



ROTKOHLROULADEN MIT PILZ-REIS FÜLLUNG

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

FÜR DIE ROULADEN

200 g Reis

1 Kopf Rotkohl

360 g Champignons

6 Schalotten

4 Knoblauchzehen

180 g Nüsse

(Walnuss oder Haselnuss)

1/2 TL Lebkuchengewürz

Salz & Pfeffer

Öl zum Anbraten

FÜR DIE SOSSE

300 ml Rotwein

500 ml Gemüsebrühe

2 Lorbeerblätter

1 EL Stärke

ZUBEREITUNG

Den Reis in der doppelten Menge Salzwasser garen. Den Rotkohl etwa 15 Minuten blanchieren und die großen Blätter vorsichtig ablösen.

Für die Füllung Champignons, Schalotten, Knoblauch und Nüsse vorbereiten, die Hälfte davon mit den Pilzen in Öl anbraten und anschließend mit Reis, Nüssen und Gewürzen mischen.

Jeweils ein Kohlblatt mit der Füllung belegen, einschlagen, aufrollen und bei Bedarf mit Garn fixieren. In einem großen Topf Öl erhitzen, die Rouladen rundherum anbraten, die restlichen Schalotten sowie den Knoblauch dazugeben und kurz mitrösten.

Den Bratensatz mit Rotwein ablöschen, einkochen lassen, dann Brühe, Lorbeerblätter und Stärke einrühren. Die Rouladen zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten schmoren. Die Soße vor dem Servieren abschmecken und nach Belieben einkochen lassen. Unser Tipp: Zu diesem Gericht passen Salzkartoffeln gut.

Guten Appetit!

LEVEL
leicht

ZUBEREITUNGZEIT
ca. 90 Min.

ERNÄHRUNGSHINWEIS
vegan