

Rindsrouladen mit Kartoffelpüree und Wurzelgemüse

28.Dezember 2022

Zutaten für 4 Personen

Für die Rouladen

- 4 Rindschnitzel à 200g
- 4 Scheiben Tierwohl-Hofschinken
- 2 Karotten
- 1 Pastinake
- 2 Essiggurkerl
- 4 Blätter Grünkohl
- 4 TL Kapernbeeren (klein)
- 4 TL Dijonsenf

Etwas Salz

Etwas Pfeffer

Etwas Rapsöl

Küchengarn oder Zahnstocher

Für den Bratensaft

- 2 Zwiebeln
- 1 Karotte
- 4 Knoblauchzehen
- 300ml Rindsuppe
- 200ml Rotwein
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Butter
- 50ml Wasser
- 2-3 TL Maisstärke

Etwas Salz

Etwas Pfeffer



Für das Wurzelgemüse

8 Karotten

4 Pastinaken

Etwas Salz

Etwas Pfeffer

Etwas Olivenöl

Für das Püree

500g Kartoffeln (mehlig)

125ml Milch

1 EL Butter

Etwas Salz

Etwas Pfeffer

Etwas Muskatnuss (frisch gerieben)

Etwas Kochwasser

Zubereitung Bratensaft

Die Zwiebeln und Karotte grob hacken und in zerlassener Butter anbraten. Knoblauchzehen schälen und hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Rindsuppe, Rotwein und Tomatenmark hinzugeben. 15-20 Minuten köcheln lassen.

Kaltes Wasser mit Maisstärke in einem kleinen Gefäß vermengen, gut verrühren und danach einrühren. Kurz aufkochen lassen, gut umrühren und dann vom Herd nehmen.

Zubereitung Rouladen

Schnitzel dünn klopfen und mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen.

Karotten und Pastinaken schälen und in dünne Streifen schneiden. Essiggurkerl und Grünkohlblätter in Streifen schneiden.

Mit Rapsöl scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.



Die Schnitzel mit Dijonsenf einseitig bestreichen und mit jeweils einem Schinkenblatt belegen.

Karotten, Pastinaken, Essiggurkerl und Kapern mittig in einem Streifen auf das Schnitzel legen und danach einrollen.

Mit Küchengarn – oder einfacher mit einem Zahnstocher – befestigen.

Bratensaft in eine Auflaufform füllen. Rouladen hineinlegen und bedecken. Etwa 1,5h im Backofen bei 150 Grad schmoren lassen.

Zubereitung Wurzelgemüse

Karotten und Pastinaken schälen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren.

Ebenfalls im Backrohr etwa 1 Stunde lang schmoren lassen.

Zubereitung Kartoffelpüree

500g Kartoffeln schälen und in Salzwasser etwa 30 Minuten zugedeckt garen.

Butter und Milch erhitzen. Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, zu Milch und Butter hinzugeben und gut umrühren.

Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen.

Bei Bedarf mit einem Kartoffelstampfer das Püree noch einmal verfeinern.

