

Canelones rellenos con Espinaca, Ricotta y Espárragos

Este domingo les traemos una verdadera delicia de la cocina Italiana, para que sorprendan a toda la familia con esta exquisita opción vegetariana.

Ingredientes

- 1 Paquete Canelones
 - 1/4 Taza Cebolla Perla picada en cubos pequeños
 - 2 Cucharaditas Ajo en Polvo NATURE'S HEART®
 - 3 Tazas Espinaca troceada
 - 2 Tazas Queso Ricotta desmenuzado
 - 1 Sobre Caldo de verduras en polvo Maggi® disuelto en 1/4 de taza de agua hirviendo
 - 1 Sobre Crema de Espárragos MAGGI®
 - 2 Tazas Leche Entera LA LECHERA®
 - 1/2 Taza Queso Parmesano
 - 2 Cucharadas Orégano Fresco
-

Preparación

Cocina los fideos

- **1.** Coloca los canelones a cocinar en abundante agua. Cocina la mitad del tiempo que dice el empaque, retira del agua hirviendo y deja enfriar. Deben estar ligeramente duros. También puedes buscar los que no necesitan cocción previa.

Cocina el relleno

- **2.** Mientras se cocinan los fideos, añade en un sartén a fuego alto un par de cucharadas de aceite. Una vez caliente, añade la cebolla perla y el Ajo en Polvo NATURE'S HEART®, cocina hasta que la cebolla esté translúcida. Añade la espinaca troceada y el Caldo de

Vegetales MAGGI®. Cocina 4 minutos, apaga el fuego y una vez frío añade el queso ricotta desmenuzado.

Rellena los fideos

- 3. Rellena los fideos semi cocidos con la mezcla del sartén y colócalos en un recipiente apto para horno uno a lado del otro.

Prepara la salsa

- 4. Coloca la Leche Entera LA LECHERA® en una olla. Disuelve en frío la Crema de Espárragos MAGGI®. Lleva a cocinar hasta romper el hervor. Cubre los canelones con la crema de espárragos. Cubre la crema con un poco de queso parmesano.

Cocina

- 5. Lleva a un horno precalentado durante 12 a 15 minutos hasta que la crema de espárragos espese un poco más y el fideo termine de cocinarse.

Redacción La Mañana Digital