

Cannellonis aux épinards et boeuf haché

Pour 4 personnes

MATIERES PREMIERES				PROGRESSION
Ingrédients	U	QU	QU	
PATES				Préparation et cuisson : 45 min * Eplucher et émincer les oignons et l'ail. Hacher le persil. Ciseler les épinards et les faire blanchir à l'eau bouillante salée pendant 5 min ; bien égoutter. * Dans une cocotte, faire revenir les oignons dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive ; ajouter la viande hachée, l'ail et le persil ; saler et poivrer. * Incorporer les épinards, 10cl de coulis de tomates et laisser cuire 15min. Laisser refroidir un peu et ajouter l'œuf ; bien mélanger. * Farcir les cannellonis avec ce mélange ; disposer dans un plat à gratin, recouvrir du reste de coulis de tomate et parsemer de gruyère râpé. * Cuire à four chaud th 6 (180°) pendant 30 min.
cannellonis à farcir	U	12,000		
VIANDE				
viande haché	Kg	0,350		
LEGUMES				
épinards	Kg	0,200		
coulis de tomate	Cl	25,000		
CREMERIE				
fromage râpé	Kg	0,100		
œuf	U	1,000		
EPICERIE				
oignons	U	2,000		
gousse d'ail	U	1,000		
bouquet de persil	U	1,000		
sel, poivre	PM			
huile d'olive	PM			

