

WIRSINGKOHL ROULADEN MIT KARTOFFELN

WIRSINGKOHL ROULADEN MIT KARTOFFELN

Bessere Hälfte hat sich Kohlrouladen gewünscht. Da kann ich doch nicht nein sagen und so gab es diese Variante mit Wirsingkohl. Dazu Kartoffeln und eine leckere Sauce mit Hackfleisch. Vom Wirsing ist noch einiges übrig geblieben und so wird es in den nächsten Tagen noch das eine oder andere Rezept mit dem leckeren Kohl geben.



Zutaten für 2-3 Personen:

6 große Wirsingblätter

500g gemischtes Hackfleisch

3 Scheiben Toastbrot / Weißbrot

1 Zwiebel

Pfeffer & Salz

1 TL Paprikapulver

750 ml Gemüsebrühe

1 TL Saucenbinder

150g Kartoffeln

Holzspieße, Küchengarn oder Rouladenbänder

Zubereitung:

Ich löse 6 große, dunkelgrüne Blätter vom Wirsingkohl und blanchiere sie für 3 Minuten in kochendem Salzwasser. In dieser Zeit würfle ich die Zwiebel und weiche das Weißbrot in etwas Wasser ein. Dann gieße ich die Kohlblätter ab und schrecke sie mit kaltem Wasser ab. Das Brot wird ausgedrückt, dann verknete ich Brot, Hackfleisch, Zwiebeln, Pfeffer, Salz und Paprikapulver zu einer gleichmäßigen Masse.

Die Fleischmasse teile ich in 4 Portionen. Aus drei dieser Portionen forme ich die Füllung für die Rouladen, die vierte Portion wird vorerst beiseite gestellt. Dann lege ich je zwei Wirsingkohlblätter leicht überlappend aus und setze darauf die Füllung.



Erst die dicken Enden umklappen, dann die Seiten zur Mitte hin einschlagen. Ich habe das Ganze mit Holzspießen befestigt, man kann aber auch Küchengarn oder Rouladenbänder nehmen.

So lege ich die Kohlrouladen in einen großen, flachen Topf mit Deckel.



Das restliche Hackfleisch brate ich mit etwas Öl in einer Pfanne an. Dann wird es um die Rouladen herum verteilt.



Als letztes kommen noch 500ml Gemüsebrühe dazu, dann wandert der geschlossene Topf für 45 Minuten bei 180°C in den vorgeheizten Backofen.

Wenn die Hälfte der Zeit um ist schäle ich die Kartoffeln, schneide sie klein und koche sie für ca. 12 Minuten in Salzwasser bis sie gar sind.



Jetzt hebe ich die Rouladen aus dem Topf und gebe nochmal etwas Brühe und ein Löffelchen Saucenbinder in den Topf. Kurz aufkochen. Fertig.

Dann kommen die Kartoffeln zusammen mit einer der Wirsingkohl Rouladen und etwas Hackfleischsauce auf den Teller.

Lasst es euch schmecken!

