

# Mediterrane Rouladen

PLATO FUERTE (Hautspeise) mediterrane Rouladen nach einem Rezept von [Tim Mälzer](#).



## Zutaten für 4 Personen

4 Rinder Rouladen (je 250g)  
50g Pinienkerne  
50g getrocknete Tomaten  
2 Knoblauchzehen  
7EL. Olivenöl  
Durwachsener Speck  
4 Tomaten  
1 Zwiebel  
2 Stangen Staudensellerie  
100ml Weißwein  
350ml Rinderbrühe  
1 Kartoffel  
Thymian  
Basilikum  
Rosmarin  
Salz  
Pfeffer

## Zubereiten

Pinienkerne ohne Öl oder Fett in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Die Hälfte der Pinienkerne, 3EL.

Olivenöl, Knoblauchzehen und die getrockneten Tomaten mit einem Zauberstab oder Küchenmaschine zu einem leicht groben Pesto verarbeiten.

Aus dem Speck dünne Scheiben schneiden. Rouladen waschen, trocken tupfen und auf einer Arbeitsfläche auslegen. Salzen, pfeffern, mit dem Pesto bestreichen, Speckscheiben auslegen, Basilikumblätter darauf verteilen, die Rouladen einrollen und mit einer Rouladen Nadel fixieren. Tomaten halbieren, den Strunk ausschneiden, Staudensellerie schälen, in Ringe schneiden und die Zwiebel würfeln. Restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen von allen Seiten scharf anbraten.

Rouladen herausnehmen und die Tomatenhälften mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne legen.

Wir geben das restliche Gemüse hinzu und schwitzen alles glasig. Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen und mit der Rinderbrühe auffüllen. Rouladen in die Pfanne geben, Kartoffel schälen, zum Binden in den Sud reiben, Thymian und Rosmarinzweige hineinlegen.

Deckel auf die Pfanne und das Ganze bei geringer Hitze 1,5 Stunden schmoren. Die Rouladen gelegentlich wenden. Fertig gegarte Rouladen aus der Pfanne nehmen, den Sud durch ein Sieb gießen, auffangen und das Schmorgemüse in eine Schüssel geben.

Den aufgefangenen Sud zurück in die Pfanne geben, kurz aufkochen, nach Vorliebe binden und mit Salz, Pfeffer abschmecken.



## Servieren

Rouladen auf eine vorgewärmte Fleischplatte legen, mit den restlichen Pinienkernen garnieren, Sauce in eine Sauciere füllen und alles servieren. Als Beilage passen hervorragend Rosmarin Kartoffeln und ein gekühlter Weißwein.