

Kohlrouladen

Für 4 Personen

4 äußere Wirsingblätter	250 g vorw. festk. Kartoffeln	1 TL Butter
4 gelbe Zwiebeln	1-2 Knoblauchzehen	100 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	100 ml Milch	100 ml Weißwein, trocken
1 EL Mehl	1 Eier	200 g Feta
1-2 TL Sojasauce	2 TL Kümmel	1 EL Speisestärke
1/2 Bund glatte Petersilie	1 TL Salz	Rapsöl
Muskatnuss	Pfeffer	Salz

Die Wirsingkohl-Blätter 5 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Nun mit der Außenseite nach oben auf ein Küchentuch legen und die dicken, erhaltenen Blattrippen in der Mitte mit einem Messer flacher schneiden. Anschließend ein zweites Küchentuch drauflegen und mit einem Nudelholz plattwalzen.

Die gekochten Kartoffeln pellen und reiben. Die rohen Kartoffeln schälen, reiben und den Saft in einem Küchentuch herauspressen. Alle geriebenen Kartoffeln in einer Schüssel miteinander vermischen.

Ei, Salz, Muskatnuss und Speisestärke untermengen. Die Petersilie ohne Stiel hacken und unterrühren. Die Masse wie ein Bonbon in ein Küchentuch einrollen, an den Enden zubinden und in heißem Wasser 20 Min. ziehen lassen. Anschließend abkühlen lassen.

Die Kartoffelmasse und ein Stück Feta auf ein Wirsingblatt geben, einrollen und mit Küchengarn wie eine Roulade binden.

Die Rouladen mit Rapsöl in einer Pfanne sehr scharf anbraten. Nach 5 Minuten umdrehen und weitere 5 Minuten kräftig braten. Anschließend herausnehmen und zur Seite stellen.

Die geschälten Zwiebeln halbieren, in kleine Spalten schneiden und in der benutzten Pfanne goldbraun anschwitzen. Den Knoblauch schälen, schneiden und mit anschwitzen. Kümmel (vorher in einem Mörser zerstoßen) und schwarzen Pfeffer dazugeben und kurz mit erhitzen. Mit Mehl bestäuben und Butter hinzugeben. Umrühren bis sich das Mehl verteilt hat, dann mit Wein ablöschen. Gemüsefond, Sahne, Milch und Sojasauce dazugeben und verrühren. Aufkochen lassen und nachwürzen.

Die Rouladen wieder hineingeben, damit sie in der Sauce ziehen können.

Vor dem Servieren die heißen Rouladen rausnehmen, vom Küchengarn befreien und die Zwiebelsauce mit einem Pürierstab cremig mixen. Sofort servieren und genießen.

Björn Freitag am 25. Dezember 2024