



# KLASSISCHE RINDERROULADEN

mit Rösti, Rahmwirsing, Speckbohnen und dunkler Soße

## MEISTERSTÜCK



mittelscharfer Senf



Tomatenmark



Wirsing



Bacon (Würfel)



Zwiebel



Sahne



Buschbohnen



Knoblauchzehe



Holzspieße



Ofenkartoffeln



Gewürzgurke



Rinderrouladen



roter Traubensaft



Rinderbrühe

50 [55 | 60] Min. 90 [90|90] Min.

Stufe 3 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Mit unserem Meisterstück wird es richtig klassisch: Heute gibt es Rinderrouladen, ein absolutes Sonntagessen! Hast Du Rouladen schon einmal selbst zubereitet? Das ist wirklich nicht schwer. Außerdem verraten wir Dir ein Geheimnis: Rouladen brauchen Zeit. Je länger Du sie schmoren lässt, desto besser werden sie. Kombiniert mit Rösti, Rahmwirsing, Speckbohnen und dunkler Soße sorgst Du so bestimmt für wahre Feiertagsstimmung bei Deinen Lieben.



Speisesalz, 19 % Rindfleischextrakt, getrocknetes Gemüse (Zwiebeln, Karotten), Dextrose, Zucker, Gewürze (Pfeffer, Champignons, Kurkuma), Stärke, Maltodextrin, Sonnenblumenöl

# LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Erhitze Wasser im **Wasserkocher** und heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix\*** benötigst Du **1 große Auflaufform**, **1 Knoblauchpresse** und **1 große Pfanne**.



## 1 ROULADEN FÜLLEN

Mit heißem **Wasser\*** eine **Rinderbrühe** zubereiten. **Gurke** längs in dünne Scheiben schneiden. **Zwiebel** abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. **Rouladenfleisch salzen\*** und **pfeffern\***. Pro Scheibe eine Seite mit **Senf** bestreichen, 2 – 3 **Gurkenscheiben** und ein paar **Zwiebelstreifen** (übrige **Zwiebel** benötigst Du später) mittig verteilen. Seiten einklappen, fest einrollen und mit einem Holzspieß fixieren. In einer großen Pfanne **Öl\*** bei hoher Hitze erwärmen



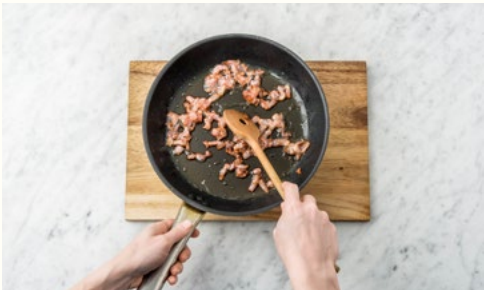
## 2 ROULADEN ANBRATEN

**Rinderrouladen** in der Pfanne rundherum 2 – 3 Min. scharf anbraten und in eine große Auflaufform geben. **Rinderbrühe** in die Pfanne gießen, um den Bratensatz zu lösen. **Brühe** danach in die Auflaufform geben und **Fleisch** abgedeckt für 50 Min. backen. Hitze auf 180 °C Ober-/Unterhitze reduzieren und das **Fleisch** weitere 30 Min. schmoren. **★TIPP:** Wenn Du Zeit hast, kannst Du die Rouladen auch bei 160 °C für 180 Min. langsam schmoren. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## 3 FÜR RÖSTI & GEMÜSE

**Kartoffeln** schälen, in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **salzen\*** und **15 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Einen Sieb in eine große Schüssel stellen, **Kartoffelstückchen** hineinfüllen, sodass das Wasser ablaufen kann. **Wirsing** ohne Strunk in feine Streifen schneiden, in den Varoma-Behälter füllen und Varoma verschließen. Enden der **Bohnen** abschneiden, **Bohnen** in den Gareinsatz geben und **Wasser\*** in den Mixtopf geben. **Knoblauch** abziehen.



## 4 FÜR DIE SPECKBOHNEN

Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen und **20 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen **Baconwürfel** in die große kalte Pfanne geben, **Öl\*** dazugeben und langsam bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. auslassen. Nach der Hälfte der Zeit restliche **Zwiebeln** dazugeben, **Knoblauch** dazupressen und bis zum Ende mitbraten. **Bacon-Zwiebel-Mix** (das Fett sollte in der Pfanne bleiben) in eine kleine Schüssel umfüllen, um sie später mit den **Bohnen** zu mischen. Varoma nach der Garzeit abnehmen.



## 5 RÖSTI BACKEN

Zerkleinerte **Kartoffeln** in ein sauberes Küchentuch geben und restliches Wasser auswringen. In der großen Pfanne **Öl\*** zum **Baconfett** geben, erhitzen und **Röstmasse** in die Pfanne geben. Masse gut andrücken und bei mittlerer Hitze ca. 8 – 10 Min. backen. Zwischendurch vorsichtig die Seiten lösen. Wenn sich die **Rösti** einfach löst, kannst Du sie vorsichtig wenden und weitere 8 – 10 Min. zu Ende backen. **Rösti** auf einen großen Teller umfüllen.

## 6 SOSSE KOCHEN

10 Min. vor Ende der **Rouladen**-Backzeit in der Pfanne **Öl\*** bei hoher Hitze erwärmen. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Tomatenmark** zugeben, 1 – 2 Min. anbraten, mit **Traubensaft** ablöschen und bei hoher Hitze ca. 10 Min. einkochen lassen. Mit **Brühe** aus der Auflaufform ablöschen und 2 – 3 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die **Soße** etwas eingedickt ist, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Bacon-Zwiebel-Mix** in den Gareinsatz zugeben und **5 Min./Varoma/Stufe 1** erwärmen.

## 7 VOLLENDEN

**Sahne**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in einen kleinen Topf geben und aufkochen lassen. **Wirsing** aus dem Varoma-Behälter zugeben und auf kleiner Flamme ca. 5 Min. cremig köcheln. **Rösti** im Ofen ca. 2 Min. erwärmen und danach in 6 Teile schneiden. Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen. **Spieße** aus den **Rouladen** ziehen und **Rouladen** mit der **Soße** übergießen. Alles auf Teller verteilen und genießen.

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Rinderbrühe <sup>Hinweis</sup>	4 g	6 g	8 g
Gewürzgurke	1	1	2
Zwiebel <sup>NL</sup>	1	1	2
Rinderrouladen	4	6	8
mittelscharfer Senf <sup>4)</sup>	10 ml	20 ml	20 ml
Holzspieße	4	6	8
Ofenkartoffeln <sup>DE</sup>	3	5	6
Wirsing	250 g	375 g	500 g
Buschbohnen	100 g	150 g	200 g
Bacon (Würfel)	50 g	75 g	100 g
Tomatenmark	1 EL <sup>Ⓞ</sup>	1½ EL	2 EL
roter Traubensaft	165 ml <sup>Ⓞ</sup>	250 ml <sup>Ⓞ</sup>	330 ml
Sahne <sup>5)</sup>	200 ml	300 ml <sup>Ⓞ</sup>	400 ml
Knoblauchzehe <sup>ES</sup>	1	1	2
heißes Wasser* für Schritt 1	250 g	375 g	500 g
Öl* für Schritt 1, 3, 4 und 6	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Öl* für Schritt 5		3 EL	
Wasser* für Schritt 3		500 g	
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.  
 Ⓞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 1.000 g)
Brennwert	371 kJ/89 kcal	3.799 kJ/908 kcal
Fett	3 g	35 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	18 g
Kohlenhydrate	7 g	73 g
- davon Zucker	3 g	30 g
Eiweiß	7 g	70 g
Salz	1 g	2 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

### ALLERGENE

4) Senf 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

### URSPRUNGLÄNDER

NL: Niederlande ES: Spanien DE: Deutschland  
 Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE  
 Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:  
 DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at