

die Ebenrainköchin empfiehlt...

Spargel - Cannelloni



Monatsmenü Mai 2020 / 4 Personen

1-1.5kg	Salzwasser grüne Spargeln	aufkochen unteres Drittel schälen, schräg in 5mm dicken Scheiben schneiden Spargeln ca. 3 Minuten knapp weichkochen, abtropfen, kalt abspülen
12	Lasagneblätter	im gleichen Wasser knapp bissfest garen, abschrecken 1/3 der Spargeln in einer gefetteten Gratinform verteilen restliche Spargeln auf die Lasagneblätter verteilen, aufrollen, mit der Verschlussseite nach unten in die Form legen
	Guss	
1 dl	Vollrahm	miteinander verrühren Würzen, über die Cannelloni giessen Backen: ca. 20 Min in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofens
2 dl	Vollmilch	
75 g	Gruyère Salz, Pfeffer	
	Garnitur	
3 EL	Schnittlauch, fein geschnitten	vor dem Servieren darüberstreuen

Die Ebenrainköchin wünscht "en Guete"

ErnährungPlus
mehr als essen und trinken