

Cannellonis au crabe et courgette



Préparation : 10 mn

Cuisson : 25 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 feuilles de lasagne fraîches

240 g de chair de crabe

2 oignons nouveaux

1 courgette

2 c à s d'huile d'olive

40 cl de crème liquide légère (15% de MG)

60 g de parmesan fraîchement râpé

Sel et poivre du moulin

Laver et détailler la courgette en dés. Peler et hacher les oignons. Les faire revenir avec les dés de courgette 5 mn dans une poêle avec 1 c à s d'huile d'olive et ajouter la chair de crabe et 20 cl de crème liquide. Laisser cuire à feu doux 5 mn et hors du feu incorporer 30 g de parmesan. Assaisonner.

Cuire 2 mn à l'eau bouillante salée les feuilles de lasagne, les égoutter sur un torchon et les couper en 2 pour obtenir 2 carrés par feuille. Garnir les carrés de pâte sur le bord et les rouler pour former les cannellonis. Les disposer dans un plat à four huilé. Mélanger le reste de parmesan avec la crème restante et verser le tout sur les cannellonis. Faire gratiner 20 mn à four préchauffé à 210°. Servir bien chaud.

Vin conseillé : un Saint-Véran

Sur les photos j'ai utilisé des plats à gratin individuels et mis 3 cannellonis par personne. J'avais une boîte de 170 g de chair de crabe en morceaux et j'ai mis pour 2 personnes une belle moitié de la courgette et bien sûr j'ai utilisé 3 feuilles de lasagne.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>