

Kochen mit Klaus

Rinderrouladen mit Spinat-Fetafüllung

Zutaten: (Für 4-6 Personen)

- 6 Rinderrouladen (à 170 g), 2 rote Zwiebeln, 3 Knobizehen, Pfeffer,
- Salz, Senf, 125 g Feta, 400 g TK-Spinat, 4 EL Tomatenmark,
- je 250 ml Rinder- & Gemüsebrühe, 40 g Pinienkerne, 300 ml Rotwein,
- 200 g roher Schinken, 2 P. Fix f. Rouladen, Bratensaft, Saucenbinder

Zubereitung:

1. Spinat auftauen lassen u. gut ausdrücken. Gemüse putzen. Zwiebel, Knobi fein, Feta klein würfeln. Pinienkerne hacken, mit Spinat, $\frac{1}{2}$ Zwiebeln, $\frac{1}{2}$ Knobi u. Feta vermengen. Fleisch salzen u. pfeffern.



2. Rouladen mit Senf bestreichen, Schinken auflegen, mit dem Spinatgemisch belegen, aufrollen u. mit Ringen fixieren. In heißem Öl rundum scharf anbraten u. herausnehmen. Restl. Zwiebeln u. Knobi im Bratfett andünsten. Tomatenmark mitbraten. Mit Rotwein u. Brühe ablöschen. 2 EL Senf, 2 EL Bratensaft u. Fix einrühren, aufkochen, Rouladen zufügen, abgedeckt 100 Min. schmoren lassen. Rouladen alle 25 Min. drehen.



3. Rouladen herausnehmen. Sauce dicken, mit Salz u. Pfeffer würzen.



Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln servieren!

