

Rezept

Kohlrouladen mit Steinpilz-Kartoffelpüree

Ein Rezept von Kohlrouladen mit Steinpilz-Kartoffelpüree, am 06.06.2026

Zutaten

100 g Dinkelkörner	Salz
8 große Weißkohlblätter	50 g Haselnusskerne
1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	100 g Schafkäse (Feta)
1/2 Bund glatte Petersilie	1 TL Thymianblättchen
1 Ei (Größe M)	Pfeffer
200 ml Gemüsebrühe (Instant)	100 g Crème fraîche
800 g mehlig kochende Kartoffeln	10 g getrocknete Steinpilze
1/8 l Milch	50 g Butter
Salz	Pfeffer
Muskatnuss, frisch gerieben	Küchengarn

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 625 kcal

Zubereitung

1. Für die Rouladen Dinkel über Nacht kalt einweichen. Am nächsten Tag im Einweichwasser mit etwas Salz aufkochen und 20 Min. kochen lassen. Neben dem Herd 40 Min. quellen lassen. In ein Sieb abgießen, abtropfen lassen. Inzwischen in einem großen Topf Salzwasser aufkochen. Die Kohlblätter 2-3 Min. darin blanchieren. In einem Sieb kalt abschrecken, abtropfen lassen. Blätter nebeneinander auf der Arbeitsfläche ausbreiten, dicke Rippen flach schneiden.
2. Haselnusskerne grob hacken, ohne Fett kurz anrösten, zum Dinkel geben. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Im Öl 3-4 Min. andünsten. Schafkäse zerkrümeln, mit Zwiebel und Knoblauch zum Dinkel geben. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen hacken und mit dem Thymian und dem Ei zur Dinkelfüllung geben. Alles gut vermengen und herzhaft mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils 1 geh. EL Füllung auf die Kohlblätter geben. Die Blattränder seitlich einschlagen, dann die Kohlblätter mit der Füllung aufrollen und mit Küchengarn umwickeln.
3. Ofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Kohlrouladen mit der »Naht« nach unten in eine Auflaufform setzen, Brühe angießen. Rouladen im heißen Ofen (Mitte) 20-25 Min. garen.
4. Für das Püree Kartoffeln schälen und zerkleinern. Pilze nach Belieben etwas kleiner schneiden. Beides in kochendem Salzwasser in 15-20 Min. weich kochen. Abgießen, etwas Kochflüssigkeit auffangen. Milch erwärmen. Kartoffeln und Pilze mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken, Milch und Butter unterrühren. Kochflüssigkeit einrühren, bis das Püree schön cremig ist. Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

5. Kohlroutaden aus der Auflaufform nehmen, Kochflüssigkeit mit Crème fraîche verquirlen und nach Belieben leicht nachwürzen. Kohlroutaden sofort mit Sauce und Püree servieren.