

Thursday, September 10. 2009

Ziegenkäse - Rouladen mit Stampfkartoffeln, dazu gebratene Zucchini mit Speck und Walnüssen

Der Münchner Viktualienmarkt ist für jeden Feinschmecker sehr geföhrllich. Überall lauern Köstlichkeiten, die wahnsinnig gerne in Deiner Einkaufs-tüte Platz nehmen würden. Exotisches sowie regionales Obst und Gemüse, die duftendsten Kräuter, mehr Antipasti, als man sich vorstellen kann, frisches Fleisch und Fisch und ein Käsestand mit einer riesen Auswahl. Es gibt immer etwas zu entdecken, was man noch nie probiert hat. Für unsere Rouladen haben wir einen Ziegenfrisch- Käse mitgenommen, der sympathisch und intensiv aussah.

Rouladen für 3-4 Personen:

4 Rinderrouladen
1 Stück intensiver Ziegenfrischkäse
1 Bund Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch
2 Stengel Rosmarin
2 mittelgroße rote Zwiebeln
trockener Weißwein
etwas Gemüsebrühe
ein Hauch Zimt
Salz, Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
Butterschmalz

Die Zwiebeln vierteln oder achteln (je nach Größe) Die Kräuter fein hacken und vermischen. Das Rouladenfleisch mit dem Ziegenkäse einstreichen (nicht zu dick) und mit reichlich Kräutern bestreuen (1 TL Kräuter für die Stampfkartoffeln aufheben.) Salzen und pfeffern, dann einrollen und mit einem Schaschlikspieß fixieren.

Butterschmalz in einer hohen, großen Pfanne erhitzen und die Rouladen mit den Zwiebeln von allen Seiten scharf anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Ein wenig Gemüsebrühe dazu geben und den Deckel auf die Pfanne setzen. Für ca. 1,5 Stunden auf niedriger Hitze garen, bis das Fleisch zart ist. Wenn es zu trocken wird, zwischendurch noch ein bisschen Gemüsebrühe angießen.

Nach der Garzeit die Rouladen herausnehmen und in Alufolie warm halten. Die Sauce mit einem Schluck Wein in einen Mixer geben und fein pürieren. Zurück in die Pfanne auf dem Herd geben. Wenn die Sauce zu dickflüssig ist, mit einem Schluck Gemüsebrühe verdünnen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Muskat und einem Mini-Hauch Zimt abschmecken und nochmal kurz aufkochen lassen. Die Rouladen in der Sauce wenden und dann mit den Stampfkartoffeln und dem Zucchiniemüse servieren.

Stampfkartoffeln
5 große Kartoffeln
1-2 EL Butter
lauwarme Milch
Salz, Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
1 EL Kräuter von den Rouladen

Ungefähr eine halbe Stunde bevor die Rouladen fertig sind, die Kartoffeln mit Schale gar kochen. Die heißen Kartoffeln schälen und in den Topf zurück geben. Die Kartoffeln mit etwas Butter und einem Schluck Milch mit Hilfe eines Holz-Kartoffelstampfers grob zerstampfen. Mehr Milch nachgießen wenn nötig. In diesem Fall mag ich die Kartoffeln nur ganz grob zerstampfen und noch Stückig. Die Stampfkartoffeln mit Salz, Pfeffer, einer Prise Muskat und den Kräutern abschmecken.

Zucchiniemüse mit Speckwürfeln und Walnüssen:

1 große Zucchini
1 große Schalotte, fein gewürfelt
1/2 Packung Speckwürfel
1 Hand voll Walnusskerne
Olivenöl

Die Zucchini in dünne Scheiben schneiden und die Scheiben halbieren (wenn Ihr mehrere kleine Zucchini verwendet ist das halbieren nicht nötig).
Stark salzen und ca. 30 Minuten "weinen" lassen, dann mit Küchentrepp gut abtupfen.

Wenn die Rouladen fast fertig sind, die Speckwürfel in einer Pfanne auslassen, da sie knusprig werden. Dann herausnehmen. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Zucchini mit den Schalottenwürfeln scharf anbraten. Die Walnusskerne zerbröckeln und zusammen mit dem Speck unter die Zucchini mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann vom Herd nehmen.

Posted by orange in fleisch at 19:03