

Warmer Sattmacher: Wirsingroulade in Meerrettichsauce

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Rouladen

8 große Wirsingblätter
Salz, Pfeffer
1 rote Chili
1 Zwiebel
400 g Rindertatar
1 Ei
2 Esslöffel Semmelbrösel
500 ml Gemüsebrühe
150 g Crème légère
3 Esslöffel heller Saucenbinder
2 Esslöffel Tafel-Meerrettich

Besonderes Zubehör

8 Zahnstocher

Der beliebte Kohl füllt gerne unsere Mägen und das besonders gern in aufgerollter Form als deftige Wirsingroulade. Gefüllt mit würzigem Tatar und serviert mit einer milden Sauce ist dieser Klassiker genau das Richtige, wenn die Temperaturen sinken.

- 1 -

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Darin die Wirsingblätter 3 Minuten blanchieren. Anschließend in einer Schüssel mit kaltem Wasser abkühlen, danach mit Küchenpapier trocken tupfen.

- 2 -

Zwiebel schälen und fein würfeln. Chili entkernen und in dünne Streifen schneiden. In einer großen Schüssel das Tatar zusammen mit Zwiebel, der Hälfte der Chili-Streifen, Ei und Semmelbrösel vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 3 -

Jeweils 2 Wirsingblätter auf die Arbeitsfläche legen, sodass sie sich überlappen. Anschließend 1/4 der Tatarmasse darauf verteilen, die Seiten der Kohlblätter einschlagen und die Roulade stramm aufrollen. Mit 2 Zahnstochern befestigen.

- 4 -

Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen. Danach die Rouladen hineinlegen und zugedeckt bei niedriger Hitze 20 Minuten garen.

- 5 -

Rouladen aus der Gemüsebrühe nehmen. Crème légère zur Brühe geben und kurz aufkochen lassen. Anschließend Saucenbinder einrühren und Sauce mit Salz, Pfeffer, Meerrettich und restlichen Chili-Streifen abschmecken.

- 6 -

Wirsingrouladen mit der Sauce beträufeln und servieren.