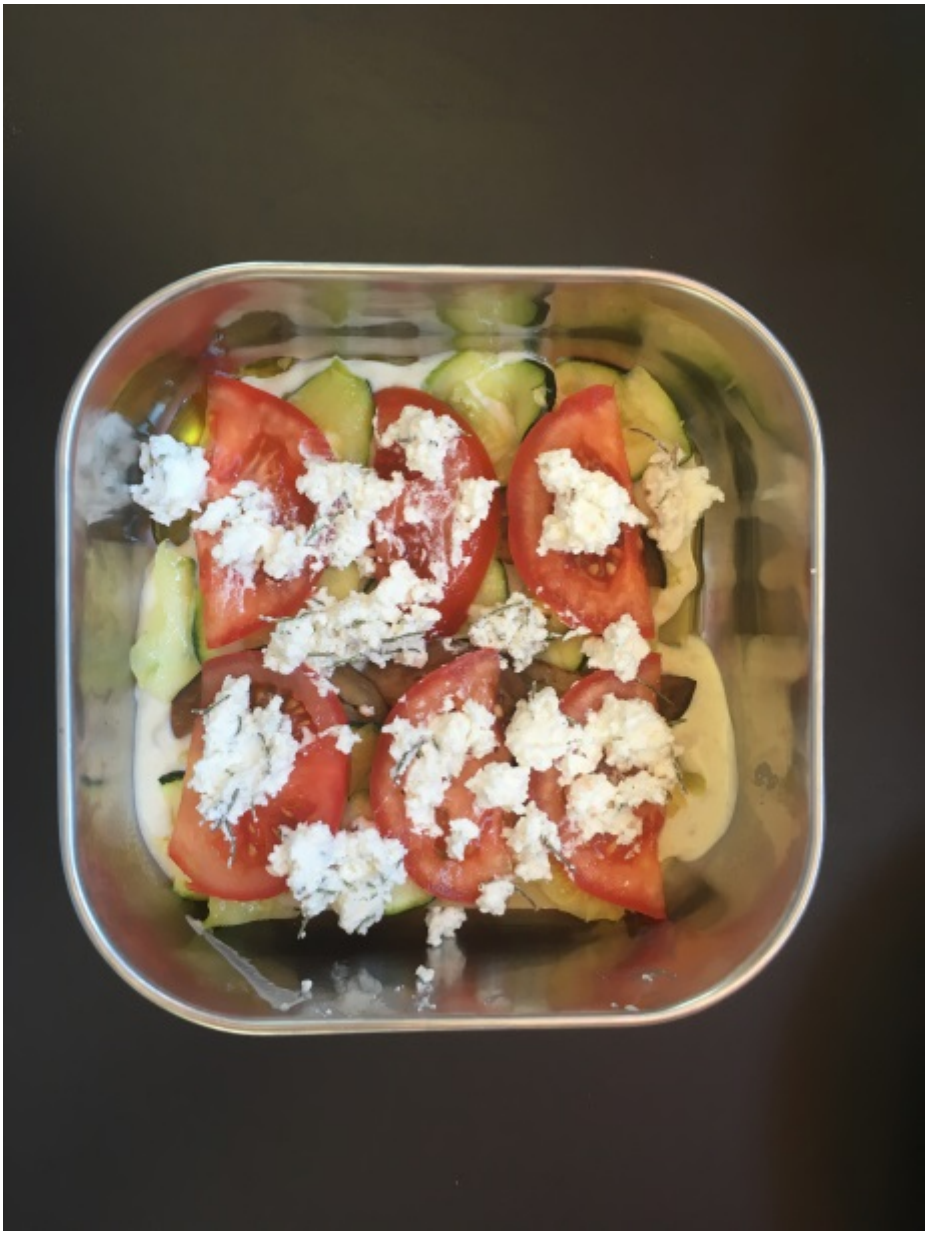
Dans une poêle huilée, on fait dorer les lamelles d’aubergine puis celles de courgettes bio.

Idéalement elle doivent être légèrement grillées, cela donnera d’autant plus de goût à la lasagne.

Puis on « construit » la lasagne, de l’huile, des plaques de lasagne, un peu de béchamel, des courgettes et de l aubergine, des tomates, du fromage et on recommence ainsi sur 3 couches.
On termine selon son goût sur une couche de légumes ou sur une couche de lasagne qu’on recouvre de tomate et d’un filet d’huile.











On préchauffe le four à 180°

On laisse cuire 1h 30 à cette température 170/180º.

On sert bien chaud, avec un peu de verdure.