Björn Freitags Rezept leicht modifiziert

Wirsingroulade

4 Portionen

Zutaten

500 g gemischtes Hackfleisch, 8 Blatt Wirsing, 2 Scheiben Toastbrot, 3 Zwiebeln, 50 g Schinkenspeck, 2x20 g Butterschmalz, 2x20 g Tomatenmark, 1 Ei, 1 Teelöffel Kreuzkümmel, 1 Teelöffel Senf, 1 Teelöffel Paprika edelsüß, 1 Teelöffel Paprika scharf, 2 Teelöffel Salz, 0,5 Teelöffel Pfeffer, 1 Esslöffel Mehl, 400 ml Fleischfond oder Brühe

Zubereitung

1. Toastbrot in Wasser einweichen
2. Zwiebeln in halbe Ringe schneiden, Schinkenspeck in kleine Würfel schneiden
3. Salzwasser großem Topf zum Kochen bringen
4. Wirsingblätter ca. 2 Minuten im Salzwasser blanchieren, im kalten Wasser abschrecken
5. die Strunke in den Wirsingblättern flachschneiden ohne das Blatt zu beschädigen
6. das Toastbrot gut ausdrücken und mit dem Fleisch, dem Ei, den 20 g Tomatenmark, dem Kreuzkümmel, dem Senf, den Paprikapulvern, dem Salz und dem Pfeffer zu einem würzigen Teig kneten
7. jeweils 2 Wirsingblätter um den Fleischteig herumfalten, mit Küchengarn zubinden
8. die Wirsingrouladen 2 Minuten von jeder Seite im Butterschmalz anbraten - der Wirsing soll braun, aber nicht schwarz werden
9. die Rouladen beiseite stellen, den Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen
10. im Topf im Butterschmalz die Speckwürfel anschwitzen, die Zwiebeln zugeben
11. wenn die Zwiebeln glasig werden, mit Mehl bestäuben und einige Minuten weiterschwitzen, bis die Masse anfängt gelb zu werden
12. jetzt 20g Tomatenmark einrühren und mit dem Fond bzw. der Brühe ablöschen
13. mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken
14. die Wirsingrouladen zu der Sauce in den Topf setzen, Deckel aufsetzen
15. im Backofen bei 180°C 45 Minuten schmoren

Zeitbedarf

1,5 Stunden

dazu paßt

Kartoffelbrei