

Rinderroulade mit Rosenkohl und Thüringer Klöße



Rindfleisch gab es nicht immer, aber Schweinefleisch meistens. Deshalb gab es die Schweinefleisch-Variante als "Bauernroulade" häufiger auf der Speisekarte. In beiden Fällen ist die Füllung ausschlaggebend für den Geschmack.

Zutatenliste und Zeit je Zubereitungsschritt (4 Personen)

4 Rinderrouladenscheiben Senf Salz, Pfeffer	Rinderrouladenscheiben waschen, mit Küchenrolle trocknen und mit einem Fleischhammer gut klopfen, mit Pfeffer und Salz würzen, dann mit Senf dünn bestreichen.
150 g fetter Speck 4 Gewürzgurken 1 Zwiebel	kleine Würfel schneiden oder hacken und gleichmäßig auf den Rinderrouladenscheiben verteilen.
Zwirn oder 4 Rouladen-Nadeln	die Rouladen straff zusammenrollen und fest binden.
2 EL Margarine 400 ml Bratenfond 3 EL Tomatenmark	Rouladen in einer Pfanne mit Margarine scharf anbraten und danach in einen Bräter geben, mit dem Bratenfond (ggfs. mit Wasser auffüllen) und dem Tomatenmark bei ca. 95 Grad im Backofen mit Umluft ca. 4 h gar schmoren.
2 EL Butter 2 EL Mehl Salz, Pfeffer	nach dem Garen die Rouladen entnehmen. Butter auslassen und mit Mehl in einem Topf zu einer Mehlschwitze verarbeiten und die Soße mit einer Mehlschwitze binden. Gegebenenfalls mit Wasser und etwas Sahne auffüllen und würzen. Die Rouladen in die Soße geben und warmhalten.
500 g Rosenkohl 1 TL Salz	putzen, waschen, in Salzwasser ca. 16 min mit einem Dämpfeinsatz halbweich dünsten, Wasser abgießen.
3 EL Butter	Rosenkohl in Butter schwenken und warmhalten.
1 kg Kartoffeln Essig	Kartoffeln schälen und fein reiben, einige Tropfen Essig zugeben, um die helle Farbe zu sichern. In einem Leinentuch

oder Fruchtpresse möglichst trocken auspressen. Presswasser auffangen, die Stärke darin absetzen lassen und zu der trockenen Kartoffelmasse geben.

0,5 kg Kartoffeln

Kartoffeln in Salzwasser garen, abgießen und pürieren. Heiß zur Kartoffelmasse geben, kräftig unterrühren, damit die Stärke verkleistert.

geröstete
Weißbrotwürfel

die Kloß Masse zu 8 Klößen formen und 1-2 Weißbrotwürfel hineindrücken. Salzwasser zum Kochen bringen und Klöße darin ca. 20 min garen, das Wasser darf nicht mehr kochen. Die Klöße sind gar, wenn sie an die Wasseroberfläche steigen. Klöße aus dem Topf nehmen, abtropfen lassen.

3 EL Butter
Semmelbrösel

Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und mit Semmelbrösel nicht zu dick mischen. Die Thüringer Klöße mit Butterbrösel servieren.

Tipp

wer die Rouladenfüllung etwas herzhaft-frischer mag, kann die Speckwürfel kurz anbraten, dann die Gewürzgurke und Zwiebel dazu geben, noch ca. 5 min mit dem Speck dünsten. Jetzt noch 3 EL gehackte Blattpetersilie unterheben und so die Rouladen füllen.

Tipp

um zu testen ob die Rouladen weich sind, mit einem Kochlöffel draufdrücken, sie sollten sich gut eindrücken lassen. Falls nicht, nochmal eine halbe Stunde weiterschmoren. Auch ein Bratenthermometer ist hilfreich. Die Kerntemperatur des Fleisches sollte bei 80 Grad liegen.
