

## Kochen - Saure Rouladen-Stimmungsröte

Den Kochlöffel schwank „Ingo“

### Das Rezept und die Zutaten:

(Für etwa 4 Personen. Kosten der Zutaten liegen bei etwa 15 €.)

4 Rouladen, 1 Tube Tomatenmark, 1 Glas Senf, 200 g Sauerkraut, 400 g Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 400 g fetten Speck, 2 Äpfel, 1,3 kg Kartoffeln, 1 Glas Rotkohl (700 g frischen), 0,2 l Rotwein (lieblich), 0,75 l Wasser, Salz, Pfeffer, Curry, Paprika (Edelsüß), Maggi, Korianderkraut.

### Zubereitung:

Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 400 g fetten Speck, 2 Äpfel, 1,3 kg Kartoffeln (schälen) klein schneiden.



Die **Rouladen** mit Salz, Pfeffer, Curry, Paprika (Edelsüß) würzen und mit Senf und Tomatenmark bestreichen. In der Reihenfolge fein und gleichmäßig belegen mit Speck, Knoblauch, Zwiebel, Korianderkraut, Sauerkraut. Zusammenrollen und mit einer Rouladennadel jeweils verschließen.

In ausgelassenen Speck scharf anbraten. Restzwiebel dazu geben und mit Wasser ablöschen und dann im Dampfkochtopf ca. 30 min fertigkochen. Den Topf öffnen, die Rouladen aus dem Sud entnehmen, der Sud wird mit Tomatenmark, Maggi und einer geriebenen Kartoffel zu einer Souße angedickt. Abschmecken evtl nachwürzen. Fertig!

Die **Kartoffeln** in Salzwasser ca. 20 min fertig kochen.

**Rotkohl:** Fein Speck auslassen, die Äpfel dazu geben und kurz scharf anbraten/köcheln lassen, mit den



Rotwein ablöschen, evtl. mit etwas Zucker abschmecken. Ca. 20 min. fertig köcheln lassen. Anrichten. Guten Appetit!