



Cannelloni mit Spargel

Zuerst den Spargel waschen und schälen. Die Schalen anschließend in einer Schüssel mit ca. 500ml kochendem Wasser übergießen.

Ofen auf 180°C Unter-/Oberhitze vorheizen.

Die Spargelstangen halbieren und damit die Cannelloni füllen. Je Durchmesser evtl. noch der Länge nach Halbieren.

Du brauchst (für 2-3 Portionen)

500g Spargel (grün, weiß oder beides)
¾ Packung Cannelloni
150g Käse zum Überbacken
1 Zwiebel
1-2 Tomate(n)
30g Butter
200ml Milch oder Sahne
2 EL Mehl
1-2 TL Senf (mittelscharf)
Salz & Pfeffer

Anschließend die Zwiebel schälen und klein würfeln. Zusammen mit Butter in einem Topf kurz anbraten. Bevor die Zwiebel braun wird das Mehl dazu geben und kurz unterrühren. Jetzt die Milch dazugeben und mit einem Schneebesen unterrühren. Das Spargelwasser durch ein Sieb in den Topf gießen. Die Soße jetzt aufkochen lassen (Vorsicht: Überlaufgefahr!) und mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.

Jetzt die Soße über den Cannelloni verteilen. Die Tomate(n) in Würfel schneiden und den Käse reiben. Anschließend beides darüber verteilen und für ca. 30 Minuten ab in den Ofen!

Viel Spaß beim nach machen und guten Appetit!