

Italienische Rinderrouladen in Tomatensauce

VORBEREITEN

40
Min.

ZUBEREITEN

180
Min.

NIVEAU



Besonderes Zubehör

Bräter
Rouladennadeln

Bei italienischer Küche fallen dir als erstes Pizza und Pasta ein? Zeit den kulinarischen Horizont zu erweitern und diese unglaublich leckere italienische Version der Rinderroulade auszuprobieren.

- 1 -

Für die Rouladenfüllung Semmelbrösel und Milch vermengen und ca. 10 Minuten einweichen lassen. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie fein hacken. Rosmarinblätter vom Zweig zupfen. Kräuter mit eingeweichten Semmelbröseln, Parmesan, Pinienkernen, Rosinen und Knoblauch vermischen.

- 2 -

Provolone halbieren. Rinderrouladen zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie legen und plattieren, bis sie ca. 1 cm dick sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und jeweils mit einer Scheibe Parmaschinken und einer halben Scheibe Provolone belegen. Je 2 EL Füllung mittig auf den Rouladen verteilen, dabei einen Rand von 1-2 cm lassen.

- 3 -

Langen Seiten der Rouladen einschlagen. Rouladen an der kurzen Seite greifen, aufrollen und mit Rouladennadeln fest stecken.

- 4 -

Für die Sauce Zwiebel schälen und würfeln. Knoblauch schälen und mit Basilikum und Petersilie fein hacken.

- 5 -

Zutaten für 4 Portionen

Für die Füllung

50 g Semmelbrösel
2 Esslöffel Milch
2 Esslöffel geriebener Parmesan
2 Esslöffel Pinienkerne
2 Esslöffel Rosinen
2 Knoblauchzehen
1/3 Bund Petersilie
1 Zweig(e) Rosmarin
Salz, Pfeffer

Für die Rouladen

4 Rinderrouladen (à 150 g)
3 Esslöffel Olivenöl
4 Scheiben Prosciutto
2 Scheiben Provolone
Salz, Pfeffer

Für die Tomatensauce

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
125 ml Rotwein
800 g geschälte Tomaten (aus der Dose)
1/3 Bund Petersilie
1/3 Bund Basilikum
Salz, Pfeffer

Italienische Rinderrouladen in Tomatensauce

2 EL Olivenöl in einem Bräter erhitzen. Rouladen mit der Schnittseite ins heiße Fett geben und von allen Seiten scharf anbraten, aus dem Bräter nehmen. Restliches Öl im Bräter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch 3-4 Minuten anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen und 3-4 Minuten einkochen lassen.

- 6 -

Geschälte Tomaten hinzufügen. Kurz aufkochen, Hitze reduzieren und Sauce 2 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rouladen in die Tomatensauce geben und so viel Wasser angießen, bis die Rouladen mit Flüssigkeit bedeckt sind. Deckel aufsetzen und auf niedriger Stufe 2 ½ - 3 Stunden köcheln lassen.

- 7 -

Rouladen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Teller verteilen und mit Petersilie und Basilikum garnieren.