

#### Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

#### Schwierigkeit:

gut machbar

#### Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Stk. Rindsschnitzel
- 4 Stk. Karotten
- 6 Stk. Essiggurkerln
- 100 g Speck
- Senf
- Salz
- Pfeffer
- Fett
- 2 Stk. gelbe Zwiebeln
- 2 EL Mehl
- 500 ml Wasser
- 0,5 Pkg. Creme fraiche

#### Mein persönlicher Tipp

Rindsrouladen lassen sich sehr gut in größeren Mengen auf Vorrat zubereiten und einfrieren.



**Carina Laschober-Luif**  
Seminarbäuerin aus Pinkafeld

#### Quellen:



Carina Laschober-Luif:  
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs

## Rindsrouladen



Foto: VrK/Laschober-Luif - Nicht zur freien Verwendung

#### Zubereitung

- Karotten schälen und der Länge nach vierteln.
- Essiggurkerln ebenfalls der Länge nach vierteln, Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden.
- Die Rindsschnitzel leicht klopfen, salzen, pfeffern und auf einer Seite mit Senf bestreichen.
- Auf dieser Seite fein geschnittenen Speck verteilen, in die Mitte des Schnitzels die Karotten und Essiggurkerln legen.
- Das Fleisch zusammenrollen und mit Rouladenklammern oder Zahnstocher fixieren.
- Die Rouladen mit etwas Mehl bestäuben und im heißen Fett kurz anbraten.
- Rouladen aus der Pfanne geben und beiseite legen, Fett entfernen. Im Bratrückstand die Zwiebeln in etwas Öl glasig andünsten, 2 EL Mehl einmengen und mit den Zwiebeln verrühren.
- Mit Wasser aufgießen und glatrühren.
- Rouladen wieder in die Soße legen, zum Köcheln bringen und ca. 1,5 Stunden zugedeckt weich dünsten.
- Rouladen aus der Soße nehmen, die Klammern oder Zahnstocher entfernen.
- Creme fraiche in die Soße geben und alles mit dem Pürierstab fein pürieren.
- Die Rouladen mit der Soße und Beilage anrichten.

Image not found or type unk



Bild 1