



Vegetarische Wirsingrouladen mit Semmelfüllung

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 60m
- **Fertig in** 1:20 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '80', 'cook_time' : '60m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Die etwas anderen Wirsingrouladen für jeden Tag, fleischlos lecker,

Zutaten

- Für die Wirsingrouladen und die Füllung:
- 1 kleiner Kopf frischer Wirsing
- 2 altbackene Brötchen in groben Würfeln
- 1 ganzes Ei
- ¼ l heiße Milch
- Etwas Butter und Öl
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 1 kleines Bund Schnittlauch, geschnitten
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss
- Etwas Gemüsebrühe
- Für die Champignonsoße:
- 400 g frische, weiße Champignons in dünnen Scheiben
- 1 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 150 g Crème fraiche
- 2 El gehackte Petersilie
- Salz und Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Füllung:

Schritt2

Die altbackenen Brötchenwürfel zunächst mit der heißen Milch übergießen, abdecken und ca. 15

min. durchziehen lassen.

Schritt3

Die Zwiebeln in etwas Butter glasig andünsten, zu den Brotwürfeln geben, salzen, pfeffern und mit etwas Muskatnuss würzen.

Schritt4

Das Ei und den Schnittlauch unter arbeiten.

Schritt5

Den Wirsing putzen, waschen, halbieren und den Strunk heraus schneiden.

Schritt6

In kochendes Salzwasser mit etwas Kümmel 3 - 4 min. blanchieren, heraus nehmen und in kaltem Wasser abkühlen.

Schritt7

Aus den einzelnen Blättern die Strünke schneiden, 2 - 3 Blätter pro Portion auslegen, zusammenlegen und die Füllung verteilen.

Schritt8

Und jetzt kommt ein kleiner Küchentrick:

Schritt9

Jede Kohlroulade mittig auf ein Küchentuch geben, zunächst die Blätter einschlagen, dann das Handtuch zusammen schlagen und fest drehen.

Schritt10

So erhält man schöne, geschlossene Kohlrouladen, die in einem ausreichend großen Bräter, Topf oder eine Auflaufform gesetzt werden.

Schritt11

Etwa mit Gemüsebrühe angießen und für 55 - 60 min.

Schritt12

in den auf 180° C vorgeheizten Backofen schieben, appetitlich bräunen.

Schritt13

Die Champignonsoße:

Schritt14

Die Champignons in einer großen Stielpfanne 4 - 5 min. recht heiß anbraten, salzen und pfeffern.

Schritt15

Die Zwiebeln dazu geben, weitere 2 min. angehen lassen und Crème fraiche dazu geben.

Schritt16

2 - 3 min. zusammen köcheln lassen, nachschmecken, ev. leicht mit Speisestärke sämig binden und zuletzt die gehackte Petersilie dazu geben.

Schritt17

Anrichtevorschlag:

Schritt18

Die Kohlrouladen anrichten und mit der Champignon - Sauerrahmsoße überziehen, dazu einen zünftigen Kartoffelstampf reichen.

Tags: für jeden tag, preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/vegetarische-wirsingrouladen-mit-semmelfuellung/>