



Canelones de espinacas

Descripción

Esta receta hace algún tiempo que me la ha pasado mi amiga Inma, tiene muy buena pinta, así que ¡manos a la obra!

¡Por cierto! Os comento una cosilla, sobra un poco de relleno que he aprovechado para unas empanadillas.

De todas formas creo que esta receta quedaría mejor en lasaña.



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 300 gr de espinacas. He escogido de las envasadas de Mercadona.
- * 250 gr de queso de untar.
- * 12 unidades de placas de canelón.
- * 1 cebolla mediana.
- * 3 dientes de ajo medianos.
- * 35 gr de almendras laminadas. Es orientativo, si no gustan se suprimen.
- * 2 cucharadas soperas de uvas pasas.
- * 1 puñado de piñones. Opcional.
- * Pimienta negra al gusto.
- * Aceite de oliva, sal.

Para la besamel.

- * 500 ml de leche.
- * 50 gr de mantequilla.
- * 50 gr de harina.
- * Nuez moscada al gusto.
- * Azafrán. La receta original lleva pero yo no le he puesto.
- * Sal.

Preparación:

Del relleno.

Tostamos los piñones y reservamos.

Limpiamos, pelamos y picamos finamente la cebolla y los ajos. En una olla baja y ancha, ponemos al fuego, vertemos aceite de oliva y pochamos hasta que se ablanden la cebolla y los ajos.



Añadimos las espinacas bien limpias, soltar agua, ponemos el fuego medio-fuerte y las removemos hasta que se evapore la mayor parte posible del líquido que sueltan. Parecen muchas, pero se quedan en nada. Incorporamos las uvas pasas, la pimienta, sazonamos a gusto.



Cocinamos todo ello unos 5 minutos, apartamos del fuego y en un colador, escurrimos de forma que suelte todo el líquido que pueda quedar.

Vertemos todo este guiso en un bol y añadimos el queso de untar, removemos bien hasta que se incorporen todos los ingredientes y reservamos.



Cocemos las placas de los canelones según las instrucciones del fabricante (las hay que ya vienen precocinadas, pero con todo, seguimos las instrucciones).

Una vez cocidas las placas, ponemos un poco de relleno en el centro de cada una y enrollamos. Los vamos colocando los canelones en una fuente de horno, de forma que quepan bien.



Precalentamos el horno a 200°C, calor arriba y abajo.

De la besamel.

Ponemos la mantequilla en una sartén, calentamos al fuego y cuando se funde añadimos la harina, removemos bien para que se cueza y así evitar que la besamel tenga demasiado sabor a ella.





Vertemos un poco de leche, la sal y la nuez moscada, seguimos mezclando y vamos añadiendo el resto de la leche poco a poco sin dejar de remover, hasta que consigamos la textura de besamel que nos guste. Si nos sobra un poco de leche, no importa, no es necesario que quede una besamel demasiado ligera.

Una vez
llegados
a este
punto, la

default watermark



vertemos sobre los canelones, espolvoreamos las almendras por encima y horneamos a 200°C, calor arriba y abajo durante 25 minutos. Ojo con las almendras, a lo mejor se tuestan demasiado.

Tendremos un plato de pasta y verdura para chuparnos los dedos!'



Consejo: El relleno de las espinacas (sin el queso), lo podemos hacer con antelación. Dejando para el día de su consumo la mezcla con el queso, la besamel y el montaje.

Categoría

1. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

febrero 20, 2016

Autor
admin

default watermark