
Wirsingroulade

mit Kürbis und Marone



Wirsingroulade

mit Kürbis und Marone



ZUTATEN

Für 4 Personen

FÜR DIE ROULADEN:

- 1 Wirsing
- 100 g Graupen oder Grünkern
- 250 ml Wasser
- 50 g Speck, gewürfelt
- 100 g Zwiebel, fein gehackt
- 1 EL Majoran, frisch oder getrocknet
- 2 EL Petersilie, gehackt
- 100 g Breze vom Vortag, klein gewürfelt
- 160 ml Milch
- 2 Eier
- 80 g Parmesan, gerieben
- 1 EL Quark
- ¼ TL Kümmel, gemahlen
- 150 ml Brühe
- 2 EL Sauerrahm
- Muskat, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb (Bio-Zitrone)
- Etwas frisch geriebener Kren (Meerrettich)

FÜR DIE KÜRBISCREME:

- 300 g Hokkaidokürbis, gewürfelt
- 1 kleine Kartoffel, geschält und gewürfelt
- 1 Schalotte, fein gehackt
- 1 EL Butter
- 100 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Sahne
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Ein Spritzer Zitronensaft

ZUBEREITUNG

WIRSING VORBEREITEN

Die äußeren großen Blätter des Wirsing abnehmen und blanchieren, anschließend in Eiswasser abschrecken. So bleibt die grüne Farbe erhalten.

Die dicken Blattrippen flach schneiden oder leicht herausschneiden, damit die Blätter gut gerollt werden können.

Die inneren kleinen Blätter ebenfalls blanchieren, fein hacken und zur Füllung geben.

GRAUPEN ZUBEREITEN

Die Graupen mit 250 ml Wasser im Schnellkochtopf auf Stufe 2 etwa 10 Minuten garen. Anschließend weitere 10 Minuten quellen lassen, abgießen und beiseitestellen.

FÜLLUNG FÜR DIE ROULADEN

Die Brezenwürfel mit der Milch übergießen und kurz einweichen lassen.

In einer Pfanne Zwiebel und Speck im heißen Schmalz anbraten. Gehackte Wirsingblätter, Kräuter und Grünkern dazugeben, gut vermengen und alles in eine große Schüssel füllen.

Die beiden Eier, eingeweichte Brezen, Quark, Parmesan und die Gewürze (Kümmel, Muskat, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb) zur Masse geben und abschmecken, anschließend 15 Minuten quellen lassen.

ROULADEN FORMEN

Die Füllung auf die vorbereiteten Wirsingblätter geben, einrollen und ggf. mit Küchengarn fixieren. Oder die Blätter in eine Form (bsp Tasse) füllen dann alles gut in Folie einwickeln und 20 Minuten dämpfen oder klassisch in einem Bräter bei mittlerer Hitze in etwas Öl anbraten. Dann mit Brühe und Sauerrahm ablöschen, den Deckel aufsetzen und die Rouladen etwa 20 Minuten schmoren lassen.



Wirsingroulade

mit Kürbis und Marone



FÜR DIE MARONENCREME:

- 200 g vorgegarte Maronen (vakuumverpackt oder aus dem Glas)
- 200 ml Sahne
- 1 Schalotte, fein gehackt
- 1 EL Butter
- 1 TL frische Thymianblättchen (alternativ: Rosmarin, fein gehackt)
- 1 Prise Muskat
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

KÜRBISCREME

Die Schalotte in Butter glasig anschwitzen. Kürbis- und Kartoffelwürfel dazugeben und kurz anrösten.

Mit Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt weichkochen (ca. 15 Minuten).

Die Sahne hinzufügen und alles fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

SALZIGE MARONENCREME

Die Butter in einem Topf zerlassen und die gehackte Schalotte darin glasig anschwitzen.

Thymian oder Rosmarin hinzufügen und kurz mitdünsten, damit die Aromen freigesetzt werden.


Die Maronen hinzufügen und kurz in der Butter-Schalotten-Mischung schwenken.

Mit Gemüsebrühe ablöschen und etwa 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Maronen weich sind und die Flüssigkeit etwas reduziert ist.

Die Sahne hinzufügen und alles mit einem Stabmixer oder im Standmixer fein pürieren, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Falls die Creme zu dick ist, etwas mehr Brühe oder Sahne hinzufügen.

TIPP

Wirsingroulade nach dem Anrichten und mit etwas frisch geriebenem Kren und Zitronenabrieb garnieren.



Viele der Produkte mit dem Bayerischen Bio-Siegel sind im Lebensmittel-Einzelhandel, im Bioladen oder direkt bei Landwirtinnen und Landwirten in Ihrer Region erhältlich.