


Rinder-Rouladen

29. Januar 2012 |  Autor [Leroy](#)



Hallo Welt,

die beste Ehefrau von allen und ich standen am vergangenen Freitag beim Metzger Wolbert in Dielheim und da der Laden voll war, las ich den “Lukullus”, vermutlich das Pendant der “Bäckerblume” oder der “Apothekenrundschau”, nur eben für Metzgereien. Generell hat das Heftchen immer ein Thema, diesmal war es “Gerollte Vielfalt”... Auf Seite 5 dann gleich “Klassische Rinderrouladen” – das sah gut aus und sprach mich an.

Also erwarben wir in Folge einige Scheiben Rindfleisch aus der Oberschale und legten los.

Die Zutaten:

- 1,5 kg Rindfleisch (aus der Oberschale) in dünnen Scheiben (8)
- 1 Glas Senfgurken
- 5 mittlere Zwiebeln
- 1 kleine Dose Tomatenmark
- 2 EL Paprikapulver
- ca. 250 ml Wasser
- 1 gehäufter EL Fleischbrühpaste
- 2 Packungen Tulip Frühstücksspeck
- Pfeffer, Salz
- Senf, mittelscharf
- Pflanzenöl
- 250 ml Rotwein

Die Zubereitung:

- 3 bis 3 1/2 Zwiebeln häuten und in dünne Scheiben schneiden, den Rest würfeln
- 6-8 Gurken in dünne Scheiben schneiden



- Das Fleisch waschen und trocken tupfen
- Jedes Stück Fleisch zunächst auf einer Seite salzen und pfeffern, dann mit Senf bestreichen



- Dann 2 Scheiben Frühstücksspeck auflegen
- Darauf von unten (ist nachher innen) nach oben erst Gurken und dann Zwiebeln auflegen



- Einrollen und mit Fleischnadeln fixieren



- Die Rouladen dann in einem Bräter in Pflanzenöl von allen Seiten heiß anbraten



- Aus dem Bräter nehmen und beiseite stellen (z.B. in einer Auflaufform)
- Die Zwiebeln im gleichen Bräter anbraten, dann den Fond mit etwas Rotwein ablöschen
- Tomatenmark und restlichen Rotwein hinzu geben und zum köcheln bringen
- Einen Teil das Wassers hinzugeben und darin die Fleischbrühpaste auflösen
- Die Rouladen wieder in den Bräter geben, mit dem restlichen Wasser so ausgleiche, dass die Rouladen nicht ganz bedeckt sind
- Auf kleiner Flamme ca. 1,5 h simmern lassen, dabei gelegentlich einen kleinen Schwapp Wasser/ Wein dazu geben und die Rouladen 2-3 mal wenden



- Die Sauce notfalls am Schluss abbinden (war bei uns nicht nötig), dazu vorher die Rouladen entnehmen, warm stellen und die Sauce kurz aufkochen und mindestens 3 min. kochen lassen



- Dazu passen sehr gut Spätzle, wir haben unsere in Butter warmgebacken



Guten Appetit wünscht Ihnen wie schon so oft

Ihr Leroy 😊 📁 Veröffentlicht in [Fleisch](#) | 📄 Schlagworte: [Metzgerei Wolbert](#), [Rindfleisch](#), [Spätzle](#)

