

# Vogel's Rezeptbox

## Rouladen mit Kokos-Bananenfüllung



### Zubereitung:

- Rouladen auf einem Arbeitsbrett ausbreiten und trocken tupfen.
- Für die Füllung den Apfel und die Schalotten schälen und fein würfeln. Ein Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und die Würfel darin anschwitzen. Die Banane klein schneiden zusammen mit dem Tomatenmark dazugeben und kurz anbraten. Ajvar (bzw. Thai Curry) und Kokosraspel zugeben und einrühren.
- Rouladen mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Die Füllung darauf verteilen und die Rouladen aufrollen. Mit Rouladenklammern oder -nadeln schließen.
- Restliches Öl in einem Schmortopf erhitzen und die Rouladen ringsum scharf anbraten. Die geschälten, klein geschnittenen Zwiebeln, Karotten- und Selleriewürfel zufügen. Wein zugießen und bei mittlerer Hitze zugedeckt eine gute Stunde schmoren lassen.
- Rouladen heraus nehmen. Die Schmorflüssigkeit mit einem Pürierstab fein pürieren, Crème fraîche einrühren. Soße mit Salz, Pfeffer und eventuell noch mit etwas Wein abschmecken. Mit Thai-Basilikum oder Basilikum dekorieren.

### **Zutaten (4 Portionen):**

- 4 Rinderrouladen
- 1 Apfel
- 2 Schalotten
- 2-3 EL Sonnenblumenöl
- 1 Banane
- 1 EL Tomatenmark
- 3 EL Ajvar (rote Paprikapaste) oder 1 EL roter Thai Curry  
Salz, Pfeffer, Curry
- 80 g Kokosraspel
- 300 ml Weißwein
- 2 kleine Zwiebeln, grob gehackt
- 1 Karotte, in dicken Scheiben
- 1 Stück Sellerie, grob gewürfelt
- 200 ml Crème fraîche  
einige Blätter Thai-Basilikum oder Basilikum