



Lasagnes de thon aux câpres

8

Temps total: 1:15

Préparation: 0:25

Cuisson: 0:50

Portion(s): 4

Difficulté: Facile



Ingrédients

Oignon

1 pièce(s), taille moyenne

0

Ail

1 gousse(s)

0

Câpres

2 cc

0

Carottes

250 g

0

Céleri-rave

250 g

0

Huile de colza

1 cc

1

Tomates concassées, pelées (conserves)

1000 g

0

Sel iodé

0

1 pincée(s)

Poivre

1 pincée(s)

0

Romarin

1 cc, haché

0

Demi-crème, 15% MG

4 CS

5

Jus de citron

1 CS

0

Thon au naturel (conservé)

2 bocal /conservé, égoutté

0

Pâtes au blé complet, sèches

180 g, feuilles de lasagne (9 pièces)

18

Fromage râpé, allégé

80 g

7

Instructions

- 1** Peler l'oignon et le couper en dés. Hacher l'ail et les câpres. Peler les carottes et le céleri et les couper en petits dés.
- 2** Faire chauffer l'huile dans une casserole à feu moyen et y faire revenir les oignons et l'ail env. 2 minutes. Ajouter les carottes et le céleri. Faire revenir le tout env. 3 minutes. Déglacer avec les tomates. Saler, poivrer et ajouter les câpres et le romarin. Laisser mijoter env. 15 minutes.
- 3** Préchauffer le four à 200° C (four à gaz : th. 3, four à air chaud : 180° C). Pour la crème, mélanger la demi-crème et le jus de citron. Saler et poivrer. Égoutter le thon.
- 4** Disposer tour à tour des feuilles de lasagne, de la sauce tomate et du thon dans un moule à gratin (env. 20 x 30 cm), en commençant et en terminant par de la sauce. Répartir la crème par-dessus. Parsemer les lasagnes au thon de fromage et cuire au milieu du four pendant env. 30 minutes. Servir les lasagnes au thon.