

Informationen zur Sendung vom 23.09.2025

Kohlrouladen

Von Ulla Scholz

Zutaten (4 bis 5 Personen)

Kohl

1 großer Weißkohl
2 Lorbeerblätter
1 TL Kümmel
Salz

Sauce

150 g Speck (geräuchert und durchwachsen)
150 g Zwiebeln
1 EL Öl

Füllung

400 g Gehacktes (halb und halb)
1 altbackenes Brötchen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Ei
frische Petersilie
Pfeffer
Salz

Zubereitung

Einen großen Topf mit Wasser erhitzen und mit Salz, Lorbeerblättern und Kümmel würzen. Die äußeren Blätter des Kohlkopfes, die nicht so perfekt aussehen, abziehen. Mit einem spitzen Messer den Strunk keilförmig herausschneiden. Den Kohlkopf in das kochende Wasser geben und circa vier Minuten blanchieren. Den Kohl herausheben, in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Nun lassen sich die ersten Blätter problemlos im Ganzen ablösen. Wenn sich die Blätter dann wieder schwerer abziehen lassen, den Kohl erneut ins heiße Wasser legen und weitere drei bis vier Minuten köcheln lassen. Dann erneut weitere Blätter lösen und auf ein ausgebreitetes Küchenhandtuch legen.

Für die Füllung das Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Zwiebeln und Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie fein hacken. Das Brötchen gut ausdrücken. Alle Zutaten zum Hackfleisch geben, mit Salz und Pfeffer würzen und die Masse gründlich vermischen.

Aus den Kohlblättern die dicke, mittlere Rispe herausschneiden. Die Füllung mit angefeuchteten Händen zu einem länglichen Kloß formen und in der Mitte des Blattes platzieren. Die Seiten einschlagen und vom unteren Ende her zusammenwickeln. Die Rolle in die Mitte eines zweiten Blattes legen und erneut wickeln. Auch ein drittes Blatt wäre möglich – das ist reine Geschmackssache. Nun ein sauberes Küchenhandtuch nehmen und Roulade für Roulade einwickeln. Danach die Enden fest zusammendrehen. So tritt etwas Flüssigkeit aus und die Rolle hält zusammen, ohne dass später extra mit Kordeln oder Klammern fixiert werden muss.

Einen Bräter ausbuttern oder einölen und die Kohlrouladen mit der runden Seite nach oben hineinlegen. Die Oberfläche buttern und etwas Sud, der vom Blanchieren übrig ist, angießen. Bei 180 Grad für circa 35 Minuten im Backofen schmoren.

Informationen zur Sendung vom 23.09.2025

Kohlrouladen

Von Ulla Scholz

Für die Sauce Speck- und Zwiebelwürfel schneiden. Den Speck in Öl anbraten und etwas später die Zwiebelwürfel zugeben. Wenn die Kohlrouladen fertig sind, werden sie aus der Form gehoben. Den Bratensud durch ein Sieb zu den Speckzwiebeln geben. Wer etwas Bratenfond eingefroren oder übrig hat, gibt ihn zur Sauce und kocht noch einmal gründlich auf. Man kann auch aus Röstgemüse extra eine Sauce zum Verlängern kochen. Siehe Küchentipps.

Anrichten

Die Kohlrouladen mit Sauce überglänzen. Als Beilage schmecken Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree.

Ullas Küchentipps

Sauce aus Röstgemüse

Zutaten

150 g Möhren
150 g Sellerie
150 g Zwiebeln
1-2 Knoblauchzehen
2 EL Tomatenmark
2 Lorbeerblätter
1 TL Paprikapulver
Salz
Pfeffer
Pflanzenöl zum Anbraten

Zubereitung

Möhren, Sellerie, Zwiebeln und Knoblauch schälen, dann grob würfeln. In einem Topf etwas Öl erhitzen und Gemüsestücke zugeben. Alles gründlich anschwitzen, dann das Tomatenmark zugeben, verrühren und auch kurz mitbraten. Mit dem Kohlwasser, das vom Blanchieren übriggeblieben ist, ablöschen und die Sauce so lange reduzieren lassen, bis sie wieder röstet. Abermals ablöschen. Diesen Vorgang mehrmals wiederholen. So entwickelt sich ein kräftiges Aroma. Zuletzt mit etwas mehr Flüssigkeit aufgießen und die Gewürze zugeben. Etwas kochen lassen und anschließend durch ein Sieb passieren und weiterverwenden.

Was passiert mit dem Kohl, der übrigbleibt?

Da der Weißkohl schon von außen blanchiert wurde, sollte er zügig weiterverarbeitet werden. Zum einen könnte man davon einen deftigen Eintopf kochen und diesen für eine weitere Mahlzeit einfrieren. Zum anderen ist auch ein Weißkohlsalat eine Option und hält sich ein paar Tage frisch, wenn er im Kühlschrank aufbewahrt wird.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!