

Spargel - Cannelloni

Kategorien: Teigwaren, Gemüse, Nudeln, Feste

Zutaten für: 6 Portionen

700	Gramm	Gruener Spargel
700	Gramm	Weisser Spargel (nicht zu Dick)
450	Gramm	Cannelloni (etwa 12 Rollen)
40	Gramm	Butter oder Margarine
30	Gramm	Mehl
1/2	Ltr.	Spargelbruehe
1/2	Ltr.	Milch
100	Gramm	Ziegenfrischkaese
300	Gramm	Blattspinat
		Salz, Pfeffer
1	Prise	Muskatnuss

Anleitung:

1. Spargel waschen und die weissen Stangen schaelen. Die gruenen nur am unteren Ende etwas schaelen. Alle Spargelstangen am Ende nachschneiden. Dann den Spargel auf Cannellonilaenge zuschneiden und behutsam in die Roellchen schieben. Den restlichen Spargel beiseite legen.

2. Im Fett das Mehl anschwitzen, vom Herd ziehen, mit Spargelbruehe (aus den Schalen gekocht) und Milch angiessen, dann unter Ruehren zum Kochen bringen und 2-3 Minuten kochen lassen.

3. Inzwischen den Spinat waschen, Blaetter abzupfen und fein hacken. Den Kaese zerbroeseln. Sauce mit Salz, Pfeffer, Muskat, Kaese und Spinat mischen.

4. Den Backofen auf 200 Grad (Gas Stufe 4) vorheizen.

5. Eine Gratinform (ca. 20 x 30 cm) ausfetten, etwas Bechamelsauce darin verteilen und im Wechsel Cannelloni und restliches Gemuese einschichten. Zwischendurch immer wieder Sauce zugeben. Am Schluss die restliche Sauce ueber dem Auflauf verteilen.

6. Die Cannelloni im heissen Ofen etwa 45 Minuten goldgelb ueberbacken.

Tipp: Mit Lasagneblaetter ist es nicht so dekorativ, geht aber schneller - das ist bei groesseren Mengen sinnvoll.

Statt Spinat schmeckt auch Rucula. Mit Kerbel oder Petersilie wird's feiner.