

Kohlrouladen auf Gemüse-Ragout

Zutaten für die Tomatensoße (für 4 Personen):

- 1 Dose (480 g) geschälte Tomaten
- 2-3 Schalotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 300 ml Tomatensaft
- 80 g getrocknete Aprikosen
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Die Tomaten abtropfen lassen und in grobe Stücke schneiden. Den schälen und Knoblauch fein hacken. Die Schalotten schälen, in Würfel schneiden und zusammen mit dem Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Die Tomaten dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit dem Tomatensaft ablöschen. Die Aprikosen grob schneiden, hinzufügen und die Soße bei geöffnetem Deckel einkochen lassen, bis sie eine dickflüssige Konsistenz hat. Das Ganze mit einem Pürierstab oder im Mixer pürieren. Die Soße mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für das Gemüse-Ragout: :

- 1 Weißkohl
- 3 Karotten
- 3 Pastinaken
- 3 rote Zwiebeln
- 1 Bund glatte Petersilie
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Den Kohl vom Strunk befreien und die einzelnen Blätter abziehen. Für die Rouladen - je nach Größe - 4 bis 8 Blätter aufheben. Die restlichen Blätter und das Gemüse in kleine Würfel schneiden und in Olivenöl anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten für die Kohlrouladen:

- 4-8 Blätter Weißkohl
- 600 g Rinderhackfleisch
- 3 Scheiben Dinkeltoastbrot
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 EL Senf
- 2 Eier
- 1 EL Paprikapulver
- 1 EL fein gehackter Rosmarin
- Salz
- Pfeffer

Die Kohlblätter kurz in heißem Wasser blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Toastbrot in Wasser einweichen, auspressen und anschließend mit den restlichen Zutaten in einer großen Schüssel vermengen. Die Hackfleischmasse mit reichlich Salz und Pfeffer würzen. In 4 gleich große Portionen teilen. Auf die

Kohlblätter verteilen, einwickeln und mit Garn oder Spießen fixieren. Zuerst die Tomatensoße, dann das Gemüse und zum Schluss die Rouladen in eine Auflaufform geben. Bei 160 Grad (Ober-/Unterhitze) 45 Minuten im Ofen garen.

Die Petersilie waschen, trocken schleudern, fein schneiden und vor dem Servieren über die Rouladen streuen.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Letzter Sendetermin: 26.02.2018

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen