



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATES SOSLU İSPANAKLI CANNELLONİ (İTALYA)

4 cannelloni (yaklaşık 90 g)

750 g ıspanak (yıkayıp sapları ayıklandıktan sonra kaynar suda 30 saniye haşlanıp, hemen süzölmüş ve iyice sıkılarak, kurutulmuş)

15 g (1 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı

18 g (1 çorba kaşığı) krema

1/2 tatlı kaşığı tuz

bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

1/2 tatlı kaşığı hintcevizi rendesi

15 g (4 çorba kaşığı) Parmesan peyniri rendesi

4 çorba kaşığı taze kepek ekmeği içi

1 tatlı kaşığı fesleğen (kıyılmış)

Domates sosu:

6 çorba kaşığı natürel zeytinyağı

1 küçük soğan (çok ince doğranmış)

1 diş sarımsak (dövölmüş)

750 g domates (kabukları soyulup çekirdekleri temizlendikten sonra doğranmış)

1 çorba kaşığı fesleğen (ince kıyılmış)

1/4 tatlı kaşığı tuz

bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

Domates sosunu yapmak için zeytinyağını bir tencereye koyup, orta ateşe oturtun. Yağ ısınca soğanları ekleyip, ateşi kısarak, iyice yumuşayınca (ama renkleri kahverengileşmemelidir) kadar pişirin. Sarımsak, domatesler, fesleğen, tuz ve karabiberi ekleyip, ateşi biraz açarak, domates sosunu orta ateşte yarı yarıya suyunu çekene kadar (yaklaşık 30 dakika) pişirin.

Bu arada, büyük birtencereye 4 litre kadar (yaklaşık 16 su bardağı) hafifçe tuzlanmış su koyup, kaynatın.

Cannellonileri ekleyip, iyice yumuşayınca kadar (3 - 4 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, cannellonileri bir süzgeçte süzdükten sonra, soğuk su altında hafifçe çalkalayın ve yeniden süzöüp, bir kenara bırakın.

Harcı hazırlamak için ıspanakları çok ince doğrayın. Tereyağını bir kızartma tavaında eritip, ıspanakları ekleyerek, iyice ısınca kadar pişirin. Krema, tuz, karabiber ve hintcevizi rendesini katıp, tavayı ateşten alarak, ıspanaklı harcı bir çorba kaşığıyla cannellonilerin içine doldurun. Doldurulmuş cannellonileri yağlanmış 4 küçük ateşe dayanıklı tabağa yerleştirin.

Önce fırınınızın ızgarasını yakın. Domates sosunu cannellonilerin üstlerine kaşıkla paylaşırıp, Parmesan peyniri rendesi ve ufalanmış ekmeğiçini üstlerine serpin. Tabakları fırın ızgarasının altına yerleştirip, Parmesan peyniri altın sarısı bir renk alıncaya kadar (yaklaşık 5 dakika) pişirin. Kapları fırından alıp, ince kıyılmış fesleğeni üstlerine serpererek, servis yapın.

Not: Cannelloniler çok önceden hazırlanıp, servisten kısa süre önce pişirilebilir. Parmesan peyniri bulunamazsa yerine kaşarpeyniri kullanılabilir.