Lachs-Cannelloni

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

» 40g Butter/Margarine
» 30g Mehl
» 500ml Milch
» Salz & Pfeffer
» 1 Prise Muskat
» 400g Lachsfilet(s)
» 2 Zucchini
» 250g Ricotta
» 1 Ei(er)
» 1 Prise Kümmel
» 16 Cannelloni

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl hineinschütten, unter Rühren hell bräunen, nach und nach die Milch angießen und unter Rühren 5min kochen lassen. Soße mit Salz und Muskat abschmecken.

2. Ofen auf 200°C vorheizen. Gräten vom Lachs entfernen, Lachs in grobe Würfel schneiden. Zucchini abspülen und grob reiben. Ricotta mit einer Gabel zerdrücken. Ei, Kümmel, Lachs und Zucchini darunter mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Canneloni damit füllen. Cannelloni in eine gefettete Auflaufform setzen, mit Béchamelsoße bedecken. Im Ofen ca. 35min goldbraun backen.

Nährwerte: 530kcal pro Portion

angelegt am: 06.03.2007 Rezept-Nr: 2235

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke