



Lasagnes au thon fondantes à la sauce Mornay et coriandre

Ingrédients

pour 6 personnes

Pâte fraîches aux œufs à lasagne x 9
2 Vache qui rit (pour sauce Mornay)
1 grosse cuillère à soupe de mascarpone (pour sauce Mornay)
Basilic, persil plat et coriandre fraîche ciselé (créer l'équivalent de ½ bol d'herbes ciselées)
2 branches de thym et 2 branches de romarin, huile d'olive
2 mozzarella de **Buflone**
Fleur de sel, poivre mignonnette ou 5 baies et piment de Cayenne
40g de **beurre au cristaux de sel** (pour sauce Mornay)
½ l de Lait demi écrémé (pour sauce Mornay)
40g de farine (pour le roux de la sauce Mornay)
1 jaune d'œuf (pour la sauce Mornay)
100g de gruyère râpé (pour la sauce Mornay)
2 boîte de thon à l'huile d'olive de 190g chacune
4 échalotes, 6 pions d'ail dégermés et 1 oignon rouge haché grossièrement
2 carottes coupées en Mirepoix
10 Champignons blonds coupés en mirepoix
1 gros poivron jaune épépiné coupé en mirepoix ou en cube fin
6 Tomates cœur de bœuf coupées en mirepoix
1 bouteille en verre de sauce tomate nature
40 cl Eau
Gruyère râpé pour le gratinage

.../...

Préparation

Dans une cocotte en fonte, mettez à dorer avec un généreux filet d'huile d'olive, les oignons, échalotes et ails dégermés haché grossièrement et préalablement épluché .

Ajouter tous les légumes lavés, épluchés et découpés en Mirepoix.

Une fois que vos légumes sont rissolés, ajoutez les herbes aromatiques ainsi que la coriandre et basilic et persil plat ciselé et bien remuer.

Incorporez y un verre d'eau pour déglacer ainsi que les tomates coupées en gros quartier et faire mijoter à tout petits feu pendant 4h environ en remuant de temps en temps à couvert.

En milieu de cuisson, ajouter 20cl d'eau, la sauce tomate nature en bouteille et le thon.

Bien remuer. Ajouter la fleur de sel, n'hésitez pas à bien saler, 1 carré de sucre, le poivre 5 baies, le piment de Cayenne et poursuivez la cuisson jusqu'à épaississement de celle ci en remuant régulièrement.

Préparons la sauce Mornay

Dans une casserole, préparer le roux blanc. Mettre à chauffer le beurre puis ajouter la farine en pluie en remuant bien à l'aide d'une spatule.

Quand votre roux se détache des parois, ajouter le lait et fouetter jusqu'à épaississement de la sauce.

Incorporez la vache qui rit, la cuillère à soupe de mascarpone, le gruyère râpé, le sel , le poivre et sortir du feu. Ajouter le jaune d'œuf, une bonne poignée de mélange de **Basilic, Coriandre et Persil Plat** et bien remuer.

Ôter le couvercle de la cocotte en fonte et laisser réduire la sauce pendant 30 min environ ; Celle ci ne doit être ni trop liquide, ni trop épaisse.

Goûter et rectifier la sauce selon votre goût y compris votre sauce Mornay.

Préchauffer le four à 200° chaleur tournante.

Détailler la mozzarella en petit carré.

Dans un plat à gratin allant au four, disposez une première couche de pâte puis recouvrez la d'une couche sauce au thon, ajouter quelques cuillères à soupe de sauce Mornay puis quelques cubes de Mozzarella et répéter l'action plusieurs fois en séparant à chaque fois avec les couches de pâtes à 3 étages et finir par du gruyère râpé sur la sauce pour un délicieux gratinage.

Enfournez environ 20 min suivant le temps de cuisson indiqué sur l'emballage des pâtes fraîches et le tour est joué.

Astuce de votre coach

Vous pouvez déguster ce plat avec un vin blanc très frais, type Pinot Gris.

Et pour les amateurs de viande, remplacer simplement le thon par 250g de viandes hachées, de veau et de bœuf pour **Una Lasagnatta a l'Italianna**.



Très bonne dégustation à vous .

Jessica Virzi

Votre coach culinaire

Sain
& Divin