Artikel vom 08.11.2023 · Ausgedruckt am 23.11.2026, 04:29 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/allgaeuer-rinderrouladen

Allgäuer Rinderrouladen



Foto: Nadine Hörster

Zutaten (für 4 Personen):
4 Rinderrouladen,
5 Zwiebeln,
4 Scheiben Emmentaler,
4 Scheiben Kochschinken,
Salz,
Pfeffer,
Senf,
Tomatenmark,
400 ml Rinderfond,
4 Schmelzkäseecken,
Öl zum Anbraten,
eventuell Speisestärke.

Zubereitung:
Rouladen von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Innenseite mit Senf bestreichen. 1 Zwiebel schälen und in Würfel schneiden, auf den Rouladen verteilen. Emmentaler und Kochschinken mittig auf die Roulade legen, die Seiten der Roulade etwas einklappen und aufrollen. Mit einem Zahnstocher das Ende fixieren. Öl in einer

Pfanne erhitzen und die Rouladen von allen Seiten rundherum anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Restliche Zwiebeln schälen und vierteln, im Bratfett anbraten. Je 1 EL Senf und Tomatenmark hinzufügen und leicht anrösten lassen. Mit Wasser den Bratensatz ablösen, diesen Vorgang mehrere Male wiederholen. Währenddessen mit Salz und Pfeffer würzen. Rinderfond und 400 ml Wasser hinzufügen und die Zwiebeln weiter einköcheln lassen. Backofen auf 180 bis 200 °C Umluft vorheizen. Zwiebeln mit der Soße in einen Bräter umfüllen, Rouladen in die Soße setzen und im Backofen mit geschlossenem Deckel etwa zwei Stunden schmoren, zwischendurch die Rouladen wenden. Bräter aus dem Ofen nehmen, Rouladen aus der Soße nehmen, Schmelzkäse in die Soße einrühren. Je nach Dicke der Soße entweder mit Wasser etwas verlängern. Falls sie zu flüssig ist, mit etwas Speisestärke andicken bis zur gewünschten Konsistenz. Rouladen wieder in die Soße legen und nochmals erwärmen, mit selbst gemachten Spätzlen servieren.

Nadine Hörster