



Gratinierte Cannelloni "verde"

Zutaten

- 400 g Blattspinat, tiefgefroren
- 100 g Erbsen, tiefgefroren
- 75 g Rucola
- 50 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 1 EL Butter
- 100 g Frischkäse
- 10 Stück Cannelloni
- 400 ml Wasser
- 2 Beutel MAGGI Fix für Broccoli Gratin
- 30 g Parmesan, gerieben
- etwas Muskat
- etwas MAGGI Fondor (Streuer)

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Spinat und Erbsen auftauen lassen. Spinat etwas ausdrücken und grob hacken. Rucola putzen, waschen, trocken schleudern und grob hacken. Zwiebeln sowie Knoblauchzehe schälen und in Würfel schneiden.
3. In einem Topf Butter heiß werden lassen. Zwiebeln, Knoblauch und Rucola darin andünsten. Dann Spinat sowie Erbsen zugeben und kurz mit andünsten. Frischkäse unterrühren und schmelzen lassen. Mit Muskat und MAGGI Fondor kräftig abschmecken. Das Gemüse mithilfe eines Spritzbeutels gleichmäßig in Cannelloni füllen und diese nebeneinander in eine Auflaufform setzen.
4. Wasser in den Topf gießen. MAGGI Fix für Broccoli Gratin einrühren, zum Kochen bringen und 1 Min. kochen. Die Sauce gleichmäßig über die Cannelloni gießen.
5. Mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Min. überbacken. Dazu schmeckt ein gemischter Salat.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	63 g
Energie	580 kcal
Fett	21 g
Protein	30 g

🕒 50 Minuten

⊕ 2 Portionen