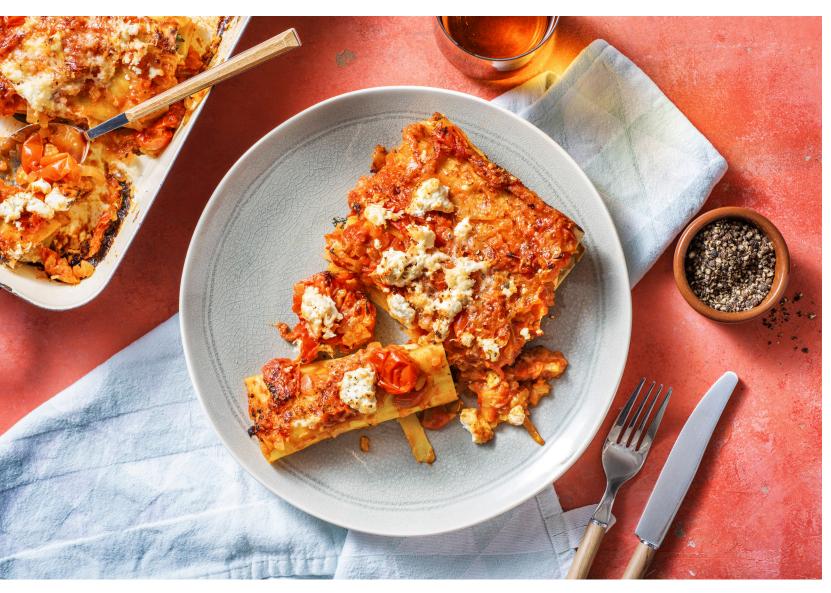


Cannelloni farcis à la viande hachée et aux épinards

avec de la ricotta et une sauce de tomates cerises









Tomates cerises en boîte





Fines herbes italiennes





Épinards *



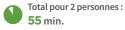
Feuilles de lasagnes fraîches *



Ricotta *



Fromage râpé *





À consommer dans les 5 jours

En italien, cannelloni signifie « gros tubes », et c'est exactement ce que vous allez préparer ce soir : des pâtes en forme de tubes préparées avec des feuilles de lasagnes fraîches. Cuisinez-les tous ensemble en famille, comme en Italie! Buen appetito!

USTENSILES

Petite casserole, papier aluminium, plat à four et grande sauteuse.

Recette de Cannelloni farcis à la viande hachée et aux épinards avec de la ricotta et une sauce de tomates cerises.: c'est parti!



PRÉPARATION Préchauffez le four à 220 degrés. Écrasez l'ail ou coupez-le très fin. Hachez l'oignon. Faites chauffer ½ cs d'huile d'olive par personne dans une casserole à feu moyen-vif et faites-y revenir l'oignon, la moitié de l'ail et les **fines herbes italiennes** 1 à 2 minutes. Ajoutez les **tomates cerises** et 1 cc de vinaigre balsamique noir et 2 cs d'eau par personne. Portez doucement à ébullition et laissez épaissir 5 minutes à feu doux. Salez et poivrez.



TERMINER LES CANNELLONI Disposez les **cannelloni** dans un plat à four et versez la sauce tomate dessus. Répartissez la **Ricotta** sur les **cannelloni** puis saupoudrez de **fromage râpé**. Couvrez le plat à four d'une feuille d'aluminium.



PRÉPARER LA FARCE Faites chauffer ½ cs d'huile d'olive par personne à feu moyen-vif dans une grande sauteuse. Faites revenir le reste d'ail 1 minute, puis ajouter la viande hachée. Faites-la cuire 3 minutes en la séparant. Baissez le feu, déchirez les feuilles d'épinard en petits morceaux et ajoutez-les à la sauteuse. Laissezles 2 à 3 minutes, remuez bien et retirez la sauteuse du feu. Ajoutez la moitié de la ricotta, salez, poivrez et mélangez bien.



FAIRE CUIRE LES CANNELLONI Enfournez le plat de cannelloni 30 minutes. Retirez la feuille d'aluminium au bout de 20 minutes.



PRÉPARER LES CANNELLONI Coupez les **feuilles de lasagnes** en 2 parties égales, pour pouvoir préparer 4 cannelloni par personne. Répartissez la farce composée de viande hachée et d'épinards sur les **feuilles de lasagnes** (conservez un espace de ½ cm vide sur les bords) puis roulez ces dernières comme une crêpe.



Répartissez les **cannelloni** sur les assiettes. Attention, la farce peut être très chaude!

1 À 6 PERSONNES INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P	
Gousse d'ail (pc)	1	2	3	4	5	6	
Oignon (pc)	1/2	1	1½	2	2½	3	
Tomates cerises (boîte)	1/2	1	1½	2	2½	3	
Fines herbes italiennes (cc)	1	2	3	4	5	6	
Viande hachée (g) 🌞	100	200	300	400	500	600	
Ëpinards (g) 23) *	75	150	225	300	375	450	
Feuilles de lasagnes fraîches (g) 1) 3) *	125	250	375	500	625	750	
Ricotta (g) 7) *	40	80	120	160	200	240	
Fromage râpé (g) 7) 🌞	12	25	37	50	62	75	
À ajouter vous-même							
Huile d'olive (cc)	11/4	2½	3¾	5	61⁄4	7½	
Vinaigre balsamique noir (cc)	1	2	3	4	5	6	
Poivre et sel	à votre goût						

* conserver au r''efrigérateur

VALEURS	PAR	
NUTRITIONNELLES	PORTION	PAR 100 g
Énergie (kJ/kcal)	4123 / 986	652 / 156
Lipides (g)	48	8
Dont saturés (g)	15,4	2,4
Glucides (g)	90	14
Dont sucres (g)	15,1	2,4
Fibres (g)	9	1
Protéines (g)	42	7
Sel (g)	0,9	0,1
ALLERGÈNES		

) Céréales contenant du gluten 3) Œufs 7) Lait/lactose

Peut contenir des traces de : 23) céleri

Votre avis nous intéresse! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.









