

Hier und heute

Überbackene Cannelloni, gefüllt mit Lauch und Pilzen

Pilze sind das perfekte Herbstschmankerl. Es gibt eine ganze Palette der Eiweißpowerpakete und jeder schmeckt anders. Lars Middendorf füllt Cannelloni mit einer Creme aus Kräutersaitlingen, Shiitake, Champignons und Austernpilzen und überbackt sie.

Das Rezept

(von Lars Middendorf für vier Personen)

Cannelloni gefüllt mit Lauch und Pilzen, überbacken mit Kräuter-Käsesauce

Zutaten für die Füllung

- ca. 700 g gemischte Pilze (Kräutersaitlinge, Shiitake, Austernpilze, Champignons, Buchenpilze)
- 3 weiße Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 2 Stangen Lauch
- 150 g Ricotta
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Mehl
- ggf. 2 EL Paniermehl

Zubereitung

Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Lauch längs halbieren, waschen und in grobe Würfel schneiden (ca. 1x1 cm). Eine große Pfanne aufsetzen und darin Zwiebeln, Knoblauch und Lauch anbraten.

Währenddessen die Pilze in Würfel schneiden (ca. 2x2 cm), mit in die Pfanne geben und mit viel Hitze anbraten. Mehl dazugeben und kurz mitrösten. Die Pilze aus der Pfanne nehmen und in einem Sieb abtropfen lassen.

In einer Küchenmaschine die abgetropfte Pilzmischung feinmixen und in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer würzen und den Ricotta untermengen. Die Mischung sollte nun relativ trocken sein. Wenn sie das noch nicht ist, etwas Paniermehl untermischen.

Zutaten Käse-Kräutersauce

- 1 Liter Milch
- 40 g Butter
- 40 g Mehl
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 100 g Parmesan
- 1 Bund Petersilie
- etwas Estragon

Zubereitung

In einem Topf die Butter schmelzen, dann das Mehl einrühren. Nun unter Rühren nach und nach die Milch dazugeben und langsam aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und für circa zehn Minuten weiterköcheln lassen. Den Käse reiben und ebenfalls in den Topf geben. Nochmals zwei Minuten köcheln. Die Sauce vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Die Kräuter waschen, putzen, feinschneiden und unter die Sauce mischen, nochmals abschmecken.

Hier und heute



Zutaten Fertigstellung im Backofen

- 250 g Cannelloni

Zubereitung

Die Pilzfüllung am besten in einen Spritzbeutel geben (funktioniert auch mit einem kleinen Löffel). Die Cannelloni nun nach und nach bis zum Rand mit der Pilzmischung befüllen und nebeneinander in eine mit Öl ausgestrichene Auflaufform legen. Die lauwarme Sauce über die Cannelloni verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C Umluft für circa 40 Minuten backen, bis die Sauce schön braun und überbacken ist. Aus dem Ofen nehmen, kurz stehen lassen und servieren. Dazu passt ein grüner Salat.