

Mangoldrouladen

Zutaten für 4 Portionen:

600 g Mangold – Salz – 200 g Feta – 6 Scheiben helles Brot – 2 Knoblauchzehen – 60 g Butter – 2 Eier – 200 g Sahne – Pfeffer – 4 EL Olivenöl – 200 ml Gemüsebrühe – 100 ml Weißwein – abgeriebene Schale von ½ Zitrone

Zubereitung:

- Mangold putzen und waschen, dann die Stiele abschneiden
- Die Mangoldblätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, abschrecken und trocken tupfen
- Feta, Brotscheiben und die Mangoldstiele fein würfeln
- Knoblauch schälen und fein hacken
- Butter in einer Pfanne zerlassen und die Brotwürfel darin goldbraun rösten
- Knoblauch zugeben und kurz mitbraten, dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen
- Für die Füllung Feta, Eier und 2 EL Sahne mit der Brotmischung vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Etwas von der Füllung (je nach Größe der Blätter) auf den Stielansatz der Mangoldblätter geben und diese zu Rouladen einrollen. Die Seiten der Blätter dabei leicht einschlagen
- Öl in einem Topf erhitzen und die gewürfelten Mangoldstiele darin anbraten
- Mit Gemüsebrühe, Wein und der restlichen Sahne ablöschen
- Zitronenschale zufügen und unter Rühren offen köcheln lassen bis die Sauce etwas eindickt
- Die Mangoldrouladen in die Sauce legen und etwa 8 Minuten garen

Wir wünschen guten Appetit!

