

# Rinderrouladen mit Gemüsefüllung

Fleisch-Gerichte » Rind » Rinder-Rouladen

## Zutaten (4 Personen)

- » 4 Rinderrouladen
- » Salz & Pfeffer
- » 4EL Meerrettich
- » 4 Scheiben Kochschinken
- » 1 Möhre(n)
- » 1 Schalotte(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 1EL Mehl
- » 2EL Butterschmalz
- » 1/2TL getr. Majoran
- » 250ml Instant-Fleisch-Brühe
- » 3EL Crème fraîche
- » 2EL geh. Petersilie
- » 1EL geh. Schnittlauch

## Bewertung



### Beschaffung

in jedem Discounter



### Kosten

11-15€



### Schwierigkeitsgrad

Fortgeschrittene



### Warte-Zeit

61-120min



### Zubereitungszeit

91-120min

## Zubereitung

### Vorbereitung

- Fleisch abbrausen, trockentupfen
- Möhre schälen, in Stifte schneiden
- Schalotte abziehen, hacken
- Knoblauch abziehen, hacken
- Kräuter waschen, hacken

### Fertigstellung

- Fleisch salzen und pfeffern
- mit Meerrettich bestreichen und Schinken belegen
- Knoblauch, Schalotte und Möhre auf dem Fleisch verteilen
- Fleisch aufrollen und fixieren
- Rouladen in Mehl wenden
- Fleisch in heißem Fett ringsum anbraten
- Brühe und Majoran zugeben
- zugedeckt ca. 90 min schmoren lassen
- Fleisch warm stellen
- Crème fraîche in den Fond rühren
  
- Rouladen mit Soße anrichten
- mit Kräutern bestreut servieren

Nährwerte: 300kcal/E28g/F18g/KH7g pro Portion

## Rezept-Foto



angelegt am: 28.05.2003

Rezept-Nr: 321

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke