



Rezepte der Sendung vom 2. Mai 2012 - «Capuns»

Für 4 Personen

Bündner Capuns mit Salsiz und Salametti (von Charly Bieler)

Zubereitungszeit: ca. 30 Min. / Backen: ca. 20 Min.

250 g Mehl
1 Ei
1 dl Milch
1 dl Wasser
Pfeffer, Muskatnuss
100 g Salsiz, in Würfeli
100 g Salametti, in Würfeli
100 g luftgetrockneter Landjäger, in Würfeli
150 g gekochter Schinken
½ Bund Schnittlauch
½ Bund Petersilie
2 Blättchen Pfefferminze



Mehl in eine Schüssel geben. Ei, Milch und Wasser verrühren. Nach und nach zum Mehl geben, bis ein zähflüssiger Teig entsteht. Fleisch begeben, mit Pfeffer und Muskatnuss würzen. Kräuter fein schneiden, begeben und gut mischen. Teig ca. 20 Minuten ruhen lassen.

24 Mangoldblätter (oder Krautstielblätter)
1 EL Bratbutter
1 EL Rapsöl

Mangoldblätter in siedendem Wasser kurz blanchieren. Mit eiskaltem Wasser abschrecken und trocken tupfen. Auf die Arbeitsfläche legen. Stiele wegschneiden. Pro Blatt ca. 1 Esslöffel Füllung in der oberen Mitte platzieren, Längsseiten der Blätter auf die Füllung legen, Blätter einrollen oder zu Päckli falten. Bei grossen Blättern eventuell den Rest des Blattes wegschneiden. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Bratbutter und Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Capuns portionenweise beidseitig kurz anbraten. In eine ofenfeste Form legen.



½ EL Öl
50 g Speckwürfeli
3 dl Weisswein
2 dl Rahm
1 EL Charlys Gewürzmischung, z.B. Paprika, Pfeffer, Muskat
Salz, nach Bedarf

Öl heiss werden lassen, Speck anbraten, Weisswein dazu giessen und einkochen. Rahm begeben, aufkochen und ca. 5 Min. köcheln lassen, würzen. Sauce über die Capuns giessen, in der Mitte des vorgeheizten Ofens ca. 20 Min. überbacken.

* * *

Käseschaum und gebackene Sbrinzchips (von Ivo Adam)

Zubereitungszeit: ca. 30 Min. / Backen: ca. 10 Min. Ergibt ca. 4 dl.

Käseschaum:

2,5 dl Gemüsebouillon
2,5 dl Weisswein
250 g Käseabschnitte vom Sbrinz, in Stücken
1 dl Kaffeerahm
1 dl Sojamilch
2 cl Williams
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
25 g kalte Butter

Bouillon und Wein aufkochen, Käse begeben, ca. 15 Min. ziehen lassen. Flüssigkeit absieben und auf die Hälfte einkochen. Kaffeerahm, Sojamilch und Williams begeben, würzen, gut mischen. Butter begeben und mit dem Stabmixer aufschäumen, sofort servieren.

Chips:

200 g Sbrinz am Stück

Sbrinz direkt auf ein mit Backpapier belegtes Blech reiben (mittlere Reibe). Backen: ca. 10 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, abkühlen, in Stücke brechen.