

Jacqueline Amirfallah
Rinderroulade mit Kartoffelpüree
und gebratenen Pilzen

Mittwoch, 10. November 2021

Rezept für 4 Personen

Dauer: 3 Stunden
Schwierigkeitsgrad: leicht
Feine Küche, Heimatküche

Zutaten:

Für die Rouladen:

2	saure Gurken
80 g	fetter Speck
4 Zweige	Majoran, ersatzweise getrockneter Majoran
4	Rindfleischscheiben für Rouladen (aus Ober- oder Unterschale) á ca. 160 g
etwas	Salz
2 EL	Senf
2	Zwiebeln
3 EL	Rapsöl
500 ml	Rinderfond (z. B. aus dem Glas)

Für das Kartoffelpüree:

600 g	Kartoffeln, mehlig kochend
etwas	Salz
250 ml	Milch
50 g	Butter
1 Prise	Muskatnuss, frisch gerieben

Für die Pilze:

200 g	Austernpilze
200 g	Steinchampignons
3	Lauchzwiebeln
2 EL	Butter
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Für die Rouladen die Gurken und den Speck längs in dünne Scheiben schneiden.
2. Majoran abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
3. Die Fleischscheiben salzen, mit Senf bestreichen. Je 1 Stück Speck und Gurke drauflegen und mit Majoranblättchen belegen.
4. Die Fleischscheiben vorsichtig aufwickeln, dabei die Seitenränder etwas zur Mitte klappen. Die Rouladen mit Küchengarn fixieren.
5. Die Zwiebeln schälen und würfeln.
6. In einem Bräter Rapsöl erhitzen und die Rouladen rundherum kräftig anbraten, die Zwiebelwürfel zugeben und mitbraten. So viel Fond angießen, dass die Rouladen etwa 1 cm hoch in der Flüssigkeit liegen. Rouladen zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 2 Stunden



schmoren, bis sie weich sind. Währenddessen alle 20 Minuten wenden und nach und nach weitere Brühe angießen.

7. Ca. 30 Minuten vor Ende der Schmorzeit die Kartoffeln waschen, schälen, halbieren und in einem Topf mit gesalzenem Wasser ca. 25 Minuten weichkochen.

8. Die Pilze putzen und vierteln.

9. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

10. In einer Pfanne die Hälfte der Butter erhitzen, die Pilze zugeben und anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pilze ca. 3 Minuten braten, dann die restliche Butter und die Lauchzwiebeln zugeben und mit anbraten.

11. Die weich gekochten Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen.

12. In einem Topf Milch und Butter erhitzen.

13. Die Kartoffeln durch die Presse in den Topf mit der Milch drücken und zu einem Püree verrühren. Mit Muskat und Salz würzen.

14. Die weich geschmorten Rouladen aus der Sauce nehmen.

15. Die verbliebene Sauce pürieren, durch ein Sieb passieren und abschmecken

16. Von den Rouladen das Küchengarn entfernen. Die Sauce mittig auf Teller geben und die Rouladen darauf setzen. Kartoffelpüree und Pilze dazu reichen.

Pro Portion: 795 kcal/ 3320 kJ
29 g Kohlenhydrate, 43 g Eiweiß, 57 g Fett