

Rinderrouladen mit Nudeln

Rezept von Björn Freitag

Spitzenkoch Björn Freitag präsentiert seine Version des traditionellen Sonntagsessens. Speck, Zwiebeln und saure Gürkchen werden von saftigem Rouladenfleisch umhüllt und mit einer deftigen Soße serviert.



Zutaten für 3 Personen:

- 3 Scheiben Rouladenfleisch (Rind)
- Pfeffer, Salz
- Rapsöl zum Anbraten
- 3 Gemüsezwiebeln
- 1 Zweig Majoran
- 3 EL mittelscharfer Senf
- 6 dünne Scheiben Speck
- 6 mittelgroße Gewürzgurken
- 1 EL Butterschmalz
- 2 Möhren
- 1/6 Knolle Sellerie
- 1/2 Lauch
- 1 EL Tomatenpolpa (stückige oder gehackte Tomaten)
- 250 ml Rotwein
- 1/4 l Wasser
- 1 Lorbeerblatt

- 200 g Nudeln (Fusilli oder Farfalle)
- 1 TL Butter
- 1 EL Speisestärke

Zubereitung:

- Das Rouladenfleisch ausbreiten (Keine Angst vor dunkeln Stellen im Fleisch! Gereifteres Fleisch ist für Rouladen meistens besser geeignet als junges, da dieses häufig zu zäh ist.).
- Das Fleisch zwischen zwei Gefrierbeutel legen und die Rouladen mit einem Fleischklopfer plattieren (Die Gefrierbeutel verhindern das Zerreißen des Fleisches). Wer keinen Fleischklopfer besitzt, kann alternativ einen Topf verwenden.
- Fleisch kräftig pfeffern und ein wenig salzen.
- Eine der Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Majoran hacken und mit den Zwiebeln in Rapsöl anschwitzen. Eine Prise Salz hinzugeben.
- Jede Roulade mit jeweils 1 EL Senf bestreichen und mit 2 Scheiben Speck belegen. Angeschwitzte Zwiebeln gleichmäßig auf die Rouladen verteilen.
- Gewürzgurken vierteln und ebenfalls auf den Rouladen verteilen.
- Die Längsseiten des Fleisches einklappen, damit die Füllung nicht herausfällt und Rouladen von der kurzen Seite her fest einrollen. Mit Küchengarn verschnüren.
- Rouladen kräftig salzen, aber nicht pfeffern, denn Pfeffer verbrennt schnell beim Anbraten.
- Rouladen in einem Topf mit Butterschmalz kräftig von allen Seiten braun anbraten. (Alternativ geht auch Rapsöl)
- Die Möhren längs halbieren, dann in grobe Stücke schneiden. Den Strunk des Selleries entfernen, schälen und würfeln. Den Lauch waschen und in grobe Ringe schneiden. Zwiebeln grob würfeln.
- Rouladen nach dem Anbraten aus dem Topf nehmen und beiseitestellen. Den Topf mit dem Bratensaft anschließend für das Röstgemüse verwenden.
- Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Lauch im Bratfett der Rinderrouladen einige Minuten kräftig anbraten, Tomatenpulpa hinzugeben. Kräftig umrühren, um den Bratensaft mit dem Röstgemüse zu mischen. Gut salzen und pfeffern und ein Lorbeerblatt dazugeben.
- Mit Rotwein ablöschen 5-10 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit etwas eingekocht ist.
- Anschließend die Rouladen auf das Gemüse in den Bräter legen. Wasser hinzufügen. (Alternativ geht auch Brühe)

- Im geschlossenen Bräter bzw. Topf müssen die Rouladen bei 180°C Umluft 1,5 Stunden garen, im Schnellkochtopf nur 30 Minuten. In den letzten 10 Minuten Garzeit, die Temperatur auf 90°C senken. Nach der Garzeit die Rouladen aus dem Topf nehmen und die Fäden entfernen.
- Währenddessen die Nudeln in gesalzenem Wasser al dente kochen. Anschließend das Nudelwasser abgießen, einen Klecks Butter zu den Nudeln geben und unterrühren.
- Für die Soße das Röstgemüse durch ein sehr feines Sieb drücken. Soße großzügig pfeffern.
- Stärke in etwas kaltem Wasser anrühren. Löffelweise in die Soße rühren und köcheln lassen, bis sie eindickt.
- Die Rouladen in die Soße legen und kurz ziehen lassen, anschließend mit Nudeln als Beilage servieren.