

Falsche Capuns

(Lieblingsrezept von SRF-Landfrau Nicole Tanner aus Maienfeld, GR)

Zutaten: (für 4 Personen)

- 16 Mangoldblätter
- 16 fingergrosse Käse-Stücke (z. Bsp. Maienfelder Alpkäse)
- 16 Tranchen Hinterschinken
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 50 g Butter
- 2 EL Reibkäse
- 5 dl Rahm
- 1 Würfel Rinds-Bouillon
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Mangoldblätter ca. 5 Sekunden lang in kochend heissem Wasser blanchieren. Die Stiele wegschneiden.

Je ein Stück Käse und etwas gehackte Zwiebel auf je eine Schinken-Tranche geben. Mit Pfeffer und Salz würzen und zu einem «Päckli» einwickeln.

Auf jedes Mangoldblatt ein Schinken-Käse-Päckli geben und einwickeln.

Die Mangold-Päckli dann in eine Gratinform geben. Butterflöckli darüber verteilen.

Den Rahm mit dem Bouillon-Würfel aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Mangold-Päckli giessen. Reibkäse darüber streuen und die Capuns für ca. 30 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen schieben.