

Rouleaux de Lasagne à la courge musquée et aux épinards

(8 portions)



Ingrédients:

3 1/4 tasses de courge butternut coupées en dés et pelées (cuites)

8 nouilles Lasagnes cuites individuelles

1 cuillère à café d'huile d'olive

1 oeuf

1/4 tasse d'échalote en dés

2 cuillères à café Gousses d'ail hachées

2 cuillères à soupe de parmesan râpé

1 1/2 tasse de parmesan râpé

2 15 onces de fromage ricotta sans gras
1 1/4 tasse d'épinards congelés égouttés
8 cuillères à soupe de fromage râpé italien
1 cuillère à soupe de persil frais
#1 1/4 c. à thé de sel
#1 1/4 c. à thé de poivre
#2 1/4 c. à thé de sel
#2 1/4 c. à thé de poivre

À l'aide d'un mélangeur mettre la courge en purée lisse en ajoutant de l'eau un peu à la fois pour que ce soit un peu moins épais. Mettre l'ip sur SAUTÉ, Ajouter l'huile et faire dorer l'ail et les échalottes françaises pendant 5 m. Ajoutez la courge en purée à la c a s s e r o l e , assaisonnez avec du



sel # 1 et du poivre # 1. Ajouter un peu d'eau si nécessaire. Incorporer le parmesan # 1. Retirez le mélange de l'Instant Pot et mettre de côté. Dans le fond de l'instant pot, étendre environ 1/2 tasse de mélange de courge butternut. Combinez les épinards, la ricotta, le parmesan n ° 2, l'œuf, le sel n ° 2 et le poivre n ° 2 dans un bol. Disposez vos lasagnes et étalez environ 1/3 tasse de mélange d'épinards sur chaque nouille. Roulez et placez le côté de la couture dans l'instant pot. Répétez avec toutes les nouilles. Versez la sauce à la courge musquée sur les rouleaux de lasagnes. Cuire sur MANUAL 7 minutes. Dépressuriser rapidement. Saupoudrez de fromage et de persil. Remettez le couvercle sur l'Instant Pot jusqu'à ce que le fromage soit fondu.



Traduit de :

Instant Pot: 200+ Instant Pot Recipes - Quick & Delicious Recipes You Can Make At Home! (Instant Pot Cookbook, Electric Pressure Cooker, Instant Pot Meals) » de Kevin Hughes.