

Rezept

Cannelloni mit Gemüsefüllung

Ein Rezept von Cannelloni mit Gemüsefüllung, am 10.06.2026

Zutaten

je 500 g Möhren und Brokkoliröschen	Salz
250 g Champignons	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 EL Butter (+ 1 TL für die Form)
2 EL Mehl	250 g Sahne
Pfeffer	1 Prise frisch geriebene Muskatnuss
250 g Cannelloni (ohne Vorkochen)	100 g Parmesan, frisch gerieben

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren putzen und schälen. Den Brokkoli waschen und sehr klein zerteilen. In einem Topf 1/2 l Salzwasser aufkochen und das Gemüse darin 5 Min. blanchieren. In ein Sieb abgießen und das Wasser dabei auffangen.
2. Die Pilze trocken abreiben und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein würfeln und mit den Pilzen in der Butter anbraten. Das Mehl darüber streuen und unterrühren. Das Blanchierwasser und die Sahne angießen. In 7 Min. bei mittlerer Hitze dick einkochen lassen.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und die Hälfte davon unter das Gemüse mischen (Step 1).
4. Die Cannelloni mit der Gemüsemischung füllen (Step 2) und in die Form setzen. Übrige Füllung daneben verteilen (Step 3). Die restliche Sauce darüber gießen, mit dem Käse bestreuen und im heißen Backofen (Mitte, Umluft 180°) 35-40 Min. überbacken.