

## Rezept

# Rindsrouladen

Ein Rezept von Rindsrouladen, am 28.04.2024

## Zutaten

<b>4</b> Rinderrouladen (à ca. 150 g)	<b>50 g</b> durchwachsener Räucherspeck
<b>100 g</b> mageres Rinderhackfleisch (Tatar)	Salz
Pfeffer	je 1/4 TL Ingwer- und Nelkenpulver
<b>2-3 EL</b> Mehl	<b>1</b> Zwiebel
<b>1</b> Möhre	<b>4 EL</b> Butter
<b>2 TL</b> Zucker	<b>400 ml</b> Rindfleischbrühe
<b>1 EL</b> gehackte Petersilie	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

## Zubereitung

1. Rouladen ausbreiten, mit der flachen Seite des Fleischklopfers leicht klopfen, mit Küchenpapier trocknen. Speck sehr fein würfeln oder durch den Fleischwolf drehen. Speck mit Hackfleisch, Salz, Pfeffer, Ingwer- und Nelkenpulver vermischen. Hackfleischmischung auf die Rouladen verteilen, aufrollen und die Enden mit Rouladennadeln feststecken oder mit Küchegarn binden. Rouladen außen leicht salzen und pfeffern, in Mehl wenden. Zwiebel und Möhre schälen, ganz klein würfeln.
2. Im Schmortopf Butter erhitzen. Die Rouladen darin bei mittlerer Hitze in ca. 12 Min. rundherum anbräunen. Zwiebel- und Möhrenwürfel dazugeben, in ca. 5 Min. ganz leicht bräunen. Zucker darüber streuen, nach und nach die Fleischbrühe angießen, den Bratensatz unter Rühren lösen.
3. Rouladen zugedeckt bei ganz schwacher Hitze ca. 1 1/2 Std. schmoren, dabei ab und zu umrühren und bei Bedarf Wasser ergänzen, die Sauce soll zum Schluss recht dickflüssig sein. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Petersilie bestreut servieren.