

Mangold-Pilz-Cannelloni

Zubereitungszeit: 50 Min. + 30 Min. Garzeit - Für 2 Personen



Für den Teig:

1 El Olivenöl
1 Msp. Kurkuma
150g frisch gemahlener
 Vollkorn-Hartweizen
90ml heißes Wasser

für die Füllung:

100 g Zwiebeln
200 g Pilze
100 g Hüttenkäse
2 getrocknete Tomaten
 Rukola
 Salz, Pfeffer frisch gemahlen
 Muskatnuss
1 Glas Bio-Tomatensauce

Zubereitung:

Für den Teig Olivenöl, 1 Msp. Salz und Kurkuma glatt rühren und zum frisch gemahlene Hartweizen geben, anschließend das heiße Wasser zugeben und alles ca. 5 Min. kneten. Mindestens 30 Min. in Folie eingewickelt ruhen lassen.

Den Nudelteig dünn ausrollen und in 10 cm breite Bahnen schneiden. Für die Füllung die Zwiebeln fein hacken, die Pilze fein schneiden, den Mangold kurz dämpfen, danach fein schneiden. Die Zwiebeln mit den Pilzen und dem Mangold anschwitzen und mit dem Hüttenkäse und den fein geschnittenen Tomaten vermengen. Zum Schluss mit wenig gehacktem Rukola, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Füllung 1 cm hoch auf die Nudelbahnen streichen, die Cannelloni aufrollen und abtrennen.

Die gefüllten Cannelloni nebeneinander in eine feuerfeste Form geben, mit der Tomatensauce bedecken und 30 Min. im Ofen bei 160 Grad (Umluft 145 Grad) backen.