

Martina & Moritz | Omas Krautwickel / Kohlrouladen

Kohlrouladen oder Krautwickel – das ist mundartlich verschieden. Kraut nennt man die Köpfe im Süden, Kohl heißen sie im Norden des Landes.

Zutaten für 6 Personen:

- 1 mittelgroßer Weißkohlkopf, ca. 1 kg
- 2 - 3 EL Öl oder Butterschmalz
- ca. ¼ l Brühe
- ca. 200 g Sahne, Schmand oder Crème fraîche
- Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie oder Schnittlauch

Für die Füllung:

- 500 g Hackfleisch (nach Gusto gemischt: Schwein und Rind)
- 1 altes Brötchen
- ca. ⅓ l Milch
- 1 große Zwiebel
- 2- 3 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 3 - 4 Anchovis/Sardellen
- 1 EL Delikatesspaprika
- 2 - 4 EL kleine Kapern
- 1 - 2 EL Cornichons (wer sie mag)
- 1 - 2 EL getrockneter Majoran
- ½ - 1 EL Kümmel
- 1 TL Senf
- 1 Ei
- 2 EL Butter
- Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Cayennepfeffer

Zubereitung:

Den Kohlkopf putzen, welke und beschädigte Blätter entfernen. Um ihn in einzelne Blätter zu zerlegen, muss man den ganzen Kopf in kochendes Wasser tauchen, nach 1 – 2 Minuten herausheben, in kaltem Wasser abkühlen – vorsichtig die Blätter ablösen, darauf achten, dass sie nicht reißen. Kohl immer

wieder ins kochende Wasser geben, bis man genügend Blätter abgelöst hat. Man rechnet pro Roulade 2, 3 oder auch 4 Blätter.

Die Blätter sauber zuschneiden, vor allem die Strünke flach oder sogar ganz herausschneiden. Das ist dann besonders wichtig, wenn sie sehr faserig sind. Zum Füllen an dieser Stelle so übereinanderlegen, dass eine geschlossene Fläche entsteht.

Für die Füllung das Brot in kleine Würfel schneiden, in einer Schüssel mit der warmen Milch begießen und gründlich durchweichen lassen.

Zwiebel schälen, sehr fein in kleine Würfel schneiden und im heißen Fett weich dünsten. Den fein gewürfelten Knoblauch erst nach einigen Minuten zufügen, damit er nicht dunkel wird. Ganz zum Schluss die gehackte Petersilie untermischen. Sie soll ein wenig zusammenfallen. Auch die Anchovis jetzt fein gehackt in den Topf geben.

Dieses Gemisch mit den eingeweichten, zerpfückten Brötchen (wenn nötig ausdrücken) und dem Hackfleisch in eine Schüssel füllen. Die Hälfte der fein gehackten Kapern und Cornichons zufügen. Alles mit Salz, Pfeffer, Muskat, Paprikapulver sowie Cayennepfeffer, Senf, Majoran und Kümmel würzen. Alles gründlich miteinander verkneten und nochmal abschmecken. Die Füllung muss sehr kräftig sein, denn sie soll ja auch die Kohlblätter mit ihrer Würze versorgen.

Für jede Kohlroulade 1 oder 2 Blätter aufeinanderlegen – je nachdem, wie groß man die Kohlroulade haben will. Jeweils 2 – 3 EL Füllung dazwischen verteilen und so einwickeln, dass nichts herausquellen kann. Gleich große Rouladen formen und mit Küchenzwirn zu Päckchen verschnüren oder wer darauf verzichten will, gibt sie mit der Nahtstelle zuerst ins heiße Fett. Das Eiweiß vom Fleisch sorgt dafür, dass die Päckchen verschlossen bleiben.

Die Rouladen in einem breiten, flachen Schmortopf (sie sollten alle Bodenkontakt haben) im heißen Fett scharf anbraten – sie müssen richtig dunkle Bratspuren zeigen. Das gibt den typischen Geschmack. Erst wenn die Rollen rundum appetitlich gebräunt sind, mit Brühe ablöschen. Zugedeckt auf mittlerer Hitze sanft schmoren. Dabei immer wieder überprüfen, ob genügend Flüssigkeit im Topf ist. Gegebenenfalls mit einem Schuss Brühe ablöschen.

Nach etwa 20 bis 30 Minuten – je nach Größe der Rollen – müssten diese gar sein (sie bieten auf Fingerdruck Widerstand). Wer den Kohl nicht so knackig, sondern lieber weicher hat, muss die Krautwickel noch eine weitere 1/2 Stunde schmurgeln lassen.

Die Rouladen herausnehmen. Sahne oder Crème fraîche zufügen und kurz aufkochen. Restliche Kapern und Cornichons einrühren. Sauce nochmals abschmecken, eventuell mit einer Prise Zucker abrunden. Die Sauce über die Rouladen gießen und heiß servieren.

Tipp:

Für eine festere Bindung den Schmorsud in ein Töpfchen abgießen. Sahne und restliche Brühe zufügen. Sprudelnd einige Minuten einkochen. Dann 1 Eigelb mit einigen Löffeln Sauce glatt quirlen und in die Sauce rühren. Jetzt nur noch erhitzen, bis die Sauce schön cremig bindet. Auf keinen Fall ins Kochen geraten lassen, weil sonst das Eigelb gerinnt.

Beilage:

Kartoffel-Püree

Kartoffeln (eine mehligere Sorte wie Bintje, Laura oder Marabel) bürsten und 1/2 Stunde gar kochen, abgießen. Zweifingerhoch Milch in den heißen Topf gießen. Ein Stück Butter, Salz und Muskat dazu. Die gepellten Kartoffeln durch die Presse hinzugeben. Mit einer Gabel oder einem Holzlöffel aufschlagen, bis das Püree duftig und locker ist.

Rezept: Martina Meuth & Bernd Neuner-Duttenhofer

Quelle: Kochen mit Martina und Moritz vom 13.01.2018

Episode: Kohlrouladen und Krautwickel