

Kohlrouladen

Zutaten (für 4 Personen):

- 1 Weißkohl
- 80 g Dörräpfel
- 1 Bund Petersilie
- 1 EL Fenchelsaat
- 1 EL Kümmel
- 3 Zwiebeln
- 7 EL Öl
- 400 g gemischtes Hack
- 200 g Mett
- 2 Eier
- 4 EL Semmelbrösel
- 200 ml Schlagsahne
- Salz und Pfeffer
- 200 ml Cidre
- 1-2 EL Calvados
- 300 ml Geflügelbrühe
- 4 Lorbeerblätter

Reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen. Vom Weißkohl den dicken Strunk keilförmig herausschneiden und die Stelle kräftig mit einer Fleischgabel einstechen. Den Kohl in das kochende Wasser tauchen, nach und nach 12 Blätter ablösen und diese 5-8 Minuten im Wasser garen. In kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die dicken Blattrippen keilförmig herausschneiden.

Die Dörräpfel am besten im Blitzhacker grob hacken. Petersilien-Blätter abzupfen, zu den Äpfeln geben und mithacken.

Fenchel- und Kümmelsaat in einer Pfanne ohne Fett hellgelb rösten und anschließend im Mörser fein zerstoßen. 1 Zwiebel fein würfeln und in 3 EL Öl glasig dünsten.

Hack, Mett, Eier, Semmelbrösel, Fenchel, Kümmel, Apfelmischung, Zwiebelwürfel und 100 ml Schlagsahne in eine Schüssel geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Händen zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten. Tipp: Probekloß im Kohlwasser garen, falls man sich bei der Salzmenge unsicher ist und die Masse nicht roh probieren möchte.

Jeweils 2 Kohlblätter auf einem Tuch gegensätzlich aufeinanderlegen. Mit circa 1/6 der Fleischmasse füllen, die überstehenden Blattkanten darüberlegen und mithilfe des Tuchs fest verschließen. Die gefüllten Kohlblätter vorsichtig aus dem Tuch nehmen und mit der Naht nach unten beiseitelegen. Die restlichen Kohlblätter ebenso füllen.

2 Zwiebeln in Streifen schneiden und in einem heißen Bräter in 4 EL Öl hellbraun braten. Kohlrouladen mit der Naht nach unten in den Bräter geben. Salzen, pfeffern und mit Cidre ablöschen. Calvados, Geflügelbrühe und Lorbeerblätter dazugeben. Aufkochen und anschließend offen im heißen Ofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 45 Minuten garen (Umluft nicht empfehlenswert).

Die Kohlrouladen auf eine Platte geben und im ausgeschalteten Ofen warm halten. Lorbeerblätter aus der Soße nehmen. 100 ml Schlagsahne zur Soße geben und diese mit einem Schneidstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Kohlrouladen servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 09.06.2018

Koch/Köchin: Tim Mälzer

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