

Wirsingrouladen mit würzigem Rinderhack

Zeit: 85 min. Portionen: 4 Rezeptnr.: 0154

Zutaten:

1 Wirsingkohl ca. 1 kg
Salz, schwarzer Pfeffer
geriebene Muskatnuss
80 g magerer Schinkenspeck
2 kleine oder eine große
Zwiebel(n)
50 g Pinienkerne
2 EL Olivenöl
300 g Rinderhack
4 Stängel glatte Petersilie
4 Salbeiblätter, frisch oder
getrocknet
2 Eier (Größe S)
8 EL Sahne
4 EL frisch geriebener
Parmesan



Zubereitung:

Die äußeren dunkelgrünen Wirsingblätter entfernen. 6 Blätter am Strunk abschneiden, vorsichtig ablösen. In einem großen Topf reichlich leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Kohlblätter darin 3. Min. sprudelnd kochen lassen, in einer Schüssel mit eiskaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen und auf einem sauberen Küchentuch ausbreiten. Etwas Wirsingkochwasser aufheben.

Den übrigen Wirsing kalt abspülen, vierteln und ohne Strunk klein hacken. Den Speck klein würfeln. Die Zwiebel(n) schälen und ebenfalls fein würfeln. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten und in eine Schüssel geben. Das Öl in der Pfanne erhitzen, den Speck darin anbraten. Die Zwiebeln unterrühren und glasig dünsten. Den kleingehackten Wirsing und 200 ml Wirsingkochwasser unterrühren. Alles zugedeckt 5 Min. bei schwacher Hitze dünsten. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskatnuß herzhaft abschmecken. Das Gemüse abkühlen lassen. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken.

Mit den Pinienkernen und den Eiern zum Hackfleisch geben. Knapp die Hälfte vom Wirsing aus der Pfanne zum Fleisch geben. Alles vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Backofen auf 200° Umluft vorheizen. Auf einem Brett die Kohlblätter einzeln ausbreiten.

Die Mittelrippen keilförmig ausschneiden. Die Schlitzlöcher etwas übereinanderlegen. Darauf je 1-2 EL Füllung geben. Beide Seiten darüberfalten. Jedes Blatt bis zum Ende aufrollen. Mit der Öffnung nach unten in die Mitte einer großen flachen, ofenfesten Pfanne oder Form legen.

Das übrige Gemüse um die Rouladen verteilen, mit Sahne beträufeln. Pfanne oder Form mit Alufolie bedecken, rundum festdrücken. Im Backofen (Mitte) 25 Min. garen. Die Folie abnehmen. Die Rouladen mit Parmesan bestreuen und weitere 6-8 Min. überbacken.
Dazu Reis oder Kartoffeln

Wirsingrouladen mit würzigem Rinderhack

(©) Fotos – www.ingokocht.de.vu | [Impressum](#) |