

Omas Rinderrouladen im Ofen zubereitet



Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Rouladen

- 8 Gewürzgurken
- 4 Schalotten
- 8 Scheiben Rouladenfleisch, à 160 g
- 8 TL Senf, mittelscharf
- 8 Scheiben Speck
- 2 EL Butterschmalz
- 1 EL Tomatenmark
- 500 ml Rotwein
- 500 ml Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 50 g kalte Butter
- Salz und Pfeffer
- 2 TL Speisestärke

Für die Soße

- 8 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- Ausserdem
 - ½ Bund Petersilie
 - Fleischklopfer
 - Bratengarn oder Rouladennadeln

Nährwerte

Pro 100 Gramm

136 kcal
9 g Eiweiß
9 g Fett
2 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 30 Minuten, zzgl. 2 h Garzeit

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Für die Rouladen Gewürzgurken vierteln. Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. 1. Falls nötig, Fleisch scheibenweise zwischen 2 Bögen Backpapier oder Klarsichtfolie auf 0,5-0,7 cm plattieren.
3. Jeweils einen Teelöffel Senf auf einer Scheibe Fleisch verstreichen und der Länge nach mit Speck belegen. Gewürzgurken und Schalotten darauf verteilen.
4. Äußere Seiten einklappen und Rouladen mit Spannung aufrollen. Mit Bratengarn oder Rouladennadeln fixieren.
5. Butterschmalz in einem Bräter erhitzen. 4. Rouladen mit Salz würzen und im Fett von allen Seiten scharf anbraten, aus dem Bräter nehmen.
6. Für die Soße Schalotten und Knoblauch schälen. Knoblauch andrücken, Schalotten je nach Größe halbieren.
7. Schalotten und Knoblauch in den Bräter geben und ca. 1 Minute anbraten. Tomatenmark dazugeben und 30 Sekunden mit anbraten. Mit Rotwein ablöschen und einmal aufkochen lassen. R7. Rouladen und Lorbeerblatt dazugeben und mit Rinderbrühe bedecken. Im geschlossenen Bräter im heißen Ofen ca. 2 h garen.
8. Nach Ende der Garzeit mit einer Fleischgabel in eine Roulade stechen. Wenn Sie keinen Widerstand spüren, sind die Rouladen fertig. Ansonsten in 15-Minuten-Schritten weitergaren.
9. Rouladen aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.
10. Soße durch ein Sieb passieren, dabei Schalotten aufbewahren. Soße aufkochen lassen. Stärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und Soße abbinden. Mit Salz sowie Pfeffer abschmecken und kalte Butter mit einem Schneebesen einrühren.
11. Petersilie waschen, trocknen und Blättchen grob hacken.
12. Zum Anrichten Rouladen und Schalotten zurück in den Topf geben und warmziehen lassen. Mit Petersilie garnieren.



REISER RÄT

Für eine alternative Füllung können Sie anstelle von Gewürzgurken und Speck, blanchierte Spinatblätter und Feta in die Roulade einrollen. Durch die Zugabe von Basilikum, Oregano und Thymian in der Soße erhält das Gericht eine mediterrane Note.

