Mit Rindszunge gefüllte Conchiglioni

Die grossen Conchiglioni (Muscheln) lassen sich ideal befüllen und sind immer gut für einfache und leckere Ofengerichte. Für die Füllung bieten sich auch Resten von Fleisch oder Gemüsegerichten an. In diesem Falle ist ein Rest der geräucherten Rindszunge , die kleingewürfelt an einer Béchamel mit Senf und Kapern in die Conchiglioni gefüllt wird und im Ofen leicht überbacken wird.

Praktisch auch: Die gefüllten Conchiglioni können gut vorbereitet werden, und auch über Nacht im Kühlschrank gelagert werden. Sie müssen dann nur noch für etwa 30 Minuten in den Ofen geschoben werden.

Zutaten

```
130g    gekochte Rindszunge
8       Conchiglioni, ca. 60g
2El     Kapern in Essig

Béchamel:
20g    Tafelbutter
15g    Mehl
1,8l   Milch
1      Loreerblatt
1      Stückchen Zitronenschale
1Tl    Dijon-Senf
       Salz, Pfeffer, Muskatnuss
```

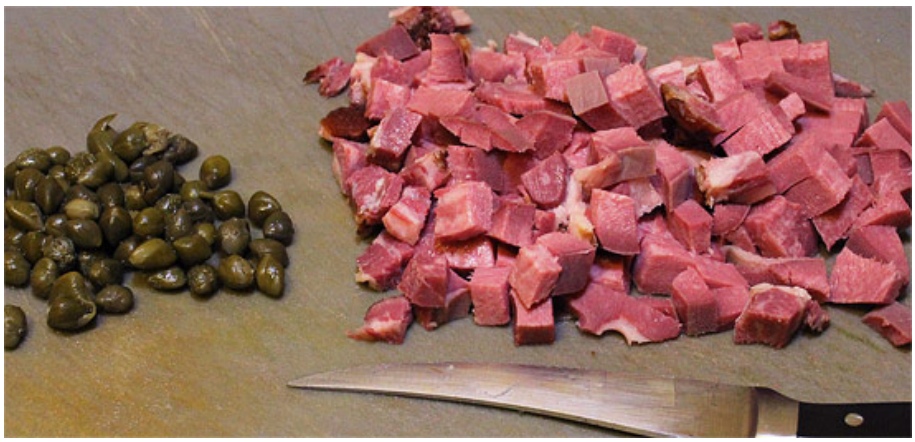
Zubereitung

Conchiglioni in Salzwasser gar kochen, etwas länger als die angegebene Kochzeit (Conchiglioni von De Cecci: 15 Minuten). Beim Gratinieren werden sie wieder etwas fester.

Béchamel:
Butter in einer Pfanne schmelzen, sobald die Butter flüssig ist, Mehl zugeben und gut verrühren bis eine homogene Masse entsteht. Milch zu Beginn in kleinen Dosen zugeben und kräftig verrühren, sobald die Masse breiig wird, kann die Milch in grösseren Dosen zugegeben werden. Zitronenschale und Lorbeerblatt zugeben. Bechamél 10 Minuten leicht köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren, damit sie nicht am Pfannenboden festklebt. Lorbeerblatt und Zitronenschale herausfischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Von der Herdplatte ziehen.

Rindszunge in ca. 5 bis 10mm grosse Würfelchen schneiden. Kapern kurz unter kaltem Wasser abspülen. Beides zur Bechamél geben, vermischen und etwas auskühlen lassen.

Ofen auf 200° vorheizen

Eine Gratinform ausbuttern. Die Conchiglioni befüllen und je ein Butterflöckchen darauf legen. Für ca. 25 Minuten in die Mitte des Ofens einschieben. Die Conchiglioni sollten nur so einen leichten Anflug von braunen Krüstchen zeigen.

Vorbereitete Conchiglioni aus dem Kühlschrank müssen ca. 5 Minuten länger gratiniert werden.