

Rezepte zu Kochfilm 8 - Rindsrouladen für die Schwiegereltern

Vorspeise

Chicorée-Salat mit Orangen

Zutaten:

2-3 Chicoree
1-2 Orangen
50 ml Sahne
Salz und Pfeffer

Und so einfach geht's:

Den Salat waschen, sorgfältig schleudern und schneiden, anschließend in eine Schüssel geben. Die Orangen schneiden und mit dem Salat vermengen.
Die Sahne darüber geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hauptgang

Rindsrouladen mit Rotkraut und Spätzle

Zutaten fürs Rotkraut:

1 kg Rotkraut
0,25 l Rotwein
1 Apfel
1 Orange
2 Zwiebeln
3 EL Zucker
1 TL Kümmel
1 Prise Nelken gemahlen
3 EL Öl neutral

Und so einfach geht's:

Rotkraut vom Strunk und groben Außenblättern befreien und fein schneiden. Zwiebeln fein hacken und in etwas Öl anbraten, den Zucker dazu geben und langsam karamellisieren lassen.
Das geschnittene Rotkraut zugeben, mit Salz, Pfeffer, Nelken und Kümmel würzen. Apfel und Orange in kleine Stücke schneiden und ebenfalls hinzugeben, mit Rotwein ablöschen, zugedeckt auf kleiner Flamme weich dünsten. Vor dem Servieren nochmals abschmecken und eventuell nachsalzen.

Zutaten für Rindsrouladen

(für 4 Personen, schmeckt wie bei Mutttern):

4 dünne Scheiben Rinderrouladen
(je 150 – 180 g schwer, am besten gleich beim Metzger dünn klopfen lassen)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
4 TL scharfer Senf
8 dünne Scheiben Räucherspeck
1 große Gewürzgurke
2 Zwiebeln
1 EL Mehl
1 Möhre
2 Stangen Sellerie

Und so einfach geht's:

Die Rouladenscheiben nebeneinander legen, leicht salzen und pfeffern. Dünn mit Senf bestreichen und mit 2 Scheiben Räucherspeck belegen. Die Gewürzgurke längs in feine Streifen schneiden und auf dem Speck verteilen. 1 Zwiebel schälen, halbieren, in Ringe schneiden und draufgeben.
Zum Aufrollen erst mal die Längsseiten leicht nach innen einschlagen, dann von einer Querseite her zu Rouladen rollen. Mit Spießchen feststecken. Mit Mehl bestäuben. Die zweite Zwiebel und die Möhre schälen, in kleine Würfel schneiden. Von den Selleriestangen oben und unten abschneiden, was nicht knackig und frisch aussieht. Stangen waschen und winzig klein würfeln.

Rezepte zu Kochfilm 8 -

Rindsrouladen für die Schwiegereltern

4 EL Öl
2 EL Tomatenmark
1/8 l Rotwein
400 ml Rinderfond oder Brühe
1 Prise Chayennepfeffer

Den Schmortopf rausholen oder eine schwere Pfanne, wichtig ist auf jeden Fall der passende Deckel. Das Öl heiß werden lassen und als erstes die Rouladen rundum scharf anbraten. Salzen, pfeffern, rausnehmen.

In das Bratfett alles gewürfelte Gemüse einrühren und bei mittlerer Hitze anbraten. Das Tomatenmark einrühren, Rotwein angießen und kräftig aufköcheln lassen. Den Fond dazu gießen und die Rouladen nun in den würzigen Sud legen. Deckel zu, ungefähr 1 Stunde bei schwacher Hitze schmoren lassen.

Nach 1 Stunde sind die Rouladen schön zart und mürbe, und im Topf hat sich außerdem eine leckere Sauce gesammelt. Damit die noch sämiger wird und ungehindert eindampfen kann, werden die Rouladen nochmal kurz rausgenommen. Die Sauce wird jetzt im offenen Topf kräftig aufgekocht und gerührt. Dann mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzig abschmecken. Rouladen zurück in den Topf und heiß werden lassen.

Zutaten für Käsespätzle, 4 Personen

(echt basic, echt billig):

200 g Emmentaler
500 g Mehl
4 Eier
Salz
2 Zwiebeln
3 EL Butter
Pfeffer aus der Mühle

Und so einfach geht 's:

Am besten gleich schon mal den Käse reiben – man sollte ein Spätzle nicht warten lassen, wenn es aus dem Wasser steigt.

In einer Schüssel das Mehl mit den Eiern, 1-2 TL Salz und ungefähr ¼ l lauwarmem Wasser locker mischen und so lange rühren, bis ein glatter Teig entsteht, der nicht so fest ist, wie ein Kuchenteig, nicht so dünn, wie ein Pfannkuchenteig, sondern zäh vom Löffel tropft.

Dann den großen Topf mit 3 l Wasser füllen, 1 EL Salz dazu, Deckel drauf und zum Kochen bringen. Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden. Die Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen, die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze goldgelb anbraten, warm halten. Den Backofen schon mal auf 200 Grad vorheizen (oder Umluft 180 Grad) und eine feuerfeste Form reinstellen, in der die Spätzle viel Platz haben.

Das Wasser müsste jetzt kochen: also Deckel auf, Spätzleshobel, Spätzlesdrücker oder einfach ein Plastiksieb auf den Topf stellen. Eine gute Portion des Teiges einfüllen und durch die Öffnungen hobeln, drücken oder (bei der Plastiksieb-Variante) mit einem Kochlöffel durchschaben. Die abtauchenden Teigstreifen mehrere Male kurz aufkochen lassen, bis sie freiwillig wieder nach oben kommen. Das dauert pro Fuhre 3-5 Minuten. Dann die nächste Portion einfüllen. Die oben schwimmenden Spätzle immer mit dem Schaumlöffel aus dem Wasser holen, gut abtropfen lassen und sofort in die heiße Schüssel im Ofen füllen. Jede Schicht pfeffern und mit Käse bestreuen. Oberste Schicht mit den Zwiebeln samt der heißen Butter krönen – den Ofen kurz noch heißer stellen (250/220 Grad) und den König der Sattmacher 5 Minuten überbacken.

Rezepte zu Kochfilm 8 - Rindsrouladen für die Schwiegereltern

Dessert

Bratäpfel aus Omas Kochbuch

Zutaten für 4 Personen –

oder auch 8, je nach Appetit:

2 EL Rosinen
1/8 l Apfelwein oder Aofelsaft
8 kleine feste säuerliche Äpfel
(z.B. Boskoop)
2 EL Zitronensaft
2 EL Butter
50 g Mandelblättchen
1-2 EL Honig,
1/4 TL Zimtpulver
1-2 TL abgeriebene unbehandelte
Zitronenschale

Für die Vanillesauce:

1/2 l Milch
1 TL Speisestärke
1 Päckchen Vanillezucker
das ausgekratzte Mark einer
Vanilleschote
2 Eigelbe (oder 1 ganzes Ei)
3 EL Zucker

Und so einfach geht 's:

Die Rosinen im Apfelwein oder Saft einweichen. Backofen vorheizen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad).

Die Äpfel gut waschen, trockenreiben. Die Kerngehäuse mit einem Messer vorsichtig, aber großzügig rausschneiden, ohne die Äpfel zu zerlegen. Die Höhlungen mit Zitronensaft beträufeln.

Eine feuerfeste Form mit 1 TL Butter ausstreichen. Die Rosinen abtropfen lassen, den Apfelwein oder Saft in die Form gießen. Mandelblättchen grob hacken, mit der restlichen Butter, Rosinen und Honig verrühren, mit Zimtpulver und abgeriebener Zitronenschale würzen. Die ausgehöhlten Äpfel in die Form setzen, mit der Mischung füllen. Knapp 20 Minuten im Ofen braten (Mitte).

Für die Vanillesauce 1/2 l Milch in einem Topf verrühren mit Speisestärke, Vanillezucker und dem ausgekratzten Mark einer Vanilleschote. In einer Tasse die 2 Eigelbe (oder 1 ganzes Ei) mit dem Zucker verquirlen, in die Milch rühren. Dann erst erhitzen und unter viel Rühren fast, aber wirklich nur fast, zum Kochen bringen. Schmeckt warm oder kalt.