

**Motto: „Gefüllt, gerollt: Rouladen“ – Esskastanien, Fenchel, Rindfleisch**

**Rezept von Andrea und Roman Benkart**

**Montag, den 19.11.2018**

**Rinderrouladen mit Fenchel-Risotto und Fenchelchips**

**Zutaten für 6 Personen**

**Zutaten**

**Für die Rinderrouladen**

6 Rouladen vom Rind  
2 Zwiebel  
3,5 Essiggurken  
12 Scheiben Frühstücksspeck  
1 Karotte  
0,25 Fenchelknolle  
250 ml Rinderfond  
Suppengemüse (Knollensellerie, Karotte, Lauch, Petersilie)  
100 ml Rotwein  
1 Dose gehackte Tomaten  
Senf, mittelscharf  
Salz  
Pfeffer  
2 Lorbeerblätter  
Wacholderbeeren  
Rosmarin  
Butter und Mehl zum Andicken

**Für das Fenchel- Risotto**

250g Risotto-Reis  
1 kleine Fenchelknolle  
1 Kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
750 ml Gemüsebrühe  
2 EL Butter  
50g Parmesan Käse  
1 EL frische Zitronensaft  
Salz, Pfeffer  
50ml trockener Weisswein

**Für den Maronen-Ziegenkäse Salat**

500 g Frische Salat Blätter  
1 Packung Maronen vorgekocht und geschält  
100g Ziegenkäse  
150 g Butter  
4 EL Honig

**Für die Salatsoße**

2 EL Olivenöl  
1 EL Senf  
1,5 EL Honig  
Salz, Pfeffer  
Apfel Essig

## Für die Fenchel-Chips

1,5 Fenchel  
80 g Mehl  
Bratöl

### Zubereitung:

1. **Rinderrouladen** waschen und je nach Dicke flach klopfen. Fleisch leicht salzen und mit Senf bestreichen. Auf den Rouladen 2 Scheiben Frühstücksspeck und Karotten, Fenchel und Essiggurken in klein geschnittene Streifen nach Belieben darauflegen. Rouladen aufrollen und mit Küchengarn zubinden.
2. In einem großen Topf Bratöl erhitzen und die Rouladen mit gehackten Zwiebeln scharf anbraten. Die angebratenen Rouladen aus dem Topf herausnehmen und die Zwiebel mit dem Bratensud mit Rotwein ablöschen.
3. Die Rouladen mit dem Rinderfond, das klein geschnitten Suppengemüse, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter, Rosmarin und eine Dose gehackte Tomaten wieder dazugeben. Mit Wasser bis die Rouladen bedeckt sind auffüllen.
4. Die Rouladen ca. 90 min bei niedriger Hitze im Topf schmoren lassen. Bei Bedarf Wasser nachgießen. Anschließend die Rouladen rausnehmen und warm stellen. Die Soße durch ein Sieb geben und aufkochen. Butter und Mehl in einem separaten Topf zu einem dicken Brei mischen.
5. In die kochende Soße geben bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Rotwein abschmecken.
6. **Für das Risotto** Fenchelknollen putzen und klein würfeln. Gemüsebrühe erhitzen und warmhalten. Die Butter im Topf schmelzen, Fenchel und gehackte Zwiebel darin glasig dünsten. Risotto Reis zugeben und 2 min. mit dunsten. Mit 50 ml trockenem Weißwein ablöschen und vollständig einkochen lassen. So viel heiße Brühe zugießen, dass der Reis vollständig bedeckt ist. Offen bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren garen bis der Reis bissfest gekocht ist. Dabei immer wieder etwas heiße Brühe zugießen, sobald sie vom Reis fast aufgesogen wurde. Butter und Parmesan zugeben und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Maronen in Würfel schneiden. Butter in der Pfanne schmelzen lassen, den Honig hineingeben, beides miteinander verrühren und auch die Maronen in die Pfanne geben. Die Maronen bei niedriger Hitze in der Butter-Honigsoße schwenken und glasieren. 5-10 anbraten dann auf die Seite stellen.
8. **Für die Fenchel-Chips** den Fenchel in dünne Scheiben hobeln, in kochendem Salzwasser 3-4 Sekunden blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. In Mehl wenden und in Bratöl frittieren. Vor dem Servieren leicht salzen.

