Klassische Kohlrouladen

Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Weißkohl	1 St.
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Hackfleisch, gemischt	600 g
Eier	1 St.
Paniermehl	6 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Paprika, edelsüß	1 TL
Butter	2 EL
Weißwein, trocken	100 ml
Gemüsebrühe	300 ml
Speisestärke	1 TL
Wasser	2 EL
Crème fraîche	200 g

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf

1. In einem Topf Wasser aufkochen. Weißkohl am Strunk anschneiden und mit einer Gabel aufspießen. Im siedenden Wasser ca. 5 Min. garen, bis sich die äußeren Blätter ablösen. Weißkohlblätter in ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abspülen.

2. Zwiebel halbieren, schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. In einer Schüssel Hackfleisch, Zwieblen, Petersilie, Ei, Paniermehl, Salz, Pfeffer und Paprika gründlich verkneten.

3. Mittelrippen keilförmig jeweils aus den Kohlblättern herausschneiden. In jedes Kohlblatt 2 EL Hackfleischmasse legen, die kurzen Seiten rechts und links über das Hackfleischröllchen einschlagen, sodass die Masse nicht herausfallen kann. Anschließend das Hackfleischröllchen in das Kohlblatt einrollen. Enden jeweils mit einem Zahnstocher fixieren.

4. In dem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Rouladen beidseitig ca. 5 Min. anbraten. Mit Wein und Brühe ablöschen und zugedeckt ca. 15–20 Min. köcheln.

5. In einer Schüssel Stärke mit kaltem Wasser verrühren. Rouladen auf einem Teller beiseitestellen und Stärkewasser in die Sauce rühren. Sauce ca. 2 Min. aufkochen. Crème fraîche in die Sauce rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt Kartoffelpüree Grundrezept.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	662 kcal
Kohlenhydrate	31 g
Eiweiß	35 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	43 g