

CANELONS

Martina Jordan Sánchez • 4t d'ESO G43

INDICE

- Les ingrédients
- Les étapes de la préparation



LES INGRÉDIENTS

- Fromage râpé (125 g)
- Poulet rôti (450 g aprox.)
- 12 feuilles de pâtes
- Lait
- Huile d'olive
- Beurre
- Sel
- Farine



1. Faites bouillir les feuilles de pâtes selon les instructions du fabricant. Une fois terminé, laissez-les refroidir dans de l'eau froide et placez-les sur un chiffon blanc.
2. Nous mettons une cuillère à soupe de viande haché sur chacune des tranches et roulons la pâte pour fermer les cannellonis.



3. Ensuite, nous faisons la sauce béchamel. Nous faisons bouillir un demi-kilo de lait. Dans une autre casserole, mettez le beurre et faites-le chauffer. Ajouter la farine et cuire quelques minutes à feu doux. Nous versons le lait petit à petit pour qu'il ne forme pas de grumeaux et le laissons cuire lentement pendant quelques minutes.
4. Assaisonner de sel, de poivre blanc et de muscade.



5. Déposer une cuillère à soupe de sauce béchamel au fond d'une plaque à pâtisserie, déposer les cannellonis dessus puis recouvrir du reste de la sauce béchamel.
6. Saupoudrer une couche de fromage râpé sur le dessus et quelques boules de beurre.



7. Mettez-le au four à 200 °C, jusqu'à ce que les cannellonis soient chauds et gratinés.

