

Rouladen mit Schinken-Lauch-Füllung

Zeit: 1.5 Std. Portionen: 4 Rezeptnr.: 0164

Zutaten:

2 Stangen Lauch (á 100g)
40 g magerer Schinken
1½ - 2½ EL Olivenöl
Salz, schwarzer Pfeffer
4 Stücke Rinderrouladenfleisch
(800g)
4 TL mittelscharfer Senf
2 mittelgroße Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Packung Tomaten in Stücken
(500g)
2 EL Tomatenmark
200 - 300 ml trocknen
Weißwein
1 - 2 spritzer Zitronensaft
2 Lorbeerblätter
3 Salbeiblätter
Cheyennepfeffer
Küchengarn



Zubereitung:

Für die Füllung vom Lauch den Wurzelansatz und eventuell ledrige Blätter abschneiden. Die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in schmale Streifchen schneiden. Den Schinken in kleine Würfel schneiden.

In einer Pfanne das Öl mittelstark erhitzen, Schinken und Lauch anbraten und zugedeckt bei schwacher Hitze 5 Min. dünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und erkalten lassen.

Das Fleisch kalt abspülen, trocken tupfen und auf einem großen Brett ausbreiten. Jede Scheibe halbieren. Das Fleisch von beiden Seiten mit Salz, Pfeffer (wer mag auch mit Paprikapulver) würzen. Die Stücke mit Senf bestreichen und die Lauchmischung darauf verteilen. Das Fleisch jeweils zusammenrollen und mit Küchengarn umwickeln.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. In einem Bratentopf 1-2 EL Öl gut erhitzen, die Rouladen darin rundherum braun anbraten, dann aus dem Topf nehmen.

Im Bratfett die Zwiebeln und den Knoblauch glasig dünsten. Die Tomaten mit Tomatenmark, Wein, Zitronensaft, Lorbeerblatt und Salbeiblätter unterrühren, die Sauce aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Rouladen in die Sauce legen und bei schwacher Hitze zugedeckt 45 Min. garen. Mit 1 Prise Cheyennepfeffer abschmecken. Die Fäden von den Rouladen entfernen und die Rouladen mit der Sauce servieren.

Dazu paßt:
Kartoffeln, Kartoffelpüree oder Nudeln

Rouladen mit Schinken-Lauch-Füllung
