



FEUILLETÉS D'ÉPINARDS À LA RIGOTTE DE CONDRIEU

6 PRÉPARATION 20 MIN. / CUISSON 20 MIN.

INGRÉDIENTS :

- pâte feuilletée
- 300 g d'épinards
- 2 rigottes de chèvre mi-sèches
- 1 dl crème
- 1 œuf

Lavez les épinards et égouttez-les. Faites revenir les épinards au beurre, ajoutez la crème, remuez puis sortez du feu. Étendez la pâte, coupez des carrés de 10 cm de côté. Installez au centre une cuillerée d'épinards, posez dessus 1/3 de rigotte, refermez les côtés, dorez à l'œuf. Faites cuire au four à 190°C pendant 15 minutes sur une plaque beurrée. Servir chaud.

TERRINE FROIDE D'ÉPINARDS AU FROMAGE

6 PRÉPARATION 15 MIN. / CUISSON 1 H.

INGRÉDIENTS :

- 600 g d'épinards
 - 8 œufs
 - 20 g de beurre
 - 25 cl de crème
 - 1 tranche de jambon de Paris épaisse
 - 150 g de fromage type Comté
 - 1 botte de persil
 - Sel, poivre, muscade, 1 c à café de thym en poudre, 1 c à café de romarin
- Terrine rectangulaire de 22 cm

Lavez et faites rapidement blanchir les épinards dans l'eau salée, les égoutter fortement. Coupez le jambon en petits dés, râpez le fromage. Fouettez les œufs en omelette, incorporez la crème, le fromage, le jambon, thym, romarin, muscade, mélangez, salez, poivrez. Ajoutez les épinards et le persil haché. Beurrez la terrine. Versez la préparation, puis faites-la cuire au four au bain marie 40 minutes en veillant à ce que le mélange ne bout pas. Laissez refroidir.

Servez cette terrine froide coupée en tranches. On peut l'accompagner avec une sauce aux tomates fraîches ou une sauce au basilic.



SOUFFLÉ AUX ÉPINARDS

4 PRÉPARATION 15 MIN.
CUISSON 35 MIN.

INGRÉDIENTS :

- 300 g d'épinards
- 50 g de beurre (10 g pour le moule)
- 50 g de farine (20 g pour le moule)
- 30 cl de lait ■ 4 œufs
- 1 pincée de curry ■ Sel, poivre

Beurrez et farinez un moule à soufflé de 20 cm de diamètre, le mettre au réfrigérateur. Préchauffez le four à 200°C. Lavez les épinards. Faites-les revenir dans 10 g de beurre pendant 4 à 5 minutes, puis hors du feu les égouttez en les pressant pour extraire le maximum d'eau. Hachez-les au couteau. Préparez une béchamel avec le beurre, la farine et le lait, salez, poivrez. Incorporez les 4 jaunes d'œufs un par un, les épinards, et le curry. Mélangez bien. Montez les blancs en neige ferme avec un soupçon de sel. Ajoutez ensuite au mélange très délicatement. Versez l'ensemble dans votre moule. Faites cuire au four à 200°C pendant 30 minutes. Servez aussitôt.

LASAGNES AUX ÉPINARDS

4 PRÉPARATION 30 MIN.
CUISSON 10 + 20 MIN.

INGRÉDIENTS :

- 800 g d'épinards frais
- Feuilles de lasagnes précuites
- 1 fromage de chèvre frais
- Beurre ■ Sel et poivre

POUR LA SAUCE BÉCHAMEL :

- 75 g de beurre, 75 g de farine, 3/4 litre de lait



Préparez la sauce béchamel : dans une casserole sur feu doux, faites fondre le beurre et ajoutez la farine. Mélangez bien : le mélange doit gonfler, mais pas se colorer. Ajouter le lait progressivement, en délayant avec un fouet. Salez et poivrez. Remontez le feu et faites cuire environ 5 min. en remuant sans arrêt pour faire épaissir la sauce. Quand la sauce est prête, conservez hors du feu. Lavez les épinards. Coupez-les au ciseau grossièrement. Faites-les cuire en petites quantités dans une poêle avec une noisette de beurre : dès que les épinards sont « tombés », salez, remuez et les retirez du feu.

Préchauffez votre four à 180°C. Dans un plat à gratin, répartissez une cuillère à soupe de sauce béchamel. Faites une couche de plaques de lasagnes, puis une couche d'épinards, puis une couche de béchamel, ainsi de suite... Terminez avec une couche de plaques de lasagnes, une couche de sauce béchamel. Emettez le fromage de chèvre frais. Enfourné et laissez cuire environ 20 min. au four.