



Roulade vom Schwein mit Pestofüllung

an mediterranem Ratatouille-Gemüse



40-50min



3-4 Personen

Du möchtest deine Lieben mit einer köstlichen und eleganten Mahlzeit überraschen, aber nachher nicht die Küche renovieren müssen? Dann haben wir hier genau das Richtige für dich: Das zarte Schweinefleisch wird mit einem selbst gemachten Pesto gefüllt, zu Rouladen aufgerollt, kurz angebraten und im Ofen zu Ende gegart. Derweil schmurgeln Auberginen und Tomaten sanft zu einem aromatischen Ratatouille. Mmmh!

- 2 Packungen Schweinerückensteak
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 40g Basilikum & Petersilie
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 gelbe Paprika
- 3 Auberginen
- 2 Dosen Tomatenmark

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Fleischklopper
- Frischhaltefolie
- Zahnstocher
- Messbecher
- Küchenreibe

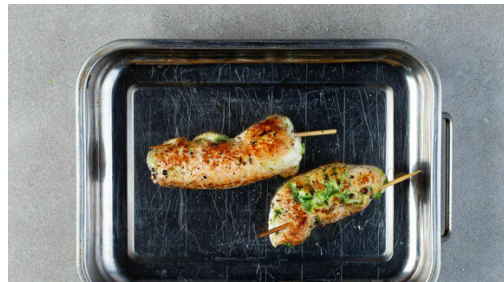
Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 474kcal, Fett 29.9g,
Kohlenhydrate 19.6g, Eiweiß 34.0g



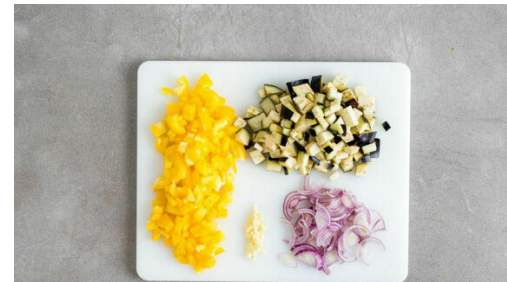
Den Backofen auf 170°C (150°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen und jeweils zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie mit einem Fleischklopfer oder mit dem Boden einer schweren Pfanne plattieren, sodass die **Steaks** ca. 0,5cm dick sind. Das **Fleisch** von beiden Seiten mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen.



Die **Rouladen** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2Min. von allen Seiten scharf anbraten. Die **Rouladen** anschließend aus der Pfanne nehmen, in eine große Auflaufform geben und im Ofen ca. 8Min. garen, bis das **Fleisch** gar ist. Die Pfanne aufbewahren.



Den **Käse** fein reiben. Das **Basilikum** und die **Petersilie samt Stängeln** grob schneiden und mit dem **Käse** sowie 50ml Olivenöl in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einem glatten **Pesto** pürieren. Ggf. noch 1-2EL Olivenöl oder etwas Wasser hinzugeben. Das **Pesto** mit Salz abschmecken.



Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Auberginen** zuerst in 1-2cm breite Scheiben, dann in 1-2cm große Würfel schneiden.



Jedes **Steak** mit ca. **1TL Pesto** bestreichen.
Das **Fleisch** aufrollen und mit einem
Zahnstocher fixieren.



Das **Gemüse** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 4-5Min. braten. Das **Tomatenmark** unterrühren, mit 150ml Wasser ablöschen und das **Ratatouille** 2-3Min. köcheln lassen. Den **Fleischsaft** aus der Auflaufform unter das **Ratatouille** rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Rouladen** schräg aufschneiden und mit dem **Ratatouille** servieren.