

Kohl-Rouladen mit Hirse & Wirsing-Rouladen mit Rinderhack und Rosmarin-Kartoffeln

 happy-mahlzeit.com/2019/12/06/kohl-rouladen-mit-hirse-wirsing-rouladen-mit-rinderhack-und-rosmarin-

Zutaten für 4 Personen

Für die vegetarischen Kohl-Rouladen:

- 1 Weißkohl
- 150 g Hirse
- 2 Möhren
- 1 Zwiebel
- 450 ml Gemüsebrühe
- glatte Petersilie
- etwas Öl
- einige Walnusskerne
- Rosinen
- 100 g Frischkäse
- 50 g Crème fraîche
- etwas Tomatenmark
- etwas Curry
- weißer Pfeffer

Zubereitung:

Die Hirse in Brühe aufkochen und garen lassen. Möhren putzen und raspeln, Zwiebeln fein schneiden. Zwiebeln und Möhren in einer Pfanne anschmoren. Das Gemüse mit der Hirse vermischen, den Frischkäse unterheben, Rosinen, klein geschnittene Petersilie und zerkleinerte Walnusskerne dazugeben.

Für die Wirsing-Rouladen:

- 1 kg Rinderhack
- 1 Wirsingkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 75 g Butter
- 4 EL Petersilie
- 3 TL Senf
- 2 Eier
- 60 g Sahne
- 1 Brötchen
- 1/2 TL Zitronenabrieb
- etwas Speck

- 125 ml Brühe
- etwas Salz

Zubereitung:

Hack mit Eiern und dem eingeweichten Brötchen vermengen. Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden und dazugeben. Sahne, Senf, zerkleinerte Petersilie und geriebene Zitronenschale dazugeben.

Für beide Kohl-Rouladen die Kohlblätter blanchieren, vorher den festen Mittelteil entfernen. Die Hack-bzw. Hirsefüllung in die Mitte geben, die Blätter rollen und binden. Die Rouladen in einer Pfanne mit hohem Rand kurz anbraten, dann mit Gemüsebrühe angießen und zu 2/3 bedeckt etwa 45 Minuten köcheln lassen. Bei den Hack-Rouladen den Speck in der Pfanne mitbraten.

Für die Rosmarin-Kartoffeln:

1 kg kleine Kartoffeln

einige Zweige Rosmarin

etwas Olivenöl

etwas Meersalz

Zubereitung:

Kartoffeln je nach Größe halbieren oder vierteln. Olivenöl auf einem Backblech großzügig verteilen. Die Kartoffelstücke darauflegen. Die Rosmarinzweige grob zerteilen und auf die Kartoffeln legen. Meersalz darauf verteilen und das Ganze etwa 45 Minuten im Backofen bei ca. 170°C garen.

Rezept aus dem Kloster Lüne

Quelle: NDR - Klosterküche vom 15.4.2016