

Kohlroulade (2): Rotkohl mit zweierlei Füllung ('Hack' oder Pilz-Walnuss)

Pfannengericht

(Rezepte jeweils für 3-4 Personen)

Zutaten:

ca. 800 g fr. Rotkohl, Öl z. Braten, 300 ml Gemüsebrühe, 2 EL Mehl, Küchengarn;
Füllung: 400 g braune Champignons, 1/2 Stg. Lauch, 1/2 Zwiebel, 2 EL Pflanzenöl,
Salz/Pfeffer, 5 Stiele Blattpetersilie (geh.), 2 EL Walnuskerne (geh.), 1 Prs. Zimt!
Füll-Variante: 200 g Vegan-Hack, Salz/Pfeffer, 1 TL Senf, 1 altbackenes Brötchen,
2 EL Pflanzenöl, 1/2 rote Zwiebel (grob geschn.), 5 Stiele Blattpetersilie (geh.).

Zubereitung:

Ganzen Kohl m. Fleischgabel aufspießen, 2 min in koch. Wasser halten, herausnehmen,
2-3 Blätter ablösen, usw., bis genügend Bl. vorh.; Mittelstrunk d. Blätter flachscheiden.
Champignons, Lauch, Zwiebel kleinschneid., mischen & anbraten; würzen, 5 min garen;
in Schüssel mit Petersilie & Walnüssen vermengen; jew. 1-2 K.-Blätter mit ca. 2 EL
der Masse befüllen, Blätter seitl. einschlagen, aufrollen & mit Küchengarn umwickeln;
Rouladen beidseit. anbraten, mit Brühe ablöschen; bei geschl. Deckel 25 min schmoren;
Rouladen entnehmen, Mehl & Wasser verrühren, den Sud damit aufkochen, mit Salz,
Pfeffer & Zimt abschmecken. Beilage: Backofenkartoffeln, Rösti, Kartoffelstampf, o.ä..

Variationen:

Zubereit. der altern. Füllg.: 'Hack' mit Salz, Pfeffer & Senf würzen; Brötchen in Wasser
einweichen, ausdrücken & untermischen; anbraten & mit roter Zwiebel ca. 5 min braten.
Alles in eine Schüssel geben & mit Petersilie vermengen. Rouladenherstell. wie oben!

Bemerkungen:

Uta: BGL 2015

*Restlichen Rotkohl später z.B. zu Salat verarbeiten: sehr fein schneiden, mit Salz & Zucker
gut durchkneten, dazu Öl, Essig, Pfeffer, feingeschn. Apfel, Zwiebelringe, Agavendicksaft!*

Quellen / Links:

www.aldi-sued.de/de/rezepte/rotkohl-und-gruenkohl-rezepte/

[Fleischfüllung veganisiert; im Orig.-Rezept wurde auf die Erstellung einer Soße verzichtet.]