

Kohlrouladen

Die Rouladen entweder aus Weißkohl oder Wirsing zubereiten. Dazu löst man 8 große äußere Blätter vorsichtig ab und blanchiert sie in Salzwasser. Wenn man den ganzen Kohl mehrere Minuten in kochendes Wasser gibt, lösen sich die Blätter besser ab. Nach dem Blanchieren schneidet man den dicken Strunk keilförmig raus oder man schneidet ihn flach. Nun bereitet man den Hackfleischteig zu.

Dazu folgende Zutaten zu einem Teig verkneten:

500 g Hack halb und halb, ein in Wasser eingeweichtes und gut ausgedrücktes Brötchen, 1 Ei, 1-2 EL Senf, Paprikapulver, 1 fein gewürfelte Zwiebel, Salz, Pfeffer, getrockneten Majoran. Kleine Häufchen vom Hackteig auf die ausgelegten Kohl- bzw. Wirsingblätter geben, zusammenrollen und festbinden. Lass es dir zeigen, wie das geht. Die Kohlrouladen in einer Pfanne mit Fett anbraten, so dass sie Farbe bekommen. Dabei auch einige Speckwürfel mit auslassen. Wenn die Rouladen braun sind, etwa 500 ml Brühe zugeben, und das Ganze ca. 30 min schmoren lassen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warmstellen. 200 ml Sahne zur Soße geben, etwas einkochen lassen und evtl. leicht anbinden. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Entweder die Soße über die Rouladen geben oder das Fleisch noch mal kurz in der Soße erwärmen.