Canelones de espinacas con bechamel ligera de puerros

Consejo del chef

Puedes tener las bandejas de canelones ya montadas en la nevera desde el día anterior o hacerlas días antes y congelarlas. Una opción más rápida y sencilla es hacer una lasaña.

Raciones para 100

- ❏ **500 gr** Cebolla
- ❏ Diente de ajo
- ❏ Espinacas congeladas
- ❏ **20 gr** Soja texturizada fina
- ❏ **50 gr** Piñones o frutos secos
- ❏ **300 ml** Leche de soja sin edulcorar
- ❏ **1 gr** Queso crema vegano (opcional)
- ❏ **70 gr**
- ❏ **20 gr** Salsa de soja
- ❏ **15 gr** Sirope de ágave
- ❏ **4 gr** Sazonador para pinchos morunos
- ❏ Sal y pimienta
- ❏ **1** Chalota
- ❏ **2** Puerros
- ❏ **1/2** Bulbo de hinojo
- ❏ **500 ml** Leche vegetal sin azúcar
- ❏ **100 ml** Cerveza
- ❏ **20 ml** Aceite de oliva
- ❏ **1/2** Cucharadita de nuez moscada
- ❏ Pasta de canelones precocida
- ❏ Queso rallado vegano

1. En una sartén grande con abundante aceite de oliva, sofríe la cebolla y el ajo todo bien picado con una pizca de sal para que no se queme.
2. Añade las espinacas congeladas y remueve. Incorpora la harina. Mueve bien para que se cocine y no se pegue en el fondo de la sartén.
3. Mientras, coloca la soja texturizada en un bol y añade agua hirviendo sin llegar a cubir. Remueve para que se hidrate pero evitando que absorba demasiada agua. Queremos que la soja tenga una textura crujiente. Retira el exceso de agua presionando la soja con las manos. Reserva.
4. Añade la leche de soja a las espinacas y deja que se cocine a fuego bajo. Pasados unos minutos añade el queso crema vegano y continúa removiendo.
5. Para preparar la soja tan solo fríela en una sartén con aceite. Añade las especias, remueve y cuando empiece a coger color añade la soja y el agave. No dejes de remover para que no se queme el agave y conseguir un color dorado uniforme. Vuélcala en la sartén de las espinacas junto a los piñones picados y remueve bien. Deja que enfríe completamente.
6. Para preparar la bechamel, sofríe la chalota con los puerros, el hinojo y una pizca de sal. Cuando esté pochado, añade la cerveza y una vez se haya evaporado el alcohol incorpora la leche. Cocina a fuego bajo hasta que esté todo blandito.
7. Añade la pimienta blanca y la nuez moscada. Tritura hasta obtener una mezcla muy cremosa y sin grumos. Corrige el punto de sal y reserva.
8. Rellena los canelones ayudándote de una manga pastelera.
9. Coloca un par de cucharadas de bechamel en el fondo de una bandeja de horno y coloca los canelones encima. Cubre con el resto de la bechamel y con el queso rallado.
10. Hornea según las indicaciones de la pasta. Es recomendable hornear los primeros 25 minutos con la bandeja tapada y luego gratinar el queso subiendo la temperatura y destapando la bandeja.
11. Servir con pimienta negra recién molida y un poquito de cebollino picado muy finito.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/canelones-espinacas-bechamel-puerros/