

# FICHE DE RECETTE

## Lasagne Poireaux/Citrouille/

|                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| Type de recette       | Plat            |
| Nombre de portions    | 10              |
| Temps de préparation  | 50 MIN + 30 MIN |
| Prix / Portion (HT) : | 1,15            |

### INGREDIENTS

| PRODUIT                       | UNITÉ | QUANTITÉ |
|-------------------------------|-------|----------|
| Purée de butternut            |       |          |
| Pâte à lasagne                | Kg    | 0,3      |
| Citrouille                    | kg    | 0,9      |
| Lentilles roses               | Kg    | 0,2      |
| Poireaux                      | Kg    | 0,9      |
| Crème fraîche                 | Kg    | 0,1      |
| Ricotta ou fromage équivalent | Kg    | 0,3      |
| sel, poivre                   | Kg    | 0,1      |
| Fromage rapé                  | Kg    | 0,1      |
|                               |       |          |
|                               |       |          |
|                               |       |          |
|                               |       |          |
|                               |       |          |
|                               |       |          |

Faire cuire les citrouilles et les poireaux à la vapeur  
Mixer 2/3 des citrouilles, ajouter la 1/2 de la ricotta, les citrouilles en dés  
Mélanger les poireaux et l'autre 1/2 de la ricotta  
Monter la lasagne en alternant les couches entre les pâtes  
Parsemer de fromage rapé  
Gratiner à 220°C

#### Les "+++ " pour la durabilité

Utilisation de légumes de saison, plat végétarien équilibré, bonne transition vers les plats végés. Peu de déchets. Utilisation de pâte à lasagne complète





|       |         |
|-------|---------|
| 3     | 0,09    |
| 2,16  | 0,1944  |
| 4,7   | 0,094   |
| 5,91  | 0,5319  |
| 6,76  | 0,0676  |
| 2,976 | 0,08928 |
| 1     | 0,01    |
| 7     | 0,07    |