

Kochen mit Klaus

Was den Franken schmeckt:

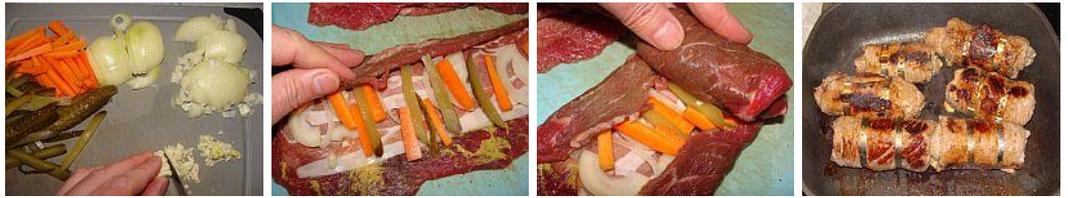
Rinder-Rouladen mit Speck-Rosenkohl

Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 6 Rinder-Rouladen, Salz, Pfeffer, Senf, 3 Essiggurken, 3 Zwiebeln, Öl
- 2 Knobizehen, 200 g roher Schinken, 150 g Tomatenmark, Bratensaft
- 1 Möhre, 300 ml Fleischbrühe, 250 ml Rotwein, 1 Pck. Fix f. Rouladen
- Saucenbinder, Petersilie, 1 kg TK-Rosenkohl, 50 g Schinkenwürfel

Zubereitung:

1. Gurken u. Möhre in Stifte, 1 Zwiebel in Streifen schneiden. Rest u. Knobi fein würfeln. Fleisch innen salzen, pfeffern, mit Senf bestreichen u. mit Schinken belegen. Zwiebelstreifen, Möhren u. Gurken darauf verteilen. Seiten einschlagen, aufrollen u. fixieren.



2. Fleisch in heißem Öl rundum scharf anbraten u. herausnehmen. Rest Zwiebeln, Knobi u. Tomatenmark im Bratfett anbraten. Mit Rotwein ablöschen u. etwas einkochen lassen. Brühe mit Fleischsaft zugeben, Fix u. 1 EL Bratensaft einrühren, aufkochen, Rouladen zugeben u. abgedeckt bei kleiner Hitze ca. 90 Min. schmoren lassen. Rouladen dabei öfters drehen, dann entnehmen u. warmhalten. Sauce evtl. mit Binder dicken. Mit Petersilie, Salz u. Pfeffer würzen.



3. Inzwischen TK-Rosenkohl 8 Min. im Dampfgarer zubereiten, dann in Öl anbraten. Schinkenwürfel zugeben u. mitbraten. Mit Pfeffer u. Muskat würzen, mit Rouladen auf der Sauce zur Beilage servieren.



Tipp des Chaoten: Dazu Klöße oder Bandnudeln reichen!



Erstellt von Klaus am 06.11.2021