



## Wirsingrouladen mit Bacon und Rinderhack

dazu Salzkartoffeln und Tomatensauce



40-50min



3-4 Personen

Auch Deutschland kann Comfortfood! Eine Geschmacksprobe fällig? Dann nix wie ran an diese saftigen Wirsingrouladen, für die die herzhafte Hackfleisch-Petersilien-Masse zunächst in Bacon gewickelt und dann mit Wirsing ummantelt wird. Serviert werden die köstlichen Päckchen mit einer fruchtigen Tomatensauce und klassischen Salzkartoffeln. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- 2 Wirsinge
- 2 Zwiebeln
- 20g frische Petersilie
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Päckchen Rinderbrühgewürz
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen mittelscharfer Senf 10
- 2 Packungen Baconscheiben
- 8 Schaschlik-Holzspieße
- 2 Dosen Tomatenmark

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl 1
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne mit Deckel
- Schaumkelle
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

## Allergene

Gluten (1), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 770.0kcal, Fett 32.3g, Eiweiß 50.9g, Kohlenhydrate 59.2g



### 1. Gemüse vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für das Blanchieren der **Wirsingblätter** zum Kochen bringen. Ggf. unschöne **Wirsingblätter** entfernen und mindestens **16 unbeschädigte Blätter** abzupfen und beiseitelegen. Den **restlichen Wirsing** in 1-2cm breite Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



### 4. Rouladen vorbereiten

Je **2 Wirsingblätter** doppelt übereinander auslegen. Das **Hackfleisch** mit den **Zwiebeln, 2/3 der Petersilie** und dem **Senf** verkneten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, in **8 gleich große, längliche Frikadellen** formen und mit den **Baconscheiben** umwickeln. Auf die vorbereiteten **Kohlblätter** geben, die Seiten einklappen und fest einrollen. Mit den **Holzspießen** fixieren.



### 2. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. In einem mittelgroßen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser aufkochen und in ca. 15Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und warm halten. Das **Brühgewürz** in 600ml heißem Wasser auflösen.



### 3. Wirsing blanchieren

Zum Abschrecken der **Wirsingblätter** das Spülbecken mit möglichst kaltem Wasser füllen. Die **Wirsingblätter** in das kochende Salzwasser geben und 1-2Min. blanchieren, dabei je nach Größe in 4-5 Durchgängen arbeiten. Die **Wirsingblätter** mit einer Schaumkelle zum Abschrecken in das kalte Wasser legen und anschließend z. B. mit einem Küchentuch möglichst gut trocknen.



### 5. Rouladen garen

Die **Rouladen** in einer großen Pfanne mit 2-3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. rundum anbraten. Mit 1EL Mehl bestäuben, das **Tomatenmark** unterrühren und mit der **Brühe** ablöschen, dann die **Wirsingstreifen** dazugeben und die **Rouladen** abgedeckt 10-15Min. sanft köcheln lassen, dabei ab und zu wenden.



### 6. Sauce abschmecken

Die **Sauce** ggf. mit 1-2EL Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis auf die gewünschte Konsistenz einkochen lassen. Die **Holzspieße** entfernen und die **Rouladen** mit den **Salzkartoffeln** anrichten. Mit der **restlichen Petersilie** garnieren und servieren.