



Russische Weißkrautrouladen „Golubtsi“

Rezept

- **Küche:**Russisch
- **Gang:**Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:**Mittel

- **Portionen:** 5
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 1:25 h
- **Fertig in** 1:45 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '105', 'cook_time' : '1:25 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '5', 'yield' : " } });
```

Sie haben russische Freunde und möchten sie kulinarisch überraschen? Oder haben Sie Lust, etwas russisches auszuprobieren? Dann wären die sogenannten „Golubtsi“ eine Perfekte Entscheidung! Diese russischen Kohlrouladen werden mit Weißkraut, Hackfleisch, Reis, oder Gemüsefüllung in einer Tomaten Sauce geschmort und so zubereitet. Dazu werden saure Sahne oder Schmand serviert.

Golubtsi sind ein sehr, in Russland beliebtes, Gericht. Die Zubereitung nimmt etwas viel Zeit in Anspruch, jedoch zahlt sich die investierte Zeit komplett aus. Golubtsi sind sehr lecker und stellen ein typisches Beispiel der russischen Küche dar. Diese Kombination aus Hackfleisch und Gemüse ist nicht nur sehr lecker, sondern auch gesund. Das Hackfleisch liefert menschlichem Körper Eisen und über das Gemüse muss man eigentlich nicht viel sagen, denn heute weiß jeder, dass Gemüse sehr positive Wirkung auf die Gesundheit hat.

Für Vegetarier gibt es auch eine gute Nachricht: Sie können Fleisch durch die Pilzen ersetzen und so Golubtsi genießen!

Zutaten

- 1 kg geputzter Weißkohl ohne Strunk und dicke Blattadern
- 500 g gemischtes Gehacktes, gebrösel
- 150 g Rundkornreis, halbfertig gekocht
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 2 mittelgroße Karotten, gewürfelt
- 200 g Champignons, gesäubert, klein gewürfelt
- 100 g passierte Tomaten
- 1 EL Senf
- 2 ganze Eier
- 2 - 3 EL Pflanzenöl
- 2 EL gehackte Petersilie oder Schnittlauch

- 2 EL frischer, gehackter Dill
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Saure Sahne oder Schmand

Zubereitungsart

Schritt1

Zunächst den Weißkohl putzen und 10 große Blätter ablösen, die dicken Blattadern herausschneiden. Für 10 min. in kochendes Salzwasser geben, kalt abschrecken und auslegen.

Schritt2

Die Zwiebeln mit den Gemüsewürfeln in etwas Pflanzenöl anschwitzen, die Petersilie dazu geben. Aus dem Gehacktem, den Zwiebeln, Eiern und Senf, und dem gekochtem Reis und einen gebundenen Fleischteig kneten, zuletzt die Tomatenwürfel vermengen, salzen und pfeffern.

Schritt3

Je nach gewünschter Größe 1 - 2 EL Füllung in die Mitte geben und die Blätter darüberfalten, eventuell mit Küchengarn über Kreuz binden. Äußerlich salzen und pfeffern und rundherum anbraten, Farbe nehmen lassen. Mit den Tomaten und der Brühe aufgießen, Deckel drauf, ca. 60 min. schmoren lassen. Herausnehmen, Küchengarn entfernen, warm halten.

Schritt4

Den Schmorfond etwas reduzieren lassen, nachschmecken, eventuell leicht mit Saucenbinder andicken. Üppig über die Golubtsi geben und mit einem EL saurerer Sahne oder Schmand und mit Dill bestreut servieren.

Rezeptart: Fleischgerichte, Hackfleischgerichte, Kleine Gerichte, Rindfleisch, Schweinefleisch

Zutaten: Hackfleisch, Reis, Salz, zwiebel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/russische-golubtsi/>