

Spitzkohl-Rouladen mit Hackfleisch-Kartoffel-Füllung

Zutaten (für etwa 8 Rouladen):

- 1 Spitzkohl
- 4 gekochte Kartoffeln
- 500 g Rinderhack
- 1 (für die Füllung) rote Zwiebel
- 2 Zehen (für die Füllung) Knoblauch
- 1 Stück Ingwer
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 EL Senf
- 1 Ei
- 4 rohe Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Chilischote
- 500 ml Rinderbrühe
- 1 Prise Muskat
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Sojasoße
- 2 EL Apfelbalsamessig
- 1 EL Ahornsirup
- zum Braten: Pflanzenöl

Vom Spitzkohl den Strunk keilförmig herausschneiden. Die äußeren Blätter lösen, bis der hellgelbe, kleine Kern übrig bleibt. Kochwasser erhitzen und die Blätter etwa 1 Minute blanchieren. Danach kurz in kaltes Wasser geben, trocken tupfen oder zum Trocknen auf Küchentücher legen. Den inneren Kern in Stücke schneiden und beiseitelegen.

Die gekochten Kartoffeln grob zerstampfen. Knoblauch, Zwiebel und Ingwer schälen und klein schneiden. Petersilie und Schnittlauch säubern und hacken beziehungsweise in feine Röllchen schneiden. Etwas Petersilie für die Garnitur beiseitelegen.

Für die Füllung das Hack und die gestampften gekochten Kartoffeln in eine Schüssel geben. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch, Zwiebeln und Ingwer darin glasig anschwitzen. Danach abkühlen lassen und zur Hackmasse geben. Senf, Salz, Pfeffer, Kräuter und Ei dazugeben. Die Masse gut vermengen und nochmals abschmecken. Wer mag, kann auch Paprikapulver oder eine pikante Gewürzmischung wie Harissa hinzufügen.

Die groben Stielansätze aus den Kohlblättern schneiden. Für die Rouladen jeweils 2 bis 3 Blätter überlappend auslegen und leicht salzen. Von der Füllung 1 Portion mittig auf die Blätter geben. Blätter seitlich einschlagen und straff aufrollen, nach Bedarf mit Garn oder Holzspießen fixieren.

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Für den Schmoransatz die rohen Kartoffeln schälen und in dicke Scheiben schneiden. Die restlichen Kohlblätter und die ausgelösten Stiele in Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein hacken. Die Chilischote entkernen und in Streifen schneiden.

Pflanzenöl in einer großen Schmorpfanne oder einem Schmortopf erhitzen. Kartoffelscheiben darin anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Chili dazugeben und anschwitzen. Die Brühe angießen, Sojasoße, Essig und Ahornsirup hinzufügen und salzen und pfeffern. Den restlichen Kohl dazugeben und so lange köcheln, bis der Kohl zusammengefallen ist.

Die Rouladen mit der Naht nach unten auf das Schmorgemüse setzen und 30-35 Minuten im Ofen garen. Nach 15 Minuten den Topf mit einem Deckel verschließen.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 06.10.2024

Koch/Köchin: Tarik Rose

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