

Kochen mit Klaus

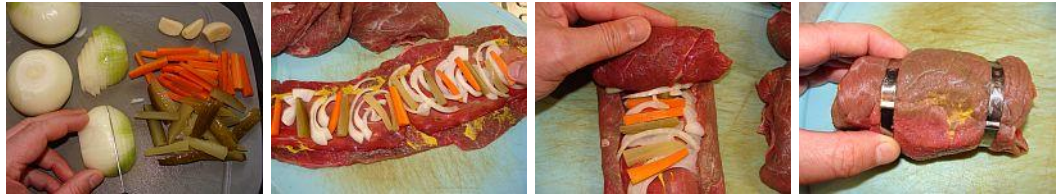
Rinder-Rouladen mit Speckbohnen

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 4 Rinder-Rouladen, Salz, Pfeffer, Senf, 2 Essiggurken, 3 Zwiebeln, Öl
- 3 Knobizehen, 100 g roher Schinken, 4 EL Tomatenmark, Bratensaft,
- 1 Möhre, je ¼ l Fleischbrühe & Rotwein, 300 ml Cremefine, Boh.kraut
- 1 Pck. Fix f. Rouladen, 750 g TK-Bohnen, Schinkenwürfel, Petersilie

Zubereitung:

1. Gurken u. Möhre in Stifte, 2 Zwiebel in Streifen schneiden, Rest u. Knobi fein würfeln. Fleisch waschen, trocknen, innen salzen, pfeffern, mit Senf bestreichen, mit Schinken belegen. Zwiebelringe, Möhren, Gurken darauf verteilen. Seiten einschlagen, aufrollen, fixieren.



2. Fleisch in heißem Öl rundum scharf anbraten u. herausnehmen. (je ⅔ Zwiebeln u. Knobi im Bratfett anbraten, Tomatenmark mitbraten. Mit Rotwein ablöschen u. etwas einkochen lassen. Brühe mit Cremefine zugießen, Fix u. 3 EL Bratensaft einrühren, aufkochen, Rouladen zugeben u. abgedeckt bei kleiner Hitze ca. 90 Min. schmoren lassen. Rouladen entnehmen, Sauce mit Binder dicken. Petersilie unterrühren, salzen u. pfeffern. Rouladen zugeben u. erwärmen.



3. Inzwischen TK-Bohnen in Öl anbraten. 60 g Schinken, Zwiebeln, Knobi zugeben u. mitbraten. Mit Salz, Pfeffer u. Bohnenkraut würzen u. mit Rouladen auf der Sauce zur Beilage servieren.



Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln reichen!



Erstellt von Klaus am 16.08.2020