

Mangold-Rollen Capuns mit Weißwein-Soße, Champignons

Für 4 Personen:

20 große Mangold-Blätter	200 g Weizenmehl, Typ 550	100 g Buchweizenmehl
4 frische Eier	150 g Magerquark	80 ml Vollmilch
80 g luftgetrock. Salami	18 Sch. geräuch. Speck	2-3 Zweige glatte Petersilie
2-3 Zweige Thymian	4 Schalotten	4 Zehen Knoblauch
80 g Butter	200 ml Weißwein	1 L Kalbsbrühe
200 ml Sahne	150 g Bergkäse, gerieben	Salz, Pfeffer
2 Prisen Muskatnuss	16 Champignons	Rapsöl

Zutaten Salat:

150 g Wildkräutersalat	20 g frische Kräuter	1 kleine Zwiebel
2 EL Balsamicoessig, weiß	4 EL Olivenöl	2 EL frischen Orangensaft
1 TL Senf	Salz, Pfeffer	1 EL Rapsöl

Backofen vorheizen auf 180°C, anschl. Grillfunktion fürs Gratinieren des Käses aktivieren Champignons säubern und vierteln. Petersilie und Thymian fein schneiden. Salami in kleine Würfel und Speck in Streifen schneiden. Zwei Schalotten und 2 Zehen Knoblauch in feine Würfel schneiden. Ein Drittel davon in etwas Butter leicht anbraten und abkühlen lassen.

Mangoldblätter von den Stielen befreien und kurz in Salzwasser blanchieren. Dann in Eiswasser abschrecken, abschütten und gut abtropfen lassen.

Eier, Magerquark, Vollmilch, Salz, Pfeffer und Muskat verrühren und zum Weizen- bzw. Buchweizenmehl geben. Zu einem homogenen Teig verrühren und den Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Salamiwürfel, angebratene Schalotten, Petersilie und Thymian unter die Masse mischen und mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Blanchierte Mangoldblätter auslegen und die Teigmasse mit einem Esslöffel oder einem Spritzbeutel gleichmäßig darauf verteilen. Blattseite links und rechts einschlagen und von unten her satt einrollen (ca. 3-5 Capuns pro Person) Eine Backform mit Butter austreichen und die Capuns hineinlegen.

Kalbsfond und Sahne aufkochen und über die Capuns geben. Im Backofen zugedeckt bei 180°C 30-40 min. garen.

Schalotten und Knoblauch für den Saucenansatz in Öl hell anbraten, mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen.

Garflüssigkeit von den Capuns trennen und mit dem Saucenansatz köcheln lassen.

Gegebenenfalls abbinden und abschmecken.

Speckstreifen knusprig braten und über die Capuns geben. Capuns mit Bündner Bergkäse bestreuen und im Ofen bei Stufe Grillen ca. 10 Minuten gratinieren.

Champignons in Öl mit Schalottenwürfeln, Knoblauch und Thymian braten und mit Butter, Salz und Pfeffer verfeinern.

Gratinierte Capuns auf dem Teller anrichten und gebratene Champignons dazugeben. Sauce aufschäumen und die Capuns leicht damit nappieren.

Zutaten Salat: Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und in Öl braten. Mit dem Balsamico ablöschen und 5 min. sieden lassen, dann vom Herd nehmen und ziehen lassen bis sie weich sind. Etwas auskühlen lassen und fein pürieren.

Orangensaft und Senf dazugeben, würzen, mit dem Olivenöl verrühren und abschmecken. Den Salat mit dem Dressing vermischen und anrichten.

Elisabeth Albrecht am 14. Juli 2023