

Martina Kömpel
Cannelloni mit Frischkäse, Zucchini
und Tomaten

Dienstag, 11. Juni 2019

Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: einfach
Mediterran

Zutaten:

4 Zweige	Zitronenthymian
100 g	Zucchini
2	Schalotten
5 EL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
500 g	Pelati-Tomaten
1/2 TL	abgerieben Schale einer Bio-Zitrone
etwas	Zucker
12	Lasagneplatten
300 g	Ricotta (oder Schichtkäse)
2	Eigelb
50 g	Crème fraîche
16	Kirschtomaten
1/2	Knoblauchzehe
50 g	Parmesan
1 Bund	rotes Basilikum



Zubereitung:

1. Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.
2. Zucchini waschen und fein reiben. Schalotten schälen und fein schneiden.
3. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, die Hälfte der Schalotten zugeben und anschwitzen. Zucchini und die Hälfte vom Thymian zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten.
4. Die Pelati-Tomaten mit einem Pürierstab grob pürieren.
5. In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die restlichen Schalotten darin anschwitzen. Pelati-Tomaten dazugeben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Restlichen Thymian und Zitronenabrieb zugeben und etwa 10 Minuten leicht köcheln.
6. Die Lasagneplatten in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen, abschütten, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Lasagneplatten einzeln auf leicht geöltes Back- oder Butterbrotpapier legen, damit sie nicht zusammenkleben.
7. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

8. Ricotta mit Eigelben und Crème fraîche vermischen. Die angebratenen Zucchini untermischen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.
9. Die gekochten Nudelplatten trockentupfen und glatt ausbreiten. Die Zucchini-Käse-Masse in einen Spritzbeutel (ohne Tülle) füllen und gleichmäßig auf den Nudelplatten verteilen. Anschließend die Nudelplatten zusammenrollen.
10. Eine feuerfeste Form mit Olivenöl auspinseln, die aufgerollten Nudelplatten vorsichtig in die Form setzen. Die Tomatensauce über die Cannelloni gießen und im vorgeheizten Ofen 20 Minuten garen.
11. In der Zwischenzeit die Kirschtomaten waschen, halbieren und mit der Schnittfläche nach oben in ein feuerfestes Gefäß geben.
12. Knoblauch schälen, fein schneiden und über die Kirschtomaten streuen. Diese leicht salzen und mit Olivenöl beträufeln.
13. Die Kirschtomaten ebenfalls in den Ofen geben und ca. 10 Minuten garen.
14. Parmesan fein reiben, über die gegarten Cannelloni geben und nochmals ca. 5 Minuten in den Ofen geben.
15. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob schneiden.
16. Die gebackenen Cannelloni mit den Kirschtomaten und Basilikum bestreuen und servieren.

Pro Portion: 592 kcal / 2474 kJ

29 g Kohlenhydrate, 19 g Eiweiß, 45 g Fett