

# Lasagnes aux fruits de mer

---

## Ingrédients pour 4 personnes

- Feuilles de pâtes à lasagne sans précuisson
- 500g de poêlée surgelée de fruits de mer cuisinés
- 750mL de lait
- 120g de fromage râpé
- 30g de beurre
- 30g de farine
- Noix de muscade, sel, poivre



## Préparation

- Préchauffez le four à 200°C (thermostat 7).
- Faites revenir les fruits de mer dans une poêle jusqu'à évaporation de l'eau puis assaisonnez.
- Réalisez une béchamel puis ajoutez les fruits de mer et mélangez.
- Déposez une couche de pâtes à lasagne dans le fond d'un plat à lasagne beurré, disposez une couche de fruits de mer puis une couche de fromage râpé. Renouvelez l'opération jusqu'à ce qu'il n'y ai plus de fruits de mer et terminez par une couche de fromage.
- Enfournez 30 minutes.
- Servez chaud.



Pour un plat complet, ajoutez des légumes (haricots verts, carottes vichy, ratatouille, poêlée de légumes, légumes rôtis au four, crudités, etc).