



Rezepte Hauptgerichte



Hauptgerichte

Westfälische Wirsingroulade

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Kopf Wirsing
 - 500g Gehacktes
 - 1 Brötchen
 - 1 Ei
 - 2 Zwiebeln
 - 80 g gewürfelter durchwachsender Speck
 - Petersilie
 - Salz (20g auf 1kg Gehacktes) Pfeffer aus der Mühle, Paprika, Majoran, Kümmel
- 1 Liter fertige braune Grundsauce
oder Fleischbrühe und 2eßl. Tomatenmark

Zubereitung

Den Wirsing putzen und waschen. Die Strünke keilförmig herausschneiden oder mit einem scharfen Messer den Strunk anschneiden.

Die Blätter in reichlich kochendem Wasser ca. 2 Min blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. (Die Farbe wird dabei erhalten)

Das Gehackte mit eingeweichten, ausgedrücktem Brötchen, Ei, Zwiebeln und den Gewürzen eine Masse die Hackmasse herstellen.

Die Kohlblätter auf einer gewürzten Arbeitsfläche auslegen, Die Hackmasse formen und auf die ausgelegten Blätter verteilen. Wer möchte kann, in Wasser gekochten, Kümmel hinzugeben. Nun die Kohlblätter zusammenlegen und formen. Wichtig die Kohlblätter fest zusammendrücken.

Speck und Zwiebeln in Butter anschwitzen mit der Sauce begießen und zur Seite stellen.

Die Kohlrouladen im Backofen bei starker Hitze 180 – 200 Grad mit Ober- und Unterhitze anbraten. Anschließend die Sauce angießen und zugedeckt 50 bis 60 Min. (je nach größe der Rouladen) im Ofen bei 150 Grad garen.

Nach der Garzeit die Rouladen aus der Sauce nehmen im Ofen warmstellen. Die Sauce evtl. nachschmecken und binden.

Beilagen: Petersilienkartoffeln, Röstkartoffeln, Kartoffelpüree

Alternative Füllungen: Blutwurstwürfel; Lammfüllung, Kalbfleisch