

Rezept

# Cannelloni mit Gemüsefüllung

Ein Rezept von Cannelloni mit Gemüsefüllung, am 19.04.2024

## Zutaten

|  |  |
|--|--|
| <b>je 500 g</b> Möhren und Brokkoliröschen | Salz                                       |
| <b>250 g</b> Champignons                   | <b>1</b> Zwiebel                           |
| <b>1</b> Knoblauchzehe                     | <b>2 EL</b> Butter (+ 1 TL für die Form)   |
| <b>2 EL</b> Mehl                           | <b>250 g</b> Sahne                         |
| Pfeffer                                    | <b>1 Prise</b> frisch geriebene Muskatnuss |
| <b>250 g</b> Cannelloni (ohne Vorkochen)   | <b>100 g</b> 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.