

Rinderrouladen mit italienischer Füllung

Für 6 Rouladen



Für die Rouladen:

30 g Pinienkerne
1 rote Zwiebel
6 Rinderrouladen (à 150-200 g)
10-12 Scheiben Parmaschinken
6 EL Salsa verde oder Pesto
12 getrocknete Tomaten in Öl
ca. 100 g Pecorino, gerieben
Salz, Pfeffer
Küchengarn oder Rouladen-
klemmen
3 EL Olivenöl

Für die Soße:

2 rote Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 Karotten
½ Sellerieknolle
½ Stange Lauch
2 TL Puderzucker

1. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Etwas abkühlen lassen. Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden.
2. Das Rouladenfleisch auf einer großen Bahn Klarsichtfolie ausbreiten, mit einer zweiten Bahn belegen und das Fleisch mit einem Fleischplattierer oder einer Pfanne dünn klopfen. Die obere Klarsichtfolie entfernen und das Fleisch von beiden Seiten leicht salzen.
3. Die Rouladen mit je 1 EL Salsa verde oder Pesto bestreichen. Mit je 1 ½-2 Scheiben Schinken belegen. Je 2 Tomaten, etwas Pinienkerne und einen Teil der Zwiebelstreifen auf dem unteren Drittel der Rouladen verteilen (siehe Fotos). Pecorino auf der Füllung verteilen.
4. Die Fleischränder längs etwas über die Füllung klappen, von unten die Fleischscheiben fest zu Rouladen aufrollen und zusammenbinden oder feststecken. Beiseitelegen.
5. 2 EL Olivenöl in einem großen Bräter erhitzen. Die Rouladen von allen Seiten im heißen Öl scharf anbraten.
6. In der Zwischenzeit Zwiebeln, Knoblauch, Karotten und Sellerie schälen und grob würfeln. Lauch putzen, der Länge nach halbieren und in Ringe schneiden. Rouladen aus dem Bräter nehmen. Restliches Öl (1 EL) in den Bräter geben, gewürfeltes Gemüse darin 8-10 Minuten braten. Tomatenmark und Puderzucker einrühren und mit andünsten, bis ein Bodensatz entsteht. Mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen.
7. Rouladen zurück in den Bräter legen, mit Rinderfond auffüllen. Lorbeerblätter zugeben und alles bei geringer Hitze zugedeckt 2-2 ½ Stunden (je

1 EL Tomatenmark
300 ml kräftiger Rotwein
500 ml Rinderfond
2 Lorbeerblätter
3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Oregano
ca. 1 EL Speisestärke
Salz, Pfeffer

nach Dicke der Rouladen) sanft schmoren. Die Rouladen zwischendurch immer mal wieder wenden und/oder mit Soße übergießen.

8. Rosmarin und Oregano waschen und mit in den Bräter geben. Weitere ca. 30 Minuten schmoren.
9. Die fertig geschmorten Rinderrouladen aus dem Bräter nehmen. Die Sauce aus dem Bräter durch ein Sieb passieren und ca. 3-5 Minuten einkochen lassen. Mit Stärke abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rouladen zurück in den Topf legen und zugedeckt noch einmal durchziehen lassen.

Zu den Rouladen passen: Pasta, Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree