

## Osterrezept: Lammcapuns



Denkt man an Bündner Spezialitäten, kommen einem sofort Capuns in den Sinn. Dies soll auch an Ostern nicht anders sein. Denn unter den unzähligen Rezepten gibt es natürlich auch eine Variante, die zu diesem Feiertag passt.

### Zutaten für 4 Personen

- 200 g Paniermehl
- 4 Eier
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Muskatnuss
- 200 g Lammrückenfilet
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 EL Butter
- Frischer Thymian
- Pfefferminze
- 3 EL Kalbsjus
- 1 EL Mie de pain (geriebenes Weissbrot, ohne Rinde)
- 2 Mangoldstiele in kleine Würfel geschnitten
- Gruyère, gerieben
- 1,5 dl Milch
- 1 dl Rahm

### Zubereitung

- Das in Würfel (brunoise) geschnittene Lammfleisch in Butter anziehen, Zwiebeln, Gewürze, Kräuter und Mangold dazugeben. Mit Kalbsjus aufgiessen und weichdämpfen. Mit dem Mie de pain binden und kalt stellen.
- Paniermehl, Eier und Gewürze zusammen zu einem Spätzliteig schlagen und dann mit der obigen Mischung gut vermengen.
- Die blanchierten Mangoldblätter auslegen, mit der Füllung versehen, einrollen und in eine gebutterte Gratinform geben. Mit reifem Gruyère bestreuen, Milch und Rahm dazu giessen.
- Bei 160° im Ofen 30 Minuten gratinieren.