

# Canelones de verduras y ricota de cabra

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Masa para canelones:** Cantidad necesaria

### Relleno

**Queso Emmental:** A gusto

**Ricotta de cabra:** 200 g

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Queso Parmesano:** A gusto

**Manteca:** 1 cda.

**Arvejas frescas:** 1 Taza

**Acelga:** 2 Paquetes

**Mozzarella:** 200 g

**Chauchas:** 150 grs.

### Salsa

**Cebollas:** 2 Unidades

**Aceite De Oliva:** 2 cdas.

**Manteca:** 2 cdas.

**Vino Blanco:** 1/4 Taza

**Leche caliente:** 1/2 L

## Preparación de la Receta

### Salsa

- Pele y pique la *cebolla*.

**Espinacas:** 2 Paquetes

**Ciboulette:** A gusto

**Crema de leche:** 1/2 Taza

**Brócoli:** 1/2 Plantas

**Esparragos:** 1 Paquete

**Piñones:** 1/2 Taza

**Coliflor:** 1/2 Unidad

**Nuez Moscada:** A gusto

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Harina:** 2 cdas.

- En una sartén caliente con aceite de oliva y *manteca* saltee la *cebolla* a fuego lento durante 8 minutos, condimente con sal
- Luego espolvoree con *harina* previamente tamizada y mezcle
- Agregue el vino blanco y deje cocinar la *harina* mientras mezcla continuamente
- Una vez evaporado el vino incorpore la leche caliente de a poco sin dejar de mezclar, sazone con sal, pimienta y nuez moscada
- Termine la cocción una vez espesa la salsa.

## Relleno

- Corte las chauchas al bies.
- Separe las flores de *brócoli* y *coliflor*.

## Armado

- Corte la masa en rectángulos para los canelones.
- En una sartén saltee la *espinaca* unos minutos.
- En una olla con abundante agua hirviendo y sal blanquee la acelga, retire, pase por agua helada y escurra
- Reserve el agua y blanquee la masa unos segundos, retire y seque con un repasador.
- Blanquee las chauchas, retire y pase por abundante agua helada
- Proceda del mismo modo con el *brócoli* y *coliflor*.
- Pique la acelga, la *coliflor*, el *brócoli* y la *espinaca*
- Coloque luego en un recipiente junto con las chauchas, las arvejas, la *espinaca*, los piñones, desgrane encima la **ricota** y espolvoree con abundante queso parmesano, mezcle bien.
- Estire los rectángulos de masa y rellene sin llegar a los bordes, coloque un trozo de *mozzarella* y enrrolle.
- En una placa para horno con *manteca* y *crema* de leche acomode los canelones, pinte con la salsa y cubra con los espárragos, agregue el resto de salsa, queso emmental previamente cortado en finas tiras y parmesano.
- Lleve a horno precalentado a temperatura máxima y cocine hasta *dorar*
- Retire y deje reposar unos minutos.

## Presentación

- Sirva los canelones en una fuente y decore ramitas de *ciboulette*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/canelones-de-verduras-y-ricota-de-cabra>