

# Cannelloni mit Kürbis-Ricotta-Füllung

Zutaten für 4 Personen

**Zubereitungszeit** 45 Minuten

**Schwierigkeit** einfach

## Zutaten

800 g Hokkaido-Kürbis  
2 EL Kokosöl  
3 Zwiebeln  
250 g Ricotta  
125 g Cannelloni-Nudeln  
150 g Gouda, gerieben  
2 EL Kürbiskernöl

## Für die Béchamelsauce

2 EL Kokosöl  
2 EL Mehl  
300 ml Milch  
2 TL Curry Kokoswürzöl  
Salz und Pfeffer



## Zubereitung

Den Kürbis waschen, entkernen und mit der Schale in Stücke schneiden. Das Kokosöl im Topf schmelzen, die Kürbisstücke hineingeben, darin wenden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. 15 bis 20 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze backen. Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden, im Topf mit Kokosöl anbraten, zu den abgekühlten Kürbisstücken geben und zusammen mit dem Ricotta pürieren. Die Cannelloni mit der Masse befüllen und in eine gefettete Auflaufform legen. Für die Béchamelsauce das Kokosöl in einem Topf schmelzen, etwas Mehl einstreuen und leicht bräunen. Unter kräftigem Rühren mit der Milch nach und nach aufgießen. Das Curry Kokoswürzöl dazugeben, verrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Sauce über die Cannelloni geben und mit dem Gouda bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze für etwa 20 Minuten überbacken. Zum Anrichten mit geröstetem Kürbiskernöl beträufeln.