



Escargots

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Schalotten	2 St.
Petersilie, frisch	10 g
Öl	1 EL
Butter	2 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Weißwein, trocken	200 ml
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Pfeffer, schwarz	1 TL
Baguette	1 St.
Schnecken, gefüllt	360 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Pfanne

1. Schalotten halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.
2. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Schalotten darin ca. 2 Min. anschwitzen, Butter hinzugeben und aufschäumen lassen. Mit Mehl bestäuben und mit Weißwein aufgießen. Lorbeerblatt und ganze Pfefferkörner hinzugeben und ca. 15 Min. einkochen lassen.
3. Inzwischen Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Baguette im Ofen ca. 8–10 Min. goldgelb backen. Schnecken aus der Folie nehmen, in der Aluschale mit der Schneckenöffnung nach oben verteilen. Im Ofen ca. 7 Min. mitgaren.
4. Frische Petersilie unter die Sauce rühren. Schnecken zusammen mit Baguette und Weißweinsauce servieren.

Guten Appetit!

Info: Escargots – auf Deutsch Schnecken – sind ein typisch französisches Gericht.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	497 kcal
Kohlenhydrate	28 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	33 g