

Geschmorte Mangold-Päckchen mit Hackfleisch

Für 4 Portionen

16 Mangoldblätter	Salz	150 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	4 El Olivenöl	1 Dose geschälte Tomaten
100 ml Weißwein	200 ml Geflügelbrühe	Pfeffer
Zucker	6 Stiele Petersilie	75 g milde schwarze Oliven
400 g gemischtes Hack	4 El griechischer Sahnejoghurt (10 %)	$\frac{1}{2}$ Tl Zimtpulver
125 g Basmatireis	Olivenöl und Minze	

Mangoldstiele keilförmig aus den Blättern schneiden. Blätter waschen und abtropfen lassen, Stiele anderweitig verwenden. Die Blätter in kochendem Salzwasser 2 Min. blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Die Blätter mit einem Küchentuch trocken tupfen. Zwiebeln fein würfeln, Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl in einem ofenfesten Topf mit Deckel erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Tomaten zugeben, mit dem Kochlöffel grob zerstoßen. Weißwein und Brühe zugeben, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze aufkochen. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Oliven grob hacken. Hack mit Joghurt, Oliven und Petersilie vermengen. Kräftig mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen. Den ungegarten Reis untermischen. Auf einem Küchentuch jeweils 2 Mangoldblätter überlappend aufeinanderlegen. Die Hackmasse in 8 Portionen teilen. Je 1 Portion Hackmasse auf dem unteren Drittel der Mangoldblätter verteilen. Die Längsseiten der Mangoldblätter über die Füllung klappen. Die Mangoldblätter vom unteren gefüllten Drittel her aufrollen. Die Mangoldpäckchen nebeneinander in den Topf geben, zugedeckt im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 30–40 Min. garen. Die Mangoldpäckchen mit der Sauce anrichten, mit etwas Olivenöl beträufelt und mit Minze verziert servieren.

Tim Mälzer am 31. 03. 2012