

Rinderrouladen mit Paprikasalami

Als Beilage zu der raffiniert gefüllten Rinderroulade schmecken Grießgnocchi mit Rucola sehr gut

Im Herbst haben wieder eher herzhaft und deftige Speisen Saison. Gefragt sind dann Braten und vor allem auch würzige Rouladen aus der zarten Ober- oder Unterschale vom Rind.

Der typische Geschmack und die unzähligen Möglichkeiten der Zubereitung haben Rindfleisch zu einer der beliebtesten Fleischarten gemacht. Ob phantasievolle Kreationen oder traditionelle Rezepte – Rindfleisch verspricht immer einen besonderen Genuss; darüber hinaus erfüllt es zugleich die Anforderungen an eine bewusste und ausgewogene Ernährung.

ZUTATEN

Zutaten für 4 Portionen:

Für die Rinderroulade mit Paprikasalami:

- ▶ 4 Rouladenscheiben
- ▶ 1 gelbe und 1 rote Paprika
- ▶ 2 EL gemischtes Chutney
- ▶ 100 g Salami, gewürfelt
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 1 Dose passierte Tomaten
- ▶ 0,2 l Rotwein
- ▶ 0,5 l Fleischbrühe
- ▶ 2 EL Butterschmalz
- ▶ Jodsalz, Pfeffer
- ▶ Soßenbinder

Für die Grießgnocchi mit Rucola:

- ▶ 200 g Hartweizengrieß
- ▶ 200 ml Milch
- ▶ 2 Eigelb
- ▶ 100 g geriebener Parmesan- oder anderer Hartkäse
- ▶ Jodsalz, Pfeffer
- ▶ 1 Bund Rucola
- ▶ Butter zum Braten

ZUBEREITUNG

Das Rouladenfleisch ausbreiten, mit wenig Salz und Pfeffer würzen und mit dem Chutney einstreichen.



Zu der würzigen Rinderroulade mit Grießgnocchi und Rucola oder auch mit Penne als Beilage passt ein trockener Rotwein ideal.

Foto: CMA

chen. Die gewürfelte Salami darauf verteilen. Paprika putzen und in Streifen schneiden. Die Streifen ebenfalls auf den Rouladen verteilen, Fleisch einrollen und feststecken oder binden.

Öl in einem Bräter erhitzen und die Rouladen rundherum anbraten. Grob gewürfelte Zwiebeln zufügen und braun andünsten. Passierte Tomaten zugeben und ein wenig einreduzieren lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und der Brühe auffüllen. Die Rouladen abgedeckt bei 160 Grad Celsius im Backofen etwa 90 Minuten schmoren.

Zwischenzeitlich die Milch in einem Topf zum Kochen bringen. Den Grieß einrühren, kurz aufwallen lassen und die Milch abkühlen lassen. Anschließend die Eigelbe und den Parmesan untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse eine Rolle formen und von dieser circa 2 cm dicke Scheiben schneiden. Für die Zubereitung die Scheiben beidseitig kurz in

Butter braten und mit den Rucolablättern servieren. Rouladen aus dem Bräter nehmen, Sauce passieren und leicht abbin-

den. Abschmecken und mit den Grießgnocchi servieren.

Quelle: CMA-Broschüre: Rindfleisch-Rezepte; www.cma.de

'FLEISCHEREI'-HINTERGRUND

Die Roulade

Das Wort Roulade kommt aus dem Französischen (rouler = rollen, wälzen, wickeln) und bezeichnet eine gefüllte, aufgerollte Scheibe Fleisch oder Fisch, die geschmort wird. Für eine Fleischroulade eignet sich die Unter- und vor allem die Oberschale des Rindes besonders gut. Denn diese lässt sich in große Scheiben schneiden; zudem ist ihr Fleisch sehr zart.

Die Füllung kann aus verschiedenen Zutaten bestehen, beispielsweise Speck, Gurke und Zwiebeln. Bei der Füllung ist alles erlaubt, was gut schmeckt. Neben Fleisch- und

Fischrouladen gibt es außerdem die vegetarische Variante, etwa die Broccoliroulade im Wirsingblatt oder eine Kartoffelroulade im Chinakohl-Mantel.

Als Dessert eignen sich süße Rouladen, beispielsweise aus Biscuitteig, gefüllt mit Sahne und Früchten.

Das Raffinierteste einer Roulade ist, dass man bei ihr maximalen Geschmack auf minimalem Raum genießen kann.

Quelle: www.webster-dictionary.org; Rezeptbroschüre der CMA, www.cma.de