



Wirsingrouladen

Zutaten

(Für ca. 4 Portionen)

- 1 Wirsing
- 500 g Hackfleisch (gemischt)
- 200 g Paniermehl
- 1 Ei
- Salz & Pfeffer
- etwas Muskat
- 2 Zwiebeln
- 3 Karotten
- 1/2 Stange Lauch
- 1 Pastinaken
- 1/2 Sellerie
- 1 EL Tomatenmark
- 80 g Speck
- 1 l Gemüsebrühe
- etwas Butterschmalz
- 2 EL Mehl

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. Die äußeren Blätter des Wirsings darin 1–2 Minuten blanchieren, anschließend kurz mit kaltem Wasser abschrecken. Den Strunk der Blätter entfernen und die Blätter auf einem Tuch abtropfen lassen.
2. Den Kern des Wirsings in kleine Stücke schneiden. Ebenso Karotten, Sellerie, Pastinake, Lauch und Zwiebeln fein zerkleinern.
3. Das Hackfleisch mit Ei, Paniermehl, Salz und Pfeffer gut vermengen und daraus vier Kugeln formen. Die Kohlblätter anschließend um das Fleisch wickeln, bis es vollständig umhüllt ist. Anstatt die Rouladen aufwendig zu binden, kann man sie in ein Küchentuch wickeln und eindrehen – sobald das Kohlwasser abgetropft ist, hält alles fest zusammen.
4. Den Speck in einer Bratreine oder Auflaufform mit Butterschmalz auf dem Herd anschwitzen. Das vorbereitete Gemüse hinzufügen und unter ständigem Rühren anbraten.
5. Tomatenmark und etwas Muskat einrühren, dann etwas Gemüsebrühe zugeben. Das Mehl einstreuen und gut verrühren. Sobald alles eingekocht und leicht angeröstet ist, mit der restlichen Gemüsebrühe auffüllen. Die Kohlrouladen daraufsetzen und im Backofen ca. 1 Stunde backen. Servieren und genießen – Guten Appetit!



Teile dieses Rezept gratis mit Freunden und Bekannten per WhatsApp!

REZEPT TEILEN



„Kochen, Rezepte und Inspiration“

Werde Teil unserer Facebook Gruppe!

GRUPPE BEITRETEN



Die besten
Rezepte von:

GERD KOCHT
mas REZEPTE