AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	50 Min.	Herbst	Schweiz

CAPUNS-GRATIN



Rezept: Sophie Brogle, Wettingen - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Im Bergkanton Graubünden wird mit dem Herbstgemüse Krautstiel und Salsiz ein nahrhafter Gratin zubereitet. Traditionell wird Capuns als Wickel serviert. Das Lieblingsrezept von Sophie Brogle.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

400 g	Krautstiel (Mangold)	200 g	Salsiz
5 dl	Gemüsebouillon	100 g	Bündner Bergkäse
300 g	Mehl	1 Bd	Schnittlauch
2.5 dl	Milch	0.8 TL	Salz
2	Ei	1 Pr	Pfeffer
1.3 TL	Muskatpulver	2 dl	Saucen-Halbrahm

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 220° C vorheizen. Krautstiel in Stücke schneiden, in vier Fünftel der siedenden Bouillon ca. 3 Min. köcheln und herausnehmen. Bouillon beiseite stellen. Die Hälfte des Krautstiels in eine gefettete, 2-Liter grosse Ofenform geben.
2. Mehl, Milch, Eier und Muskat verrühren. Salsiz in Würfeli schneiden, die Hälfte des Käses grob reiben. Schnittlauch fein schneiden, alles unter die Masse rühren, würzen und in die vorbereitete Form füllen.
3. Restlichen Krautstiel darauf verteilen. Ein Fünftel der Bouillon und den Saucen-Halbrahm verrühren, darübergiessen und restlichen Käse grob darüberreiben.
4. Ungefähr 25 Min. in der Mitte des vorgeheizten Ofens backen.