

# Kohlrouladen

Rezeptvorschlag für den Monat februar

## Zutaten für: 6 Portionen

4 große Weißkohlblätter  
80 g Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
350 g Hackfleisch, gemischt  
1 Brötchen vom Vortag  
1 TL Paprika, edelsüß  
Salz  
Pfeffer  
0,5 EL Petersilie  
0,5 EL Majoran  
1 Ei  
4 Scheiben Speck, durchwachsen, geräuchert  
1 EL Pflanzenöl  
250 ml Gemüfefond  
0,25 TL Speisestärke

## Unsere Empfehlung:

EDEKA Bio Natives Sonnenblumenöl  
GUT&GÜNSTIG Jodsalz



## Zubereitung:

1. Die Kohlblätter in sprudelnd kochendem Salzwasser 2–3 Minuten blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken. Die groben Rippen flach schneiden und die Blätter gut abtropfen lassen. Das Brötchen einweichen und die Kräuter fein schneiden.

2. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Das Hack-

fleisch mit den Zwiebeln, Knoblauch, dem gut ausgedrückten Brötchen, den Gewürzen, Kräutern und dem Ei in eine Schüssel geben und alles gut vermengen. Den Fleischteig in 4 gleichgroße Portionen teilen. Die Kohlblätter auf die Arbeitsfläche legen. Die Füllung darauf geben, die Blätter seitlich einschlagen, dann aufrollen, mit je einer Speckscheibe umwickeln und unten mit einem Zahnstocher feststecken.

3. In einer entsprechend großen feuerfesten Form die Butter erhitzen, die Rouladen einlegen und bei guter Hitze rundum anbraten. Mit dem Fond übergießen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft 160 Grad) ca. 20–25 Minuten garen. Dabei die Rouladen immer wieder wenden und mit dem Fond begießen.

4. Die Rouladen aus der Form heben, die Sauce leicht mit der angerührten Speisestärke binden und nochmals abschmecken.

5. Die Rouladen mit der Sauce anrichten und nach Belieben Salzkartoffeln dazu reichen.