

## Rezept

# Rindsrouladen mit Speck-Gurken-Füllung

Ein Rezept von Rindsrouladen mit Speck-Gurken-Füllung, am 09.06.2026

## Zutaten

|  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| <b>6 Scheiben</b> Rindsroulade (à ca. 180 g)         | <b>2 1/2 EL</b> Dijon-Senf           |
| Salz   | Pfeffer                              |
| <b>3</b> dicke Scheiben magerer Räucherspeck (100 g) | <b>3</b> Zwiebeln                    |
| <b>100 g</b> Essiggurken (aus dem Glas)              | <b>3 EL</b> Mehl                     |
| <b>1</b> große Möhre                                 | <b>150 g</b> Knollensellerie         |
| <b>1/2 Stange</b> Lauch                              | <b>6 EL</b> Sonnenblumenöl           |
| <b>100 ml</b> Rotwein (ersatzweise Brühe)            | <b>400 ml</b> Rinderbrühe oder -fond |
| Holzspieße oder Rouladenklammern                     |                                      |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal

## Zubereitung

1. Die Rouladen zwischen zwei Blättern Frischhaltefolie mit dem Fleischklopfer dünn und flach klopfen (geht auch mit dem Nudelholz). Gleichmäßig mit dem Senf bestreichen, salzen und pfeffern.

---

2. Den Speck quer in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln schälen und längs halbieren. 1 Zwiebel längs in schmale Streifen schneiden, den Rest fein würfeln. Die Essiggurken der Länge nach in dünne Stifte schneiden. Speck-, Gurken und Zwiebelstreifen quer über die gesamte Länge der Rouladenstücke verteilen, dann die Rouladen so eng und gleichmäßig wie möglich aufrollen und mit Spießchen oder Klammern feststecken. Die Rouladen salzen und pfeffern und rundum mit Mehl bestäuben, überschüssiges Mehl abklopfen.

---

3. Möhre und Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden. 3 EL Öl in einem Bräter oder breiten Topf erhitzen, die Rouladen darin rundherum bei starker Hitze 2 Min. anbraten, herausnehmen.

---

4. Das übrige Öl in den Bräter geben. Die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze andünsten. Das Gemüse dazugeben und weitere 4-5 Min. unter Rühren dünsten. Dann mit der Hälfte vom Wein ablöschen. Sobald der Wein verdampft ist, den Rest dazugießen und ebenfalls verdampfen lassen. Nun die Brühe dazugießen, alles salzen und pfeffern. Die Rouladen in den Topf legen und zugedeckt bei schwacher Hitze 1 Std. 30 Min. garen, dabei mehrmals wenden. Die fertigen Rouladen aus dem Topf nehmen und in Alufolie schlagen. Die Sauce bei starker Hitze 2-3 Min. einkochen lassen, dann durch ein Sieb streichen. Die Rouladen in die Sauce legen und darin heiß werden lassen.