

Cannelloni mit Ruccolafüllung (4 Portionen)

Zutaten:

Für die Füllung:

- 12 Cannelloni Nudelrollen
- 200 g Ruccola
- 50 g Parmesan
- 400 g Frischkäse max.10 % Fett
Thymian, Pfeffer, Salz

Für die Sauce:

- 20 g Butter
- 25 g Mehl
- 350 ml Milch 1,5 % Fett
Salz, Pfeffer, Muskat
- 50 g geriebener Parmesan

Zubereitung:

- 1 Ruccola in kochendem Salzwasser 1 min. blanchieren. Abschrecken, ausdrücken und sehr fein hacken. Mit 1 EL Thymian, Frischkäse und Parmesan verrühren
Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- 2 Aus Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen und mit der Milch ablöschen, aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken
- 3 Cannelloni mit der Frischkäsemasse füllen, in eine Auflaufform geben und die Sauce darauf verteilen. Mit dem restlichen Parmesan bestreuen und bei 225°C 15-20 min. überbacken

Vor dem Servieren noch frischen Thymian darüber geben.

Rezeptberechnung (pro Portion):

Eiweiß	Fett	KH
27 g	21 g	34 g
BE	kcal	kJ
2,5	442	1851