

Jörg Sackmann

Dienstag, 20. Oktober 2015

**Dreierlei Kohlroulade im Speckmantel mit Oliven-Kartoffel-Püree, Rezept für 4 Personen****Zutaten****Für die Kohlrouladen:**

1 kleiner	Spitzkohlkopf
1 kleiner	Chinakohl
1 kleiner	Rotkohl
1 EL	Essig
3 EL	Butter
etwas	Salz
150 g	Tomaten
70 g	schwarze Oliven
2	Zwiebeln
200 g	Toastbrot
1	Ei
3 Zweige	Bohnenkraut
1/2 Bund	glatte Petersilie
etwas	weißer Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskatnuss
8 Scheiben	Speck, dünn geschnitten
300 ml	Gemüsefond

**Für das Oliven-Kartoffelpüree:**

600 g	Kartoffeln, mehlig kochend
100 ml	Milch
50 ml	Sahne
50 ml	Olivenöl
etwas	Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskat

**Zubereitung**

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

**Für die Kohlrouladen**

Den Strunk von den Kohlköpfen herausschneiden und die Außenblätter entfernen. Die Krautköpfe in einzelne Blätter zerlegen und Spitzkohl und Chinakohl in reichlich Salzwasser kochen, bis die Blätter gar sind. Rotkohlblätter in Salzwasser mit einem Schuss Essig kochen, damit die Blätter rot bleiben. Alle Kohlblätter kalt abschrecken und die großen Blätter für die Rouladenhülle auf einem Tuch trocken legen. Die restlichen Kohlblätter fein schneiden.

Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Oliven entkernen und in Würfel schneiden, Zwiebel schälen und fein würfeln. Gehackte Kohlblätter zusammen mit den Tomaten, Oliven und Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 EL Butter und etwas Wasser langsam weich dämpfen. Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in 1 EL Butter goldbraun rösten. Das Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen. Bohnenkraut und Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.

Gemüsewürfel mit den Kräutern und dem Eigelb vermischen, die Hälfte der Toastbrotwürfel dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und zuletzt das geschlagene Eiweiß darunter heben. Je ein Weißkrautblatt, Rotkohlblatt und Chinakohlblatt der Reihe nach übereinander legen, 1 Löffel der Gemüsemasse darauf geben, zu einer Roulade einschlagen und eine Speckscheibe um die Roulade wickeln. Die Rouladen eng aneinander in eine ausgebutterte, feuerfeste Form setzen, leicht salzen und mit Gemüsefond beträufeln. Im vorgeheizten Ofen b ca. 25 Minuten garen.

### **Für das Kartoffelpüree**

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit Salzwasser weich kochen. Milch, Sahne und Olivenöl erwärmen. Kartoffeln abschütten und durch eine Presse drücken. Sahne-Milch und Olivenöl untermischen, mit dem Kochlöffel verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Kohlroulade auf den Teller geben, Oliven-Kartoffelpüree als Nocke aufsetzen und mit den gerösteten restlichen Brotwürfel bestreuen.

Pro Portion: 552 kcal / 2312 kJ

58 g Kohlenhydrate, 17 g Eiweiß, 24 g Fett