

Rotkohlrouladen mit weißer Zwiebelsoße

Zutaten für die Rouladen (für 4 Personen):

- 1 Rotkohl
- 500 g gemsichtetes Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Ei
- 1 altes Brötchen
- 1 TL Senf
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 3 Zweige Majoran
- alternativ: 1 EL getrockneter Majoran
- 200 ml Rinderfond
- alternativ: Kalbs- oder Hühnerfond
- Pflanzenöl

Die Kohlblätter wie folgt vorbereiten: Einen Keil in den Kohlstrunk schneiden und die großen Blätter vom Kopf lösen. Pro Roulade werden 1-2 Blätter gebraucht. Die Kohlblätter in Kochwasser legen und 2-3 Minuten blanchieren. Wer mag, kann auch den ganzen Kohl ins Kochwasser legen und 5-10 Minuten blanchieren. Danach den Kohl aus dem Wasser nehmen und die Blätter abziehen. Trocken tupfen und die dicke Blattrippen am Ende etwas flach schneiden, damit sie sich besser aufrollen lassen.

Für die Füllung Zwiebel und Knoblauch pellen und fein würfeln. Das Brötchen etwas zerkleinern und in Wasser einweichen. Majoran säubern und hacken. Die vorbereiteten Zutaten mit dem Hackfleisch in eine Schüssel geben. Ei, Senf, Paprikapulver, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles gut vermengen. Die Masse in gleichgroße Portionen teilen (pro Person 2 Portionen).

Um die Rouladen zu formen, die Kohlblätter auf die Arbeitsfläche legen. Normalerweise reicht ein großes Blatt pro Roulade. Bei kleineren Blättern sollte man zwei Exemplare überlappend auslegen. Je 1 Portion Hackmasse in die Mitte der Blätter legen. Die Seiten über die Füllung schlagen, dann die Kohlblätter straff zu einer Roulade rollen. Nach Bedarf mit Rouladennadeln oder Küchengarn fixieren.

Öl in einer großen Pfanne oder einem Schmortopf erhitzen. Die Kohlrouladen zuerst auf der Naht in den Topf legen und gut anbraten. Dadurch bleiben die Rouladen stabil. Vorsichtig wenden und auch auf den anderen Seiten gut anbraten. Rinderfond angießen. Die Rouladen etwa 1-2 cm in der Flüssigkeit stehen. Topf oder Pfanne verschließen und die Kohlrouladen bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten schmoren. Gelegentlich prüfen, ob genügend Flüssigkeit im Topf ist. Bei Bedarf etwas Brühe oder Wasser nachgießen.

Zutaten für die Soße:

- 3 mittelgroße Zwiebeln
- 30 g Butter
- 30 g Mehl
- 500 ml Milch
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer

Zwiebeln schälen und würfeln oder in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf die Butter bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Die Zwiebeln hinzufügen und bei mittlerer bis kleiner Hitze etwa 10-15 Minuten weich und glasig schmoren. Die Zwiebeln sollten keinesfalls anbraten und dunkel werden.

Das Mehl in den Topf geben und gut mit den Zwiebeln verrühren. 2-3 Minuten anschwitzen, damit der Mehlgeschmack verschwindet. Nach und nach die Milch unter ständigem Rühren hinzufügen, damit keine Klümpchen entstehen. Das Lorbeerblatt in die Soße geben. Bei mittlerer Hitze und unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis sie eindickt. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lorbeerblatt entfernen und die Soße mit einem Stabmixer pürieren, bis sie glatt und cremig ist.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 15.11.2024

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen