

Tortelloni in Käsesahnesoße



Zutaten für 3 Personen:

500 g Tortelloni mit Ricotta-Spinat-Füllung (Kühlregal)
1 m.-große Möhre(n)
100 g Brokkoli
3 TL Olivenöl
3 TL Mehl
300 ml Gemüsebrühe
120 ml Sahne oder fettarmer Sahneersatz
60 ml Milch
75 g Schmelzkäse, fettarm
etwas Muskat
evtl. Salz bei Bedarf

Zubereitung:

Die Tortelloni (frisch gekauft oder selbst gemacht) in Salzwasser gar kochen und beiseitestellen.

Die Möhre schälen und in Scheibchen schneiden, den Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen (tiefgefrorenen Brokkoli auftauen).

Das Olivenöl in einer Pfanne (am besten geht das im Wok) erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Dann mit Gemüsebrühe, Sahne(ersatz) und Milch ablöschen. Den Schmelzkäse in der Soße schmelzen und die Soße aufkochen lassen. Nun das Gemüse hinzugeben und in der Soße 10 min. köcheln lassen. Mit Muskat und evtl. noch etwas Salz abschmecken. Die Tortelloni in die Soße geben, alles gut vermengen.

