

Filderkraut-Rouladen

schwäbisch

Zutaten für 6 Portionen:

1 kleinen Kopf Filderkraut (ca. 1 -1,5 kg schwer)
2 EL Weißweinessig
500 g gemischtes Hackfleisch
1 große Zwiebel
1 altes Brötchen
1 Ei
etwas Semmelbrösel
1 EL geschnittene Blatt Petersilie
1 TL getrockn. Thymian
60 g Frühstücksspeck
Öl
300 ml Fleischbrühe (instant)
3 EL Tomatenmark
3 EL saure Sahne
Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
Zucker, Rosenpaprika scharf
etwas weißen Soßenbinder



Zubereitung :

In einem großen Topf - ca. 3 Liter – Salzwasser zum Kochen bringen. Einen Schuss Essig dazugeben. Den Kohlkopf hineinlegen, blanchieren (ca. 5 Min.) und vorsichtig nach und nach 6 Kohlblätter lösen. Sollten nicht reißen. Die Kohlblätter kurz in eiskaltem Wasser abschrecken.

Das alte Brötchen in etwas Wasser einweichen und danach ausdrücken. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Mit dem Ei und dem ausgedrückten Brötchen gut vermengen. Dann mit der Blatt Petersilie, dem Thymian, Salz und Pfeffer gut würzen.

Nun den Frühstücksspeck in feine Würfelchen schneiden und in Öl anbraten. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden und ebenfalls zu dem Frühstücksspeck geben und mit anbraten. Die Masse etwas erkalten lassen und dann unter die Hackfleischmasse mengen.

Die Filder – Kraut - Kohlblätter flach auf einem Brett ausbreiten. Evtl. noch mit Küchenkrepp abtrocknen. Die Hackfleischmasse gleichmäßig auf die Filderkraut - Kohlblätter verteilen, die Blätter seitlich einschlagen und aufrollen. Mit Küchengarn festbinden.

Nun die Filderkrautrouladen in Öl rundum anbraten. Kurz herausnehmen und das Tomatenmark anbraten. Die Brühe angießen und die Filderkrautrouladen wieder einlegen. Bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten schmoren. Zum Schluss die Filderkrautrouladen herausnehmen, Küchengarn entfernen und warm stellen. Nun die Soße mit saurer Sahne verfeinern und nochmals abschmecken. Evtl. mit etwas weißem Soßenbinder binden (ist Geschmacksache). Auf Teller anrichten und noch etwas gehackte Blatt Petersilie darüber streuen.

Tipp: Dazu passt hervorragend Kartoffelpüree und unser Filderkraut auf Jägerart.