




Rindsrouladen für heiße Tage

(Rezept für 1 Person)

Zutaten:

- 2 -Rindsrouladen
- 100 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Eigelb
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 1 rote Paprika
- 1 Chilischote
- 4 Chinakohlblätter, 2 in dünne Streifen geschnitten
- 1 EL Basilikum, fein gehackt
- 1 Prise Chilipulver
- 2 EL Sojasauce
- ½ TL Chinagewürz
- ½ Liter heiße Rinderbrühe
- Butterschmalz
- Salz

Zubereitung:

Die beiden Rouladen ausbreiten, von beiden Seiten gut trocken tupfen und auf der Innenseite salzen. Aus Hackfleisch, Eigelb, gehackter Knoblauchzehe, Basilikum, Chilipulver und Chinagewürz eine Füllung herstellen.

Jeweils 1 Chinakohlblatt auf die Rouladen legen, mit der Hackfleischmischung bestreichen, aufrollen und mit Küchengarn gut zubinden.

In einem großen Topf oder Bräter das Butterschmalz erhitzen und die Rouladen darin auf allen Seiten gut anbraten. Die Chinakohlstreifen zugeben und ebenfalls kurz mit anbraten. Mit der heißen Rinderbrühe ablöschen, Sojasauce und Chilischote zugeben und im vorgeheizten Umluftbackofen bei 180° 75 Minuten schmoren lassen.

In der Zwischenzeit die Paprika putzen und in feine Streifen schneiden. Nach Ablauf der Schmorzeit die Paprikastreifen zugeben und nochmals 15 Minuten schmoren lassen.

Den Topf aus dem Ofen nehmen, die Rouladen entfernen und aufschneiden. Zum Schluss die Sauce nach Belieben noch mit wenig Mehlbutter abbinden und servieren.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

