



PASTA

Cannelloni alle verdure



1 TEGLIA DA 6 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
20 MIN



TEMPO DI COTTURA
35 MIN



CALORIE
600K

NOTE

INGREDIENTI

250 g di Cannelloni all'uovo

PER IL RIPIENO

4 Carote

4 Zucchine

400 g di Asparagi

2 Porri

100 g di Piselli freschi sgranati

300 g di Ricotta vaccina

200 ml di Panna da cucina

120 g di Pecorino fresco

80 g di Parmigiano grattugiato

Basilico fresco

Burro

6 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale e Pepe

Preparazione

- Mondate e lavate le carote, le zucchine, gli asparagi e il porro; tagliate poi le verdure a tocchetti.
- Trasferitele in una padella capiente con un fondo di olio, cuocete per circa 10 minuti e, a metà cottura, regolate di sale.
- A parte versate i piselli sgranati in acqua bollente e fateli cuocere, calcolando 12-15 minuti da quando l'acqua bolle. Quindi scolateli e versateli nella padella con le altre verdure; lasciate insaporire per pochi minuti, poi togliete dal fuoco.
- Conditte la ricotta con metà dose di parmigiano, una spolverata di pepe e qualche foglia di basilico tritato, regolate di sale e quindi lavoratela bene.
- Quando le verdure saranno tiepide, unitele alla ricotta, poi aggiungete il pecorino tagliato a dadini e mescolate delicatamente con un mestolo.
- Farcite i cannelloni con il composto preparato, poi sistemati in una teglia leggermente imburata; se vi fosse avanzato del ripieno, distribuitelo sui cannelloni. Conditeli con la panna stemperata con il resto del parmigiano e un po' di pepe e fate dorare per 15-20 minuti in forno caldo a 200°C.

Margherita Pini

I consigli di Margherita

- Se preferite potete sostituire i cannelloni all'uovo secchi con fogli di pasta per lasagne fresca, sui quali distribuirete il composto e arrotolerete in modo da formare i cannelloni.
- Se non trovate i pisellini freschi, potete usare quelli surgelati; si cuociono nello stesso modo. Se non volete usare una delle verdure proposte, aumentare la quantità di quelle che volete utilizzare, in modo da ottenere lo stesso peso iniziale.