

Lasagnes au poulet

4 pers 12 mn

Les **ingrédients**

- 500g de lasagnes
- 500 g de filets de poulet
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 à 2 oignons
- 3 gousses d’ail
- 2 carottes
- 500 g de coulis de tomates
- 1 branche de basilic frais
- 1 c. à c. d’herbes de Provence
- 50 g de beurre
- 50 g de farine
- ½ l de lait
- 10 cl de jus de citron
- Noix de muscade
- gruyère râpé
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1

Couper les morceaux de poulet en cubes et les mettre dans le bol. Hacher. Réserver la viande hachée dans un saladier. Mettre l'oignon et l’ail, pelés et coupés en 2, dans le bol. Mixer.
Racler les parois à l’aide de la spatule. Ajouter l'huile d’olive. Faire rissoler 4 min.

Etape 2

Ajouter la viande, le sel, le poivre et les herbes. Faire mijoter 7 min.
Ajouter le coulis de tomates, les carottes pelées et coupées en rondelles. Faire cuire 30 min.
Réserver la bolognaise de poulet.

Etape 3

Pour la béchamel :
Rincer le bol. Verser le beurre dans le bol, et le faire fondre 3 min.
Ajouter le farine. Mélanger. Faire cuire 4 min.
Verser le lait par filet, faire cuire 10 min .
Saler, poivrer et ajouter le jus de citron ainsi que la noix de muscade.

Etape 4

Dans un plat à gratin, commencer par mettre un peu de bolognaise puis les feuilles de lasagne. Ensuite alterner, bolognaise de poulet et béchamel en finissant par un peu de gruyère et/ou parmesan râpé. Mettre votre plat au four environ 30 min à 180°C.