

Rezept

Überbackene Spargelcannelloni

Ein Rezept von Überbackene Spargelcannelloni, am 09.06.2026

Zutaten

8	Lasagneblätter		Salz
32 Stangen	grüner Spargel	1 Prise	Zucker
8 Scheiben	gekochter Schinken	1/2	Zitrone
80 g	Parmesan am Stück	50 g	Butter
2 TL	Mehl	300 ml	Milch
200 g	Sahne		Pfeffer
	frisch geriebene Muskatnuss		Butter für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | Schwierigkeitsgrad mittel | Zeit Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | Pro Portion Ca. 660 kcal

Zubereitung

1. Die Lasagneblätter in kochendem Salzwasser in ca. 6 Min. bissfest garen. Herausnehmen, kalt abschrecken und einzeln auf einem Tuch abtropfen lassen.
2. Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen im unteren Drittel schälen und in kochendem Salzwasser mit etwas Zucker ca. 6 Min. garen.
3. Eine Auflaufform einfetten. Spargel abtropfen lassen und je 4 Stangen zuerst in 1 Scheibe Schinken, dann jeweils in 1 Lasagneblatt einwickeln. Spargelcannelloni nebeneinander in die Form legen. Den Backofen auf 180° vorheizen.
4. Saft der Zitronenhälfte auspressen. Käse reiben.
5. Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl darin 1-2 Min. anschwitzen. Die Milch nach und nach unterrühren. Die Sahne dazugeben und rühren, bis die Sauce sämig ist. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft kräftig würzen. Zwei Drittel von dem Käse unterrühren. Die Sauce über die Cannelloni gießen. Mit übrigem Käse bestreuen. Cannelloni im Ofen (Mitte, Umluft 160°) in ca. 20 Min. goldbraun überbacken.