

Capuns

A. Caminada



Zubereitung

Aus Mehl, Eier, Quark und Wasser einen Teig rühren und so lange schlagen bis er Blasen wirft. Salsiz und Landjäger in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Kräutern zum Teig geben. Gut mischen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Mangoldblätter flach auslegen. Jedes Blatt mit 1 TL Teig belegen und straff einrollen. Zwiebel und Speck anschwitzen und mit der Bouillon aufgiessen. Capuns in eine Pfanne geben und mit der heissen Bouillon aufgiessen und etwa 10 Minuten leicht sieden. Butter in einer Pfanne leicht bräunen. Capuns mit Bergkäse und Schnittlauch bestreuen und mit etwas brauner Butter beträufeln.

Rezept für 4

Zutaten

350 g Weissmehl
 150 ml Wasser
 100 g Magerquark
 3 Eier
 1 Salsiz
 1 Landjäger
 2 EL Petersilie, gehackt
 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten
 2 EL Krauseminze, fein geschnitten
 Salz, Pfeffer
 40 Mangoldblätter
 500 ml Bouillon
 1 Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
 50 g Kochspeck, in Streifen geschnitten
 100 g Butter
 etwas Schnittlauch, fein geschnitten
 etwas Bergkäse, grob geraffelt