



Capuns

Capuns

350 g Mehl
150 ml Wasser
100 g Magerquark
3 Eier
2 Salsiz
Petersilie
Schnittlauch
Krause Minze
40 Mangoldblätter

Kochfond

1 Schalotte
1 TL Butter
150 ml Geflügelbouillon
Salz und Pfeffer
60 g geräucherter Speck, in Streifen geschnitten
Lorbeerblatt
1 Zwiebel, fein geschnitten
30 g Speck, fein geschnitten
100 g Butter

Zubereitung

1. Aus Mehl, Eiern, Magerquark, Wasser und Salz einen Teig rühren und mit der Holzgabel schlagen, bis er Blasen wirft. Eine Stunde ruhen lassen.
2. Salsiz klein würfeln (ca. 3 Millimeter). Petersilie, Schnittlauch und krause Minze fein schneiden und mit Salsizwürfeln unter den Teig mischen.
3. Pochierte Mangoldblätter flach auslegen. Je mit einem Teelöffel Teig belegen. Satt aufrollen.
4. Viel gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Capuns darin etwa 10 Minuten ziehen lassen.
5. Für den Fond Butter in einem Pfännchen aufschäumen lassen. Schalotte würfeln, in Butter andünsten, Speck hinzufügen und mit Bouillon auffüllen. Reduzieren lassen. Abschmecken.
6. Die gerollten Capuns in die kräftige Bouillonreduktion legen und 8 bis 10 Minuten zugedeckt sanft köcheln lassen.
7. Die Zwiebel in einer Pfanne goldgelb rösten. Zum Schluss den Speck dazugeben, kurz mitrösten.
8. Die Butter in einem Pfännchen bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren zur Nussbutter schlagen.
9. Die Capuns in einem flachen Teller anrichten, mit einem Teil des Kochfonds übergießen, mit den gerösteten Speck-Zwiebeln belegen, etwas gehobelten Alpkäse darauf verteilen und mit fein geschnittenem Schnittlauch und der Nussbutter servieren.