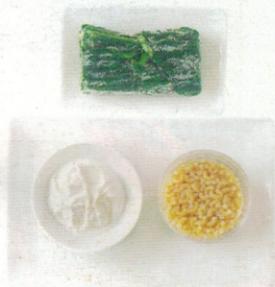




Gratin de pâtes aux épinards

(Pour 5 personnes:
doubler la recette = 9-10 pts/pers.)

Le Marché



- 140 g de coquillettes
- 200 g d'épinards en branches surgelés
- 3 œufs moyens
- 30 g de ricotta
- 4 pulvérisations d'huile en spray
- 40 g de gruyère râpé allégé
- Sel, poivre

+ des jambon

- 1 Dans une casserole, porter de l'eau salée à ébullition, verser les pâtes et les faire cuire pendant 7 minutes : les garder al dente. Égoutter et réserver. Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
- 2 Mettre les épinards dans un plat en verre culinaire avec 1 cuillerée à soupe d'eau, couvrir hermétiquement et cuire 5 minutes au four à micro-ondes (800 w). Remuer à mi-cuisson. Égoutter.
- 3 Dans un saladier, battre les œufs en omelette avec la ricotta. Incorporer les épinards, saler légèrement et poivrer, mélanger grossièrement.
- 4 Pulvériser d'huile en spray un plat à gratin, répartir les pâtes puis recouvrir de la préparation aux épinards. Parsemer de gruyère râpé. Remuer très légèrement en surface et lisser. Enfourner pour 20 minutes. Déguster chaud.