



CANNELLONI AUX LÉGUMES



Temps de préparation
30 minutes



Temps de cuisson
50 minutes



Niveau de difficulté
★★

Ingrédients pour 6 personnes

2 aubergines
350g d'épinard
4 gousses d'ail
100g de champignons de Paris
18 tubes de cannelloni
1 oignon
1kg de tomates
2 ou 3 boules de mozzarella
125ml d'huile d'olive
Cumin en poudre
Sel, poivre
1 morceau de sucre
1 bouquet de basilic

Préchauffer votre four à 190°C

Préparation des légumes

Découper les aubergines en petits dés sans enlever la peau.

Laver les épinards.

Dégermer et ciseler les gousses d'ail.

Emincer les champignons de Paris.

Déroulement de la recette

Faire revenir les aubergines environ 3 minutes dans 120ml d'huile d'olive.

Ajouter les épinards, la moitié de l'ail, les champignons, une cuillère à café rase de cumin en poudre. Saler.

Cuire 2 ou 3 minutes en remuant. Remplir les cannelloni de cette farce.

Emincer l'oignon. Faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive et le faire revenir avec le reste de l'ail.

Eplucher les tomates, les couper grossièrement en cube, les ajouter à la préparation. Ajouter le morceau de sucre et le basilic haché. Saler et poivrer.

Laisser cuire 10 bonnes minutes.

Dresser un plat à gratin avec les cannelloni, napper avec la sauce tomate et recouvrir de mozzarella coupée en tranches.

Enfourner 30 minutes.



Pas la peine d'éplucher les champignons de Paris, il suffit de leur couper le pied, de les rincer à l'eau et de les émincer !

Une bonne façon de faire manger des épinards aux enfants... et aux parents !