

Lasagne de paleron au fenouil



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
58237	Plaque lasagne x 13 - 2,5 kg Zini	4 Pièce
213084	Paleron de bœuf semi-paré VBF 2/3 kg env.	1 Kilo
67172	Fenouil émincé 2,5 kg Paysan Breton	0.5 Kilo
60474	Sauce napolitaine cuisinée 1 kg Zini	1 Litre
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	0.2 Kilo
	Bouillon de légumes	1 Litre
	Béchamel	0.5 Litre
	Thym, ail, romarin	PM

Etapas de préparation

- 1 Cuire le paleron piqué à l'ail en cuisson basse température de nuit avec thym et romarin, bouillon de légumes, dans une enceinte à 85°C pendant 12h
- 2 Faire blondir les échalotes dans un mélange beurre/huile. Ajouter le fenouil émincé
- 3 Ajouter la sauce napolitaine. Réserver
- 4 Faire le montage en plaque gastro en démarrant par le fenouil puis la plaque à lasagne et le paleron effiloché sur 3 couches. Verser un filet de bouillon de légumes bien réduit et cuire au four à 150°C pendant 30 min.
- 5 Finir avec béchamel aux 4 épices et la chapelure. Cuisson au four pendant 45 min. à 185°C