



Kohlrouladen

Zutaten

(Für 4 große Kohlrouladen)

- 1 ganzer Spitzkohl
- 1 kg Hackfleisch (gemischt)
- 4 Scheiben Toastbrot
- etwas Milch
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 Zwiebel
- Salz & Pfeffer
- 2 Eier
- 500 ml Rinderfond
- Soßenbinder (dunkel)

Zubereitung

1. Toastbrot in etwas Milch einlegen und einweichen lassen. Wasser mit Salz in einem großen Topf mit hohem Rand erhitzen. Den Strunk vom Spitzkohl vorsichtig Herausschneiden.
2. Den Spitzkohl ins Wasser geben, die Blätter nach und nach vorsichtig abziehen und im Wasser kurz blanchieren. Danach zur Seite legen.
3. Petersilie und Zwiebel hacken. In einer Schale mit dem Hackfleisch, Ei, Salz und Pfeffer vermengen. Eingeweichtes Toastbrot auspressen und mit untermengen, bis eine homogene Masse entsteht.
4. Ein großes und ein kleines Spitzkohlblatt übereinander auf ein Handtuch legen und jeweils ca. zwei Esslöffel der Fleischmasse darauf verteilen. Die rechte und linke Seite des Kohlblatts einfallen und danach wie einen Wrap einrollen. Optional mit einem Holzspieß fixieren, damit das Ganze besser zusammenhält.
5. Etwas Öl im Bräter erhitzen und die Rouladen darin von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, danach mit Rinderfond ablöschen und ca. 30–35 Minuten kochen lassen. Die Rouladen herausnehmen und die restliche Soße mit etwas Soßenbinder anrühren. Wahlweise mit Kartoffeln servieren und mit der Soße genießen. Guten Appetit!



Die besten
Rezepte von:

Bernd Zehner

