

## Vegetarische Wirsing-Roulade mit Kartoffeln und Gemüse

Björn Freitags Geheimtipp, um aus Fleischfans Gemüseliebhaber zu machen. Dank Fertig-Kloßteig aus dem Kühlregal geht dieses Gericht blitzschnell von der Hand.



### Für die Wirsing-Roulade:

#### Zutaten für 3 Personen:

- 1 Wirsing
- 1/3 Bund Petersilie
- 500 g Kloßteig
- 100 g Feta
- 1 Zwiebel
- 1/4 Sellerieknolle
- 1 Karotte
- 3 frische Lorbeerblätter
- 20 ml Sahne
- 400 ml Gemüsefond
- 1 Zweig Rosmarin
- 3 EL Kartoffelstärke
- Rapsöl
- Chilipulver
- Salz
- Pfeffer

**Zubereitung:**

- Den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Zunächst die welken Blätter des Wirsings entfernen. Dann für die Rouladen sechs frische große Blätter am Strunk abschneiden. Den unteren, dicken Teil des Strunks keilförmig herausschneiden.
- Zum Blanchieren der Blätter einen Liter Salzwasser zum Kochen bringen. Kocht das Wasser einmal auf, Herd ausschalten und Wirsingblätter für 2 Minuten hineinlegen. Blätter mit kaltem Wasser abschrecken.
- Petersilie waschen, trockenschleudern und feinhacken.
- Für die Füllung Kloßteig, Feta und Petersilie verkneten und mit Chilipulver, Salz und Pfeffer abschmecken.
- Zwei Wirsingblätter mit der rauen Seite nach oben zur Hälfte übereinander legen und eine Handvoll Kartoffel-Feta Masse mittig darauf verteilen. An den Seiten einen ca. 2 cm breiten Rand lassen, um die Roulade einrollen zu können.
- Die Füllung zunächst mit der langen Seite des Blattes einrollen, dann links und rechts einfallen und weiter einrollen. Roulade mit einem Stück Küchengarn fixieren. Die anderen Rouladen ebenso füllen und rollen.
- Einen Schuss Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Die Rouladen bei geschlossenem Deckel von beiden Seiten für jeweils 5 Minuten anbraten.
- In der Zwischenzeit Zwiebel, Sellerie, Knoblauchzehe und Karotte grob zerkleinern.
- Sind die Rouladen gold-braun angeröstet, aus der Pfanne nehmen. Nun das geschnittene Röstgemüse in der Pfanne mit einem Schuss Rapsöl für ca. 10 Minuten unter Rühren anrösten.
- Herd auf mittlere Stufe stellen. Rouladen auf das gold-braune Röstgemüse legen.
- Lorbeerblätter dazugeben. An den Rouladen vorbei das Röstgemüse mit der Gemüsebrühe und einem Schuss Sahne ablöschen. Mit einer Prise Pfeffer würzen.
- Deckel drauf und das Ganze für 30 Minuten bei 230°C Ober-/Unterhitze im Ofen garen.
- Das Garn von den fertigen Rouladen entfernen.
- Den restlichen Pfanneninhalt in ein Sieb geben, die Flüssigkeit in einem Topf auffangen.
- Mit einer Kelle das Röstgemüse in dem Sieb ausdrücken.
- Einen Zweig Rosmarin zur Flüssigkeit geben und einmal aufkochen lassen.
- Zur Bindung 3 EL Kartoffelstärke mit 3 EL kaltem Wasser in einer kleinen Schüssel glattrühren.
- Ca. 2 EL der Stärkemischung unter die Soße rühren und kurz aufkochen lassen.

**Wirsinggemüse mit Kartoffeln:**

Das Gemüse passt perfekt zu den Rouladen. Während die äußeren Blätter die Rouladen bilden, werden die zarten inneren Blätter für das Gemüse verwendet.

**Zutaten für 3 Personen:**

- ½ Wirsingkopf
- 1 Zwiebel
- 15 ml Sahne
- 500 g Kartoffeln, festkochend
- Salz und Pfeffer
- Kümmel
- Rapsöl

**Zubereitung:**

- Den Strunk des Wirsings herausschneiden. Die Blätter in feine Streifen schneiden.
- Zwiebel schälen, fein würfeln.
- Das Gemüse mit einem Schuss Rapsöl in einem Topf scharf anbraten.
- Mit zwei Prisen Salz, etwas Pfeffer und einer Messerspitze Kümmel würzen.
- Einen Schuss Sahne dazugeben und für ca. 10 Minuten mit aufgelegtem Deckel köcheln
- lassen.
- Kartoffeln schälen, in gleichgroße Stücke schneiden und in Salzwasser garkochen.
- Schließlich die fertigen Zutaten auf einem Teller drapieren und heiß servieren.