

# Canelones de Calamar



## Ingredientes

### Bechamel con queso manchego

**Sal:**  
**Crema:** 100 ML.  
**Harina:** 50 grs.  
**Mantequilla:** 50 grs.

**Queso Manchego:** 100 g  
**Nuez Moscada:** A gusto  
**Leche:** 400 ML.

### Canelones de tinta

**Pasta de canelón pintada con tinta de calamar:**

### Para el Relleno

**Ajo picado:** 2 Dientes  
**Aceite De Oliva:** 100 ML.  
**Tentáculos y cuerpos de calamar picados:**  
**Jamón serrano:** 50 g

**Pimiento verde:** 1/2 Unidad  
**Sal y Pimienta:** A gusto  
**Tomates sin piel:** 3 Unidades  
**Cebolla picada:** 1 Unidad

## Preparación de la Receta

### Para el relleno :

- *Acitronar* en aceite de oliva *cebolla* y *ajo*
- Incorporar el *pimiento morrón*, *sal*, *jamón serrano* y *jitomate* picados
- Agregar los tentáculos y las bolsas de los calamares picados y la tinta
- Dejar en cocción y reservar
- Derretir la *mantequilla* y agregar *harina* dejar cocinar hasta deshacer los grumos
- *Hervir* la leche e incorporar sin dejar de mover

- *Sazonar* con nuez moscada, dejar cocinar y reservar
- Cocer las hojas de pasta en abundante agua hirviendo
- Rellenar las hojas de pasta y colocar en un refractario para horno
- Bañar con la salsa bechamel y espolvorear con queso
- Hornear por 10 min a 200°C

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/canelones-de-calamar>