



"Carola kocht":

Kartoffelroulade mit Gemüse



Zutaten Kartoffelroulade

- 1,5 - 2 kg mehlig kochende Kartoffeln
- ca.150 g Mehl
- 1 Ei
- 20 g Butter
- Salz, Muskat

Zutaten Füllung

- 200 g Feta/ Hirtenkäse
- 1 große Karotte
- 1 große rote Zwiebel
- 1 mittlere Porree- oder Stange

Zutaten gebratenes Gemüse

- 1,2 kg Gemüse der Saison/ Champignons, Gartenbohnen, Zucchini, Butternutkürbis, Zwiebeln o.ä.
- 1 große Knoblauchzehe
- 1 cm Ingwer frisch
- 40 g Butter
- Salz, Pfeffer
- Raps- oder Sonnenblumenöl zum Braten
- Frische Kräuter wie Rosmarin, Estragon, Bohnenkraut, Thymian

Zubereitung Kartoffelroulade mit Füllung

Kartoffeln kochen, abdampfen und schälen, nach Möglichkeit am Vortag. Kartoffeln mit der groben Reibe in die Schüssel reiben, Mehl zufügen. Man gibt 2 Drittel Kartoffeln und ein Drittel Mehl zu. Allerdings nicht nach Gewicht, sondern nach sichtbarer Menge, dazu ein Ei und Muskat sowie Salz. Mit den Händen den Teig bröseln wie Streusel, nicht kneten. Erst am Ende kurz kneten. Die Arbeitsplatte mit Frischhaltefolie auslegen. Den Kartoffelkloßteig rechteckig draufgeben, flachdrücken auf 2 - 3 cm. Jetzt auf die unteren zwei Drittel eine Füllung nach Wahl aufstreichen. Mit der Folie zur Roulade aufrollen wie ein Bonbon. Fest verschließen. Mit einer Rouladennadel oder dem Holzspieß einige Löcher reinstechen. Im Topf mit Dämpfeinsatz ca. 30min dämpfen. Etwas ruhen lassen, auspacken, mit einem Stück Butter bestreichen und in schräge Scheiben schneiden.

Carolas Tipp:

Wenn es schnell gehen soll, nehmt 1,5 kg Kartoffelteilig aus der Kühltheke. Verfeinert diesen mit einem Ei und gebt eine Handvoll Grieß und geriebenen Muskat zu. Der Grieß bindet die Feuchtigkeit.

Für die Füllung die Karotte und Zwiebel fein würfeln, den Lauch in feine Ringe schneiden und alles in Öl

kurz dünsten, salzen und pfeffern. Abkühlen und mit dem Fetakäse als Füllung auf die Roulade geben.

Carolas Tipp:

Für die Füllung kann man das Gemüse nach Herzenslust variieren.

Zubereitung gebratenes Gemüse

Das Gemüse waschen und schneiden. Die Bohnen in wenig gesalzenem Wasser und mit etwas Bohnenkraut bissfest garen. In einer großen Pfanne Öl erhitzen, zuerst die Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und die Kräuter kurz braten. Jetzt das Gemüse nach und nach zugeben, welches die längste Garzeit braucht zuerst. Alles soll noch Biss haben. Zum Schluss die gegarten Bohnen unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Final die Butter zugeben, danach nicht mehr braten, so erhaltet ihr den vollen Buttergeschmack.

Ihr möchtet eine Sauce dazu?

Dann nehmt das Bohnenkochwasser und gebt etwas Gemüsebrühe dazu. Einen Becher Kaffee- oder Schlagsahne zugeben, aufkochen und alles mit einem Löffel Maisstärke binden, die in 2 Löffel kaltem Wasser angerührt wurde. Nur 1 min kochen. Vorsicht, die Stärke nach und nach zugeben, damit die Sauce nicht zu dick wird. Jetzt abschmecken und frische Kräuter unterheben, Carolas Favorit ist frischer Estragon.

Die Zutaten finden Sie u.a. bei diesen Händlern:



Jänkendorfer Agrar

Lausitzer & Knoblauch

Lausitzer Knoblauch

