

Levantinische Kohlröllchen

- **Küche:** Arabisch, Orientalisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 1:10 h
- **Fertig in** 1:30 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '90', 'cook_time' : '1:10 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : " } });
```

Eine arabische Variante der guten, alten Kohlroulade

Zutaten

- 400 g Lammgehacktes
- 1 kleiner Kopf Weißkohl
- 150 g Rundkornreis
- 1 mittelgroße, gehackte Zwiebel
- 1 geschnittene Knoblauchzehe
- 30 ml Olivenöl
- 3 El frische Minze, gehackt
- 3 Tl Baharat
- Salz und Pfeffer
- 2 Zitronen in dünnen Scheiben
- Saft von 2 Zitronen
- ½ l Gemüsebrühe

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den Reis unter fließendem Wasser waschen und knapp bedeckt ca. 30 min. einweichen.

Schritt3

Den Kohl waschen, ev. die großen äußeren Blätter entfernen und im Ganzen in kochendem Salzwasser 4 - 5 min. blanchieren,.

Schritt4

Heraus nehmen und in kaltem Wasser abkühlen lassen. Die Strünke entfernen, ausbreiten, die dicken Rippen ev. flacher schneiden.

Schritt5

Die Füllung:

Schritt6

Das Lammhack mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Minze, und Baharat würzen und mit dem Reis gut verarbeiten.

Schritt7

1 - 2 El Masse pro Blatt „mittig“ auf dem Kohl verteilen. Die Seiten etwas einschlagen und einrollen. In einen ausreichend großen Topf setzen und mit den Zitronenscheiben bedecken. Mit dem Zitronensaft, der Gemüsebrühe und etwas Olivenöl aufgießen.

Schritt8

Bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel, ca. 60 - 70 min. garen

Rezeptart: Hackfleischgerichte **Tags:** abwechslungsreich, für jeden tag, hausgemacht, mit knoblauch, preiswert, traditionell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/levantinische-kohlroellchen/>