



Les plats principaux

Cannellonis farcis ricotta, jambon et épinard

Pour 4 personnes.

Ingrédients

200 grammes dés de jambon
60 grammes de parmesan
400 grammes d' épinards
250 grammes de ricotta
2 boules de mozzarella
14 cannelloni (creux)
poivre
sel

Pour la sauce

2 cuillères à soupe de persil (haché fin)
500 millilitres de lait entier
40 grammes de farine
50 grammes de beurre
noix de muscade
1/2 citron (le jus)

Méthode de préparation

Blanchissez l'épinard 5 minutes dans de l'eau salée bouillante. Egouttez-le puis en pressant retirez le plus d'eau possible. Enfin hachez l'épinard finement.

Émiettez la ricotta et mélangez-la avec l'épinard haché. Ajoutez les dés de jambon et la moitié du parmesan puis salez et poivrez. Mettez de côté.

Pour la sauce faites fondre le beurre. Mélangez-y la farine et faites cuire 2 minutes. En mélangeant ajoutez le lait jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir. Incorporez ensuite le jus de citron et le persil puis assaisonnez avec noix de muscade, poivre et sel.

Chauffez le four à 200 °C. Farcissez les cannellonis avec le mélange de ricotta. Versez un peu de sauce blanche dans un plat à four et déposez-y les cannellonis farcis. Versez le reste de la sauce par-dessus et couvrez le plat avec une feuille d'aluminium. Enfouez 15 minutes.

Enlevez la feuille d'aluminium et couvrez les cannellonis avec des tranches de mozzarella. Saupoudrez dessus le reste du parmesan et enfournez encore une fois 15 minutes jusqu'à ce que le fromage soit joliment brun doré.

Ustensiles de cuisine

Four

