

# CANELONE DE ABOBRINHA

## INGREDIENTES

2 abobrinhas grandes  
200 g de presunto fatiado  
200 g de mussarela fatiada  
100 g de mussarela ralada  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
300 ml do molho de sua preferência (eu usei bechamel)

## MODO DE PREPARO

Coloque 3 litros de água para ferver em uma panela grande

Em um refratário grande, coloque 2 litros de água gelada e mais algumas pedras de gelo

Fatie a abobrinha com casca no sentido do comprimento, de forma que ela fique no tamanho original porém fininha

Coloque aos poucos algumas fatias de abobrinha na água fervente, deixe por 30 segundos

Escorra bem

Coloque as fatias na água gelada até esfriar bem

Retire da água gelada e deixe escorrer bem

Faça esse processo com todas as fatias

Em cima de uma tábua, monte os canelones

Abra uma fatia de abobrinha, coloque por cima uma fatia de presunto (da mesma largura da abobrinha) e uma de mussarela

Enrole como se fosse um rocambole

Em um refratário que possa ir ao forno, disponha todos os canelones (com a parte da emenda para baixo, para não abrir)

Salpique sal e pimenta por cima

Coloque o molho sobre os canelones

Espalhe a mussarela ralada por cima

Cubra com papel alumínio

Asse por 30 minutos na temperatura de 180

Retire o papel alumínio, asse por mais 10 minutos ou até dourar

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/8467-canelone-de-abobrinha.html>