

Rezept aus der Sendung "Tim Mälzer kocht"

samstags, 15.30 Uhr im Ersten



Kohlrouladen

(Sendung vom 08.10.2011)

Zutaten

- 1 Weißkohl
- 80 g Dörräpfel
- 1 Bund Petersilie
- 1 El Fenchelsaat
- 1 El Kümmelsaat
- 3 Zwiebeln
- 7 El Öl
- 400 g gemischtes Hack
- 200 g Mett
- 2 Eier (Kl. M)
- 4 El Semmelbrösel
- 200 ml Schlagsahne
- Salz
- Pfeffer
- 200 ml Cidre
- 1-2 El Calvados
- 300 ml Geflügelbrühe
- 4 Lorbeerblätter

Zubereitung

1. Reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen. Vom Weißkohl den dicken Strunk keilförmig herausschneiden und an dessen Stelle eine Fleischgabel kräftig einstecken. Den Kohl in das kochende Wasser tauchen, nach und nach 12 Blätter ablösen und weitere 5-8 Min. im Wasser garen. In kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die dicken Blattrippen keilförmig herausschneiden.
2. Die Dörräpfel am besten im Blitzhacker grob hacken. Petersilienblätter abzupfen, zu den Äpfeln geben und mithacken.
3. Fenchelsaat und Kümmelsaat in einer Pfanne ohne Fett hellgelb rösten und anschließend im Mörser fein zerstoßen. 1 Zwiebel fein würfeln und in 3 El Öl glasig dünsten.
4. Hack, Mett, Eier, Semmelbrösel, Fenchelsaat, Kümmelsaat, Apfelmischung, Zwiebelwürfel und 100 ml Schlagsahne in eine Schüssel geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Händen zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten.
5. Tipp: Probekloß im Kohlwasser garen, falls man sich bei der Salzmenge unsicher ist und die Masse nicht roh probieren möchte!
6. Jeweils 2 Kohlblätter auf einem Tuch gegensätzlich aufeinanderlegen. Mit ca. 1/6 der Fleischmasse füllen, die überstehenden Blattkanten

darüberlegen und mithilfe des Tuchs fest verschließen. Die gefüllten Kohlblätter vorsichtig aus dem Tuch nehmen und mit der Naht nach unten beiseitelegen. Die restlichen Kohlblätter ebenso füllen.

7. 2 Zwiebeln in Streifen schneiden und in einem heißen Bräter mit 4 El Öl hellbraun braten. Kohlrouladen mit der Naht nach unten in den Bräter geben. Salzen, pfeffern und mit Cidre ablöschen. Calvados, Geflügelbrühe und Lorbeerblätter zugeben. Aufkochen und anschließend offen im heißen Ofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 45 Min. garen (Umluft nicht empfehlenswert).
8. Die Kohlrouladen auf eine Platte geben und im ausgeschalteten Ofen warm halten. Lorbeerblätter aus der Sauce nehmen. 100 ml Schlagsahne zur Sauce geben und diese mit dem Schneidstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Kohlrouladen servieren.
9. Tipp: Dazu passt Kartoffelpüree.

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 1:45 Stunden