

# Spanische Rouladen

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/12/29/spanische-rouladen/](https://happy-mahlzeit.com/2019/12/29/spanische-rouladen/)

## Zutaten für 6 Personen:

- 6 Rinder-Rouladen à 225g
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Paprikaschote, ca. 200g
- 50g grüne Oliven ohne Stein
- 30g Mandeln, klein gehackt
- 1 Dose Pizza-Tomaten, 425g
- 200ml trockener Sherry
- 2 EL Öl
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Den Knoblauch fein hacken. Die Paprika vierteln, die Kerne entfernen und die Paprika fein würfeln. Oliven und Mandeln jeweils hacken und mit den Paprikawürfeln und der Hälfte der Zwiebel- und Knoblauchwürfel mischen.

Die Rouladenscheiben pfeffern und die Gemüsemischung darauf verteilen, dann an den Seiten etwas einklappen, aufrollen und mit Zahnstochern feststecken. In Mehl wenden und im erhitzten Öl in einer Pfanne rundherum anbraten und herausnehmen.

Restliche Zwiebeln und Knoblauch in die Pfanne geben und 1 Minute anschwitzen. Die Rouladen wieder in die Pfanne geben. Tomaten und Sherry zufügen, aufkochen lassen und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 80 Minuten schmoren. Die Rouladen ab und zu wenden. Die fertigen Rouladen herausnehmen, die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Rezept: Tim Mälzer

Quelle: Schmeckt nicht, gibt's nicht