



REZEPT DER WOCHE

KW 13 28.03. – 03.04.2022

Mangoldblätter mit Boulgour-Schafskäse-Füllung und Frischkäsesauce (Für 4 Personen)

Das brauchen Sie:

Marinade:

- 1 Mangoldstauden (Art.Nr. 721)
- 100g Boulgour (Art.Nr. 5224)
- 1 Kohlrabi (Art.Nr. 703)
- 1 Zwiebel (Art.Nr. 400)
- 3 EL Bratöl (Art.Nr. 8324)
- 50g getr. Tomaten (Art.Nr. 5240)
- 1/2 TL Klare Suppe (Art.Nr. 8264)
- 30ml Weißwein (Art.Nr. 12865)
- 50g Pinienkerne (Art.Nr. 5159)
- 50g Schafskäse (Art.Nr. 2074)
- Etw. Muskat gemahlen (Art.Nr. 8344)
- 1/2 Bd. Petersilie (Art.Nr. 451)
- 100ml Gemüsebrühe (Art.Nr. 8264)
- 1 Küchengarn

Für die Frischkäsesauce:

- 1 Zwiebel (Art.Nr. 400)
- Etw. Bratöl (Art.Nr. 8324)
- 1 Knoblauchzehe (Art.Nr. 410)
- 1/2 TL Muskat (Art.Nr. 8344)
- 250ml Wasser
- 1 TL Klare Suppe (Art.Nr. 8264)
- 85g Kräuter-Frischkäse (Art.Nr. 2400)
- 30g Agar Agar Pulver (Art.Nr. 5263)
- 1/2 Bd. Petersilie (Art.Nr. 451)

Und so geht's:

- Mangoldblätter in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen und harte Blatttrippe entfernen.
- Getrocknete Tomaten im warmen Wasser mit klarer Suppe 10-15 Minuten kochen.
- Ofen auf 200 °C vorheizen.
- Kohlrabi klein würfeln und kurz in der Pfanne blanchieren. Zwiebel (gewürfelt) kurz in Öl anbraten, mit Wein ablöschen und 3 Minuten glasig dünsten.
- Gekochten Boulgour, abgetropfte Tomaten, Pinienkerne, Schafskäse (gewürfelt), Muskatpulver und gehackte Petersilie zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2-3 EL der Masse auf das Ende eines Mangoldblattes geben und einrollen. Diese Rolle längs auf ein weiteres Blatt setzen und über die offenen Seiten einrollen, mit Küchengarn zubinden.
- Ofenfeste Form mit Butter oder Margarine bestreichen, Mangold-Päckchen hineinsetzen, Gemüsebrühe darüber gießen, mit Deckel 15 Minuten backen.

Für die Frischkäsesauce:

- Zwiebel würfeln, in etwas Öl andünsten. Zerdrückten Knoblauch und Muskat zugeben. Mit Wasser aufgießen, klare Suppe und Frischkäse unterrühren. Agar Agar einrühren, 3 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Gehackte Petersilie unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

Bei Rückfragen sind wir für Sie erreichbar:
Tel. (0 72 23) 8 06 22 30
E-Mail: info@deckersbiohof.de
www.deckersbiohof.de

DECKERSBIOHOF