



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Cannellonis aux épinards et à la ricotta .



<i>Ingrédients pour 4 personnes :</i>	<i>Pour la béchamel :</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>- 1 gousse d'ail</li><li>- 1 gros oeuf</li><li>- 1 oignon jaune</li><li>- 12 rouleaux de cannellonis</li><li>- 250 g de ricotta</li><li>- 50 g de gruyère râpé</li><li>- 50 g de parmigiano reggiano</li><li>- 500 g d'épinards hachés surgelés</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- 1 pincée de muscade</li><li>- 1/2 l de lait</li><li>- 50 g de beurre</li><li>- 50 g de farine</li><li>- Sel, poivre</li></ul>

- Porter à ébullition une casserole d'eau, y plonger les cannellonis. Laisser cuire 5 minutes
- Égoutter, réserver sur un plateau, en disposant le cannellonis debout pour lui redonner une forme ronde
- Éplucher, peler et ciseler d'oignon et l'ail. Les faire revenir dans une poêle légèrement huilée
- Ajouter les épinards hachés égouttés. Laisser cuire à feu moyen en remuant pendant 10 minutes
- Égoutter, laisser refroidir, hacher les épinards au couteau
- Dans un saladier mélanger les épinards, la ricotta, l'oeuf battu, le parmesan râpé, la muscade, sel, poivre
- Préparer la béchamel : faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine en remuant fortement
- Ajouter ensuite progressivement le lait jusqu'à obtenir une consistance assez liquide, assaisonner à convenance
- Napper le fond d'un plat à gratin d'une fine couche de béchamel
- Garnir les rouleaux de cannellonis de la farce aux épinards et disposer dans le plat à gratin
- Napper du restant de béchamel, saupoudrer de gruyère râpé et de parmesan
- Enfourner à four chaud à mi-hauteur à 200°C th. 6-7 pendant 30 minutes
- Placer le plat sous le gril pendant 5 minutes afin de doré les cannellonis

### Astuces :

- Cuire les cannellonis pendant 40 minutes couvert d'alu pour éviter le dessèchement des pâtes
- Retirer la feuille d'alu et poursuivre la cuisson pour que les pâtes dorent

