

Rezept

Wirsing-Cannelloni mit Kürbis-Feta-Füllung

Ein Rezept von Wirsing-Cannelloni mit Kürbis-Feta-Füllung, am 25.06.2026

Zutaten

30 g Parmesan	50 g Pekannusskerne (ersatzweise Walnusskerne)
8 große Wirsingblätter	1 Butternut-Kürbis (ca. 550 g)
Salz	1 kleine Zwiebel (ca. 60 g)
2 in Öl eingelegte getrocknete Tomaten	10 g Olivenöl (1 EL)
1 Dose stückige Tomaten (400 g)	Pfeffer
200 g Schafskäse (Feta)	1 Ei (M)

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 705 kcal, 52 g F, 35 g EW, 28 g KH

Zubereitung

1. Den Parmesan in Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und 5-7 Sek. / Stufe 8 fein hacken, in eine kleine Schüssel umfüllen. Pekannüsse im Mixtopf 3 Sek. / Stufe 6 hacken und zum Parmesan geben. Mixtopf spülen.
2. Wirsingblätter waschen und putzen, die dicken Blattrippen flacher schneiden. Blätter im Varoma-Behälter und auf dem Einlegeboden verteilen. Kürbis vierteln, entkernen, schälen und 4 cm groß würfeln. Kürbisstücke in den Gareinsatz geben. 500 ml Wasser und 5 g Salz in den Mixtopf geben. Gareinsatz einhängen, den Mixtopf verschließen. Varoma mit Einlegeboden aufsetzen und verschließen. Kürbis und Wirsing 20 Min. / Varoma / Stufe 1 dämpfen. Varoma mit Wirsing beiseitestellen. Gareinsatz aus dem Mixtopf heben und die Kürbisstücke in eine Schüssel geben. Mixtopf ausleeren.
3. Zwiebel schälen, vierteln und mit den getrockneten Tomaten 5 Sek. / Stufe 5 hacken, nach unten schieben. Öl, stückige Tomaten, ½ TL Salz und 1 Prise Pfeffer dazugeben und alles 7 Min. / 100° / Stufe 1 köcheln lassen.
4. Inzwischen die Kürbisstücke mit einer Gabel zermusen. Feta klein bröckeln und mit Ei, ½ TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer untermischen. Backofen auf 200° vorheizen.
5. Je 1 Wirsingblatt auf ein Brett legen. 2-3 gehäufte EL Kürbismasse über die gesamte Breite auf das untere Blattdrittel geben. Blatt aufrollen und in eine Auflaufform legen. Übrige Blätter ebenso füllen. Sauce über die Cannelloni gießen. Cannelloni im heißen Ofen (Mitte) ca. 20 Min. überbacken, dabei nach 10 Min. Backzeit die Nussmischung darüberstreuen. Fertige Cannelloni sofort servieren.