

# Zucchini-Roulade mit Couscous

## Für 4 Personen

### Für den Couscous:

250 ml Gemüsebrühe	250 g Couscous	2 Stängel Estragon
60 g schwarze Oliven	20 ml Olivenöl	10 ml weißer Balsamico
Salz	Pfeffer	

### Für die Roulade:

2 Zucchini, mittelgroß	Salz	Pfeffer
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
1 Zweig Thymian	500 g Wurstbrät vom Metzger	40 g Bacon in feinen Scheiben
1 EL mittelscharfer Senf	100 g Erdnüsse, geröstet	

Den Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen.

Couscous in eine Schüssel geben, mit dem heißen Gemüfefond übergießen und abgedeckt bei Zimmertemperatur ca. 10 Minuten quellen lassen.

Estragon abbrausen, trockenschütteln, die Blätter abstreifen und fein schneiden.

Die Oliven in Scheiben schneiden.

Mit einem Holzlöffel den gequollenen Couscous umrühren damit er schön locker wird.

Estragon, Oliven, Olivenöl und Balsamico dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Roulade die Zucchini waschen und die Enden abschneiden.

Die Zucchini der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Die erste und letzte Scheibe in kleine Würfel schneiden.

Die Zucchinis Scheiben ohne Fett in einer heißen Pfanne kurz anbraten, damit sie leicht flexibel werden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Ein Stück hitzebeständige Frischhaltefolie (z.B. Mikrowellenfolie) auslegen und die Zucchini-Scheiben leicht überlappend, nebeneinander darauf auslegen, sodass eine Art Matte entsteht.

Schalotte und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen, die Zucchiniwürfel und den abgebrausten Thymianzweig dazu geben.

Wurstbrät in eine Schüssel geben, den Pfanneninhalt dazugeben.

Thymianzweig entfernen.

Den Bacon in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten.

Anschließend ebenfalls unter das Wurstbrät mischen.

Senf unter die Brätmasse mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse auf die Zucchini-Matte geben und dann mit Hilfe der Folie fest aufrollen. Mit einem sauberen Geschirrtuch stramm umwickeln und an den Seiten fest zuschnüren.

Die gut verschlossene Rolle in einen Topf mit siedendem Wasser geben und ca. 15-20 Minuten garen.

Erdnüsse fein hacken oder mahlen.

Zum Anrichten die Rolle auswickeln, in den gehackten Nüsse wenden.

Rolle aufschneiden und mit dem Couscous servieren.

Antonina Müller am 27. September 2021