

# Kohl-Schinken-Cannelloni

Lässt sich am Abend vorher vorbereiten



## FEDERKOHL



Federkohl feiert eine Renaissance. Das alte Gemüse ist in Rot und Grün auf Wochenmärkten oder in vielen Coop Verkaufsstellen erhältlich. Es besticht durch seinen einmalig herben Geschmack.



### 1. Schritt



**Federkohl, Zwiebel und Knoblauch** hacken, mit den **Schinkenwürfeli** im warmen **Öl** ca. 2 Min. andämpfen, auskühlen.

### 2. Schritt



**Saft der Tomaten** in eine gefettete ofenfeste Form von ca. 2 Litern gießen. Tomaten mit der Kohlmasse und der Hälfte des **Käses** mischen, würzen. **Pastateige** in je vier gleich grosse Stücke schneiden. Füllung auf die Pastastücke verteilen.

### 3. Schritt



Von der Seite her aufrollen, die Cannelloni auf den Tomatensaft legen. Restlichen Käse mit **Crème fraîche** mischen, darauf verteilen.

**Backen:** ca. 20 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.  
Backen: 20 Min.

150g Federkohl  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
150g Schinkenwürfeli  
1 EL Olivenöl

1 Dose gehackte Tomaten  
(ca. 400 g)  
130g geriebener Sbrinz  
¼ TL Salz  
wenig Pfeffer  
2 Rollen Pastateig  
200g Crème fraîche

Portion: 606 kcal, E 28g, Kh 43g, F 35g