Canelones de Tres Harinas



Tiempo de preparación: 90 Min

Ingredientes

Armado

Albahaca: c/n
Espárragos verdes cocidos: 1/2 Atado
Olivas Verdes: 100 Gramos
Olivas Negras: 100 Gramos
Queso Parmesano: 200 Gramos
Queso pategras: 200 Gramos
Tomates cherry: 100 Gramos

crema del brócoli

Aceite De Oliva: c/n
Brócoli cocido: 300 Gramos
Caldo de verduras: 250 c.c.
Cebolla de verdeo: 20 Gramos
Cebolla en brunoise: 40 Gramos
Dientes de ajo: 2 Unidades
Sal y Pimienta: c/n

Masa

Aceite De Oliva: 25 c.c.
Agua: 125 c.c.
Harina de quinoa: 125 Gramos
Harina blanca orgánica: 250 Gramos
Harina de amaranto: 125 Gramos
Huevos: 125 Gramos
Sal: 12 Gramos

Relleno

Aceite De Oliva: c/n
Aceite De Oliva: c/n
Ajo picado: 3 Unidades
Azucar: c/n
Cebolla picada: 200 Gramos
Pimienta de molinillo: c/n
Puerros en juliana: 200 Gramos
Queso de cabra blando: 600 Gramos
Ricota: 500 Gramos

Sal: c/n

Sal: c/n

Zuchini en rodajas: 400 Gramos

Preparación de la Receta

Masa

- En un bowl colocar las harinas (blanca, *quinoa* y amaranto), la sal mezclar y hacer un hueco.
- Agregar en el centro huevos, agua, aceite de oliva y tomar la masa desde el centro hasta formar un bollo liso.
- Envolver en film y dejar descansar en frío por 30 minutos.
- Estirar con sobadora o palote hasta que esté bien fina la masa.
- Cortar en cuadrados de 10 x 10 y *blanquear* en abundante agua hirviendo.
- Cortar la cocción en agua con hielo y reservar

Relleno

- En una sartén con aceite de oliva rehogar *cebolla*, *ajo* y *puerro* hasta que estén tiernos.
- Agregar *zucchini* y cocinar por 3 minutos.
- Pasar toda la preparación a un bowl, agregar queso pategras rallado, queso de cabra
- Unificar y *condimentar* con sal y pimienta.
- Reservar.

Crema de brócoli

- En sartén con aceite de oliva rehogar *cebolla*, *cebolla* de verdeo, *ajo* hasta que estén blandos.
- *Condimentar* con sal, pimienta, agregar *brócoli cocido* y cocinar por 3 minutos.
- Con un poco de caldo licuar hasta lograr la consistencia de una *crema*.

Armado

- Armar los canelones de forma tradicional enrollando el relleno con una porción de masa.
- Colocarlos sobre una placa con un poquito de caldo y *crema* de *brócoli*.
- Bañar los canelones con *crema* de *brócoli* y colocar los espárragos, *olivas*, *albahaca*, tomatitos cherry, queso pategras rallado, queso parmesano y *gratinar*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/canelones-de-tres-harinas