

Rinder-Rouladen mit Bratwirsing und Ofenkartoffeln

Für das Fleisch:

4 Rinderrouladen	1 Bund Suppengemüse	3 Zwiebeln
4 kleine Gewürzgurken	4 EL Dijon-Senf	4 Prisen Salz
4 Prisen Pfeffer	8 Scheiben Bacon	2 EL Butterschmalz
2 TL Tomatenmark	1 TL Zucker	700 ml trockener Rotwein
800 ml Rinderfond	2 Lorbeerblätter	

Für die Kartoffeln:

800 g kleine Kartoffeln	3 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl
1 TL Salz		

Für den Wirsing:

1 kleiner Wirsing (750 g)	100 g Bacon	2 EL Olivenöl
1 Schuss Gemüsefond	Salz, Muskatnuss, Pfeffer	

Für das Fleisch die Rouladen auf der Arbeitsfläche auslegen. Das Suppengemüse je nach Sorte schälen oder putzen und waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen. 2 Zwiebeln fein würfeln, 1 Zwiebel mit den Gewürzgurken in feine Streifen schneiden.

Jede Roulade mit 1 EL Senf bestreichen, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Jeweils 2 Scheiben Frühstücksspeck der Länge nach auflegen. Die Fleischscheiben unten quer mit einigen Zwiebel- und Gurkenstreifen belegen, die seitlichen Ränder zur Mitte einschlagen und die Rouladen mitsamt dem Belag von unten nach oben fest aufrollen. Den Rand mit einer Rouladennadel fixieren.

Das Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die Rouladen darin rundherum scharf anbraten. Herausnehmen und auf einem Teller beiseitestellen.

Das vorbereitete Gemüse mit zwei Dritteln der Zwiebelwürfel (den Rest für den Wirsing beiseitestellen) in den Bräter geben und rundherum mit etwas Farbe anbraten bei Bedarf etwas mehr Butterschmalz dazugeben. Das Tomatenmark einrühren, mit dem Zucker bestreuen und leicht karamellisieren. Mit etwa einem Viertel des Rotweins ablöschen. Wenn die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist, das nächste Viertel angießen und wieder einkochen. Diesen Vorgang weitere zweimal wiederholen. Den Rinderfond angießen, alles noch einmal gut durchrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rouladen im Bräter verteilen, die Lorbeerblätter dazugeben, den Deckel auflegen und die Rouladen je nach Dicke etwa 1 ½ Stunden weich garen. Falls die Flüssigkeit zu stark verkocht, 1 Schuss Wasser dazugießen.

Etwa 50 Minuten vor dem Servieren für die Kartoffeln den Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen und längs halbieren. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Kartoffeln in einer Schüssel mit dem Olivenöl marinieren und mit Salz würzen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Kartoffelhälften darauf mit der Schnittfläche nach unten nebeneinander verteilen, mit dem übrigen Öl aus der Schüssel bestreichen, mit Salz bestreuen, mit dem Rosmarin belegen und im heißen Ofen 30-40 Minuten garen. Sollten die Hälften auf der Schnittfläche zu stark bräunen, die Temperatur leicht reduzieren.

Für den Wirsing den Kopf vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Viertel in feine Streifen schneiden, in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. Den Frühstücksspeck in feine Streifen schneiden. Das Olivenöl in einer tiefen Pfanne erhitzen, die beiseitegestellten Zwiebelwürfel dazugeben und bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Speckstreifen dazugeben und kurz mitbraten. Zwiebel und Speck auf einer Pfannenseite zusammenschieben. Den Wirsing auf der freien Pfannenseite verteilen und bei etwas stärkerer Hitze unter Rühren 3-4 Minuten braten, dabei darauf achten, dass Zwiebeln und Speck nicht verbrennen. Den Gemüsefond angießen, den Kohl leicht

salzen, den Deckel auflegen und den Wirsing etwa 34 Minuten weich garen. Die Pfanne vom Herd ziehen, den Kohl mit Muskat, Salz und Pfeffer würzig abschmecken und warmhalten. Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen. Die Rouladen aus der Sauce heben, etwa die Hälfte des Gemüses ebenfalls aus dem Bräter heben. Das restliche Gemüse zur Bindung in die Sauce pürieren (siehe Tipp). Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ofenkartoffeln und Wirsing auf Teller verteilen. Je 1 Roulade anlegen und mit reichlich Sauce begossen servieren.

Tipp:

Die Sauce mit dem Schmorgemüse zu binden, ist eine Gelegenheit, um die Sauce kalorienarm zu binden. Wer möchte, kann die Sauce natürlich auch normal durch ein feines Sieb gießen und mit Butter, Mehlbutter oder Speisestärke binden.

Frank Rosin am 27. Februar 2023