

Restaurant Scolaire La Grimandise  
présente sa recette de lasagnes végétariennes !



Testée et approuvée sur les enfants de 3 à 12 ans :)

## **RECETTES POUR 8 PLAQUES GN 1/1 (profondeur 5cm) - 18 belles parts par plaques**

### **INGREDIENTS**

- 14 Litres de lait 1/2 écrémé
- 700 G de féculle de maïs (maïzena)
- 2 noix de muscades râpées
- 72 plaques de lasagnes dimension 16 x 26 cm
- 6 KG de courgettes
- 2 KG d'oignons
- 1,5 KG de protéines de soja déshydratées (petites)
- 4 conserves de concassé de tomates (dimension 3/1 - équivalent à 10 KG poids net)
- 2 L de fond brun végétal
- 400 G de concentré de tomates
- Sel / Huile olive / Origan / Thym / Ail poudre

### **REALISER LA BECHAMEL**

Délayer la maïzena dans 2 litres de lait froid, verser le mélange avec le reste du lait dans une sauteuse, ajouter la muscade râpée et le sel à votre convenance. Chauffer doucement tout en mélangeant jusqu'à épaississement. Débarrasser et réserver au maintien au chaud.

### **REALISER LA GARNITURE**

Réhydrater les protéines de soja avec 1,5 litres d'eau chaude.

Tailler séparément au robot coupe en brunoise les oignons, puis les courgettes.

Faire revenir dans la sauteuse avec de l'huile d'olive les oignons, puis les protéines de soja réhydratées. Ajouter les courgettes. Puis le concentré de tomates, le fond brun végétal, puis

le concassé de tomates. Ajouter les aromates à votre convenance. Laisser mijoter doucement. Saler à votre convenance avant de débarrasser.

## **ASSEMBLER LES LASAGNES**

Pour chaque plaque GN 1/1 dans cet ordre (avec une louche de 40 CL de contenance) :

- Verser 80 CL de garniture, étaler
- Disposer 3 plaques de pâtes côté à côté
- Verser 40 CL de béchamel, étaler
- Verser 80 CL de garniture, étaler
- Disposer 3 plaques de pâtes côté à côté
- Verser 40 CL de béchamel, étaler
- Verser 80 CL de garniture, étaler
- Disposer 3 plaques de pâtes côté à côté
- Verser 120 CL de béchamel, étaler

## **CUIRE LES LASAGNES (besoin d'un four 8 niveaux minimum - avec différents modes de cuissons type vapeur)**

### Première étape de cuisson :

- Four sec
- 150°C
- Maintien de l'humidité à 100%
- Ventilation aux 3/4
- 15 minutes

### Deuxième étape de cuisson :

- Four sec
- 120°C
- Maintien de l'humidité à 100%
- Ventilation 1/2
- 45 minutes

## **VARIANTES**

Remplacer par d'autres légumes selon les saisons (butternut, carottes, choux fleur).  
Cette recette est sans fromage mais possibilité d'en mettre à l'intérieur (fromage de chèvre) ou bien de gratiner les lasagnes avec de la tomme ou un fromage type comté.

Bon appétit !