Wirsing-Rouladen mit Basmati-Reis in Riesling-Sauce

Eigentlich sind das keine schöne, runde Wirsing-Rouladen. Sondern eher gefüllte Wirsing-Blätter, da sie doch ein wenig ungewöhnlich gefüllt sind.

Die Füllung erstelle ich aus Hähnchenbrustfilet, Zwiebel, Knoblauchzehen und Lauchzwiebel. Für die Bindung verwende ich Semmelbrösel und Eier. Und würze sie kräftig mit Kreuzkümmel. Und etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Dazu gibt es als Beilage Basmati-Reis.

Ich gare die Wirsing-Rouladen in einem halben Liter Riesling, den ich dann reduziere und so ein Söße̊chen daraus zubereite.

[amd-zlrecipe-recipe:461]

Rinder-Rouladen mit Petersilienknödel

[Spider_Single_Video track="35″ theme_id="2″ priority="1″]

Ein typisch deutsches, fast schon traditionelles Gericht.

Ich bereite die Rouladen aus Rouladenfleisch zu, das ich mir von meinem Schlachter in der benötigten Form zuschneiden lasse.

Ich wähle für die Füllung keine tradtionellen Zuaten wie

Speck, Zwiebeln und Essiggurke. Sondern variiere ein wenig und gebe Silberzwiebeln, Rote-Beete-Kugeln, Lauchzwiebel, Speck und für etwas Schärfe jeweils eine rote Chili-Schote in die Füllung.

Gwürzt wird nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer, und natürlich dem unbedingt zu verwendenden Senf.

Bei der zu bereitenden Sauce musste ich eine kleine Änderung vornehmen. Ich hatte keinen trockenen Rotwein mehr vorrätig. Also habe ich statt dessen einen Marsala, einen Likörwein, verwendet. Aber auch mit ihm gelingt eine sehr würzige, schmackhafte Sauce.

Als Beilage wähle ich Petersilienknödel, die ich selbst zubereitet und eingefroren hatte.

[amd-zlrecipe-recipe:46]

Rouladen mit Insektenfüllung und Salzkartoffeln



Rouladen mit Füllung, Kartoffeln und Sauce

Dieses Rezept muss ich unbedingt mit Euch teilen. Ein klassisches Schmorgericht mit Rindfleisch für die Rouladen, wenn nicht … ja, wenn da nicht die Füllung aus Insekten wäre.

Ich wollte dieses Gericht schon seit langem zubereiten. Es eignet sich auch gut für Menschen, die an Insektengerichten interessiert sind, bisher noch keines gegessen haben und nicht unbedingt die Insekten visuell auf ihrem Teller sehen wollen. Somit verarbeitet man unterschiedliche Insekten zu einer schmackhaften Füllung – in diesem Fall kann man die Füllung auch mit dem Pürierstab pürieren – und bereitet dieses Schmorgericht zu.

Ich hatte beim Zoogeschäft in der Abteilung für Lebendfutter folgende Insekten zur Auswahl: erwachsene Heuschrecken, Steppengrillen, Heimchen, Südamerikanische Riesenmehlwürmer und Mehlwürmer. Bei den Südamerikanischen Riesenmehlwürmern rief ich gleich, „Oh, lecker,lecker!“, sie sind groß und fleischig, und ich nahm eine Packung. Die üblichen Mehlwürmer wählte ich sozusagen als Füllmasse, viele kleine Tiere, aber insgesamt doch Masse und Volumen. Mein Rat: Mehlwürmer sollte

man immer vorrätig zuhause haben, sie sind vielseitig verwendbar. Erwachsene Heuschrecken sind zwar groß, aber von der Stückzahl sind wenige in einer Packung. Und da die Anzahl der Steppengrillen in einer Packung weniger war als die der Heimchen bei annähernd gleicher Größe, wählte ich letztere.

Das Ganze verfeinere ich mit Goldfliegen für Knusprigkeit und Farbe. Ich hatte sie noch von der Zubereitung meines letzten Insektengerichts übrig.

Beim Zubereiten überlegte ich, die Insekten mit dem Pürierstab fein zu pürieren wie bei der Zubereitung einer Farce für Pasteten. Ich entschied mich aber für das grobe Zerhacken für etwas mehr Biss bei der Füllung.

Ich verwende bei der Zubereitung für dieses Gericht mein neues Schneidebrett, ich muss eigentlich sagen, Wendebrett, denn man kann auf beiden Seiten des Bretts Zutaten zuschneiden. Ich wiege die Insekten mit einem Wiegemesser für die Füllung klein. Die Insekten lassen sich auf dem Wendebrett sehr gut kleinwiegen, denn es ist ein großes, wirklich sehr kompaktes Brett. Und es ist kein dünnes Schneidebrett, wie man es im Kaufhaus oder Küchengeräte-Geschäft kauft. Es ist sehr schwer und etwa 3–4 cm dick. Eine Seite des Wendebretts hat eine Saftrille für das Schneiden von Gemüse, das viel Flüssigkeit enthält, und Fleisch und Innereien. Die andere Seite hat keine Saftrille und ist für alle anderen Zutaten gedacht. Das Wendebrett ist aus Nussbaum, sehr aufwändig und ansprechend gefertigt und als Arbeitsgerät in der Küche sehr gut verwendbar. Man soll das Wendebrett nach dem Spülen bzw. Abtrocknen regelmäßig mit Speise- oder Olivenöl einreiben, um es zu pflegen. Ich habe das Wendebrett in einem kleinen Online-Shop gefunden, in dem man eine große Auswahl an Schneide- und Wendebrettern mit hervorragender Qualität findet.

Ich verfeinere die Füllung mit Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel.

Und da es muss ein wenig Schärfe sein, kommt eine grüne Jalapeño mit hinein.

Ein Ei für die Bindung der Füllmasse reicht nicht aus, es müssen schon zwei Eier sein. Damit wird die Masse aber auch wieder etwas leicht flüssig, so dass etwas Semmelbrösel hinzu müssen.

Ich würze die Füllung mit Kreuzkümmel und sehr kräftig mit süßem Paprikapulver, Salz und weißem Pfeffer.

Die Rindfleischscheiben sollten vom Fleischer recht groß zugeschnitten sein, denn die Füllmasse ist recht viel. Ich schnüre die Rouladen aus diesem Grund auch nicht nur längs zwei Mal mit Küchengarn, sondern auch vorsichtshalber quer zwei Mal. Und da die Rouladen doch etwas fragil sind, verzichte ich auf das Rundumanbraten der Rouladen, wie man es klassisch eigentlich macht. Ich gebe sie in die Sauce und schmore sie 1 ½ Stunden. Dann ist die Füllmasse kompakt, die Aromen der Füllmasse haben sich verbunden und das Fleisch ist gar.

Als Sauce bereite ich eine dunkle Mehlschwitze zu, die ich mit etwas Wein und Gemüsefond verfeinere.

Dazu gibt klassisch als Beilage Salzkartoffeln.

Die Füllung der Rouladen schmeckt sehr würzig. DIe Bindung ist nicht so kompakt wie gewünscht, da muss ich noch etwas experimentieren. Die Füllung sieht zwar anders aus, schmeckt aber wie eine Hackfleisch-Füllung. Mein Rat: Wer die Tiere nicht auf dem Teller sehen möchte, püriert die Füllung doch mit einem Pürierstab zu einer feiner Farce. Und die Sauce ist hervorragend. Ein schmackhaftes Gericht, das ich sicherlich wieder nachkoche.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Scheiben Rinderrouladenfleisch (300 g)

- 3 Kartoffeln
- trockener Weißwein
- 150 ml Gemüsefond
- 1 EL Mehl
- Butter

- Küchengarn

Für die Füllung:

- 80 g Südamerikanische Riesenmehlwürmer (Zophobas morio)
- 100 g Mehlwürmer (Tenebrio molitor)
- etwa 55 Heimchen (Acheta domesticus)
- etwa 25 Goldfliegen (Lucilia sericata)
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 grüne Jalapeño
- 2 Eier
- 2 EL Semmelbrösel
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- süßes Paprikapulver
- Salz
- weißer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 1 Std. | Garzeit 1 ½ Stdn.

Vorbereitung der Insekten:

Die Zubereitung der Insekten ist denkbar einfach und folgt der Vorgehensweise:

1. Vom Liefersubstrat trennen
2. Tiergerechtes Abtöten durch Einfrieren
3. Reinigen
4. Zerhacken

Südamerikanische Riesenmehlwürmer haben als Substrat meistens grobe Sägespäne. Mein Rat für die Trennung vom Liefersubstrat: Man gibt den Inhalt der Packung entweder durch ein

grobmaschiges Sieb und siebt die Riesenmehlwürmer heraus. Oder man gibt den Inhalt in eine große Schüssel, damit die Mehlwürmer nicht herausklettern können, und siebt sie mit einem grobmaschigen Schaumlöffel heraus. Nach dem Prinzip: Maschen groß genug, dass die groben Sägespäne durchfallen, jedoch klein genug, dass die Mehlwürmer nicht durchfallen.

Normale Mehlwürmer werden meistens in einem sehr feinen Sägespäne-Substrat geliefert. Hier verwendet man ein feinmaschiges Sieb, in das man den Inhalt der Packung gibt. Die feinen Sägespäne fallen durch, die Mehlwürmer siebt man heraus.

Die Heimchen sollte man nicht vom wenigen Substrat oder Futter in der Packung trennen. Man läuft sonst Gefahr, dass sie aus der Packung springen und in der Küche herumhüpfen. Mein Rat: In der Packung belassen und im Tiefkühlschrank schockfrosten. Sie sind groß genug und die Anzahl ist nur gering, dass man sie nach dem Abtöten mit der Hand aus der Packung nehmen kann.

Die Vorbereitung zum Abtöten der Insekten wird begleitet von einem schönen Zirpen der Grillen in der Küche.

Für alle drei Insektenarten gilt: In die ursprüngliche Packung geben oder im letzteren Fall darin belassen, Deckel darauf bzw. darauf belassen und für 1 Stunde in den Tiefkühlschrank geben.

Mein Rat beim Vorbereiten der Riesenmehlwürmer und Mehlwürmer: Darauf achten, das kein Tier entwischt oder auch in das Abflussrohr der Spüle entkommt. Ansonsten verpuppen sich die Tiere an einer unzugänglichen, geeigneten Stelle und man hat eine Woche später Käfer in der Küche herumlaufen oder fliegen.

Für die Füllung:

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Jalapeño putzen und ebenfalls kleinschneiden. Gemüse in eine Schüssel geben.

Insekten nach Tierart nacheinander auf ein großes Schneidebrett geben und mit dem Wiegemesser kleinwiegen. Tiere, die man mit dem Wiegemesser nicht zerschnitten hat, mit einem normalen Küchenmesser nochmals nachzerkleinern. In die Schüssel hinzugeben.

Eier aufschlagen und in die Schüssel geben. Semmelbrösel dazugeben. Ebenfalls Kreuzkümmel. Sehr kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen und etwas ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas quellen. Rohe Füllmasse abschmecken.

Für die Rouladen:

Arbeitsbrett reinigen und Fleischscheiben längs nebeneinander darauf legen. Jeweils zwei Stücke Küchengarn längs und quer unter die Fleischscheiben ziehen. Jeweils eine Hälfte der Füllmasse in die Mitte einer Fleischscheibe geben und mit einem Löffel zu einem quaderförmigen Päckchen formen. Fleischscheiben erst längs zusammenwickeln, dann die Seiten einschlagen. Mit dem Küchengarn jeweils längs und quer gut verschnüren.

Butter in einem großen Topf erhitzen. Mehl dazugeben und unter ständigem Rühren mit dem Kochlöffel braun anbraten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Fond dazugeben. Alles verrühren. Rouladen hineingeben und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 ½ Stunden schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Wasser in einem Topf erhitzen, salzen und Kartoffeln darin 15–20 Minuten garen. Herausnehmen, auf ein Schneidebrett geben und grob zerkleinern.



Sehr schmackhaft

Rouladen aus dem Topf nehmen, auf einen Teller geben und Küchengarn entfernen. Aus den Rouladen ausgetretene Eimasse entweder mit dem Schneebesen mit der Sauce verrühren. Oder Sauce durch ein Sieb geben, um eine klare Fleischsauce zu erhalten. Sauce abschmecken. Kartoffeln auf den Teller dazugeben. Sauce großzügig über die Kartoffeln verteilen.

Pansenrouladen mit Salzkartoffeln



Die fertigen Rouladen, noch ohne Kartoffeln und Sauce

Wie ich auf die Idee gekommen bin, Rouladen mit Pansen zuzubereiten, weiß ich auch nicht mehr genau. Ich hatte ja die letzten Tage Innereien, und auch Pansen, gekauft. Und viele Pansenstücke sind ja meistens große, rechteckige Magenwandstücke. Also dachte ich mir, warum soll sich das eigentlich nicht füllen, wie eine Roulade wickeln und jeweils zusammengebunden in einer leckeren Sauce im Bräter im Backofen garen lassen?

Also habe ich das in Angriff genommen. Für die Rouladen benötigt man lange, rechteckige Pansenstücke. Keine kleineren Pansenstücke, die man auch anders zubereiten kann. Die Pansenstücke sollen auch nicht sehr viel Bindegewebestücke oder Fettteile haben. Diese besser flach zum Pansenstück abschneiden, dass man eine sehr flache Pansenscheibe hat.

Für die Füllung habe ich klassisch Hackfleisch, pürierte Leber, Semmelbrösel und Ei gewählt. Pürierte Leber verwendet man gern für Pasteten, sie gibt Geschmack, Aroma und Saftigkeit. Und bindet auch die Füllmasse. Dafür sorgt auch das Ei. Da die Füllmasse aber immer noch nicht kompakt genug

ist, kommt eine halbe, getrocknete, auf der Küchenreibe grob zu Semmelbröseln geriebene Schrippe hinein.

Das Leben ist ja kein Ponyhof und die Pansenscheiben keine flachgeklopften, dünnen Rinderrouladen-Fleischstücke. Diese kann man ja hervorragend um die Füllung wickeln, vorher klappt man die Seitenränder ein. Und die Rouladen halten fast ohne Zahnstocher oder Küchengarn. So einfach ist die Sache beim Pansen nicht. Hier muss man ein wenig aufpassen, wie die Pansenstücke gerollt werden können. Und kann auch gern 2–3 Küchengarnstränge zum Zusammenbinden verwenden. Damit die Rouladen auch wirklich zusammenhalten.

Bei der Sauce habe ich getrickst. Da die gefüllten Rouladen zeitlich schon aufwändig genug sind, habe ich für die Sauce eine im Kühlschrank in einem Vorratsglas aufbewahrte Bratensauce verwendet. Diese wiederum hatte ich von einem Braten übrig und hatte sie ihrerseits aus einer frisch zubereiteten Ochsenschwanzsuppe hergestellt. Die Bratensauce hat ein kräftiges Aroma des hinzugegeben Knoblauchs, Sternanis und frischen Rosmarins. Und soll den Rouladen auf einfache Weise noch Aroma geben. Verdünnt habe ich sie noch mit etwas Gemüsefond.

Ja, und als Beilage mache ich es ganz einfach, es gibt dazu Salzkartoffeln.

Ich war nach dem Garen der Rouladen im Backofen wirklich gespannt auf das Ergebnis. Und ich stellte fest, die Rouladen sind perfekt gelungen. Wie ich es fast nicht erwartet hatte. Die Küche duftet angenehm. Und seltsamerweise gar nicht nach Pansen, sondern es liegt eher ein leichter Leberduft in der Luft. Herrlich.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Pansen (große, rechteckige Scheiben)
- 3 l Gemüsefond

Für die Füllung:

- 125 g Hackfleisch
- 75 g Rinderleber
- 1 Ei
- ½ getrocknete Schrippe
- ½ Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Lauchzwiebel
- ½ rote Chilischote
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Für die Sauce:

- 200 ml Bratensauce
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Lauchzwiebel
- Gemüsefond
- Butter

- 6–8 Kartoffeln

- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min. | Garzeit 4 Std.

Pansen etwas von groben Stücken reinigen. Gemüsefond in einem großen Topf erhitzen und Pansen darin bei geringer Temperatur zugedeckt 3 Stunden köcheln lassen. Herausnehmen, in ein Küchensieb geben und abtropfen lassen. Auf ein Arbeitsbrett geben und etwas erkalten lassen.

Für die Füllung:

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Chilischote putzen und in Ringe schneiden.

Schrippe auf einer Küchenreibe grob in eine Schüssel reiben.

Leber zerkleinern, in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab pürieren.

Hackfleisch, das Gemüse und Semmelbrösel dazugeben. Ebenso das Ei. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen und etwas stehen lassen, damit die Semmelbrösel quellen können und Bindung geben.

Für die Sauce:

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Bratensauce dazugeben. Einen Schöpflöffel Fond dazugeben. Alles gut verrühren. Vom Herd nehmen.

Für die Rouladen:

Pansenscheiben längs nebeneinander auf ein Arbeitsbrett legen. Nacheinander jeweils etwa einen Esslöffel der Füllmasse in die Mitte einer Pansenscheibe geben. Roulade vorsichtig zusammenrollen und mit einem oder mehreren Küchengarnsträngen zusammenbinden. Auf einen großen Teller geben.



Die gefüllten Rouladen …

Backofen auf 180 ºC Umluft erhitzen. Rouladen hintereinander in einen Bräter legen. Sauce vorsichtig neben den Rouladen hineingeben. Bräter zugedeckt für 1 Stunde auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Wasser in einem großem Topf erhitzen, salzen und Kartoffeln darin 15 Minuten garen. Herausnehmen, grob zerkleinern und auf zwei Teller geben.



… und das Ergebnis nach dem Garen.

Bräter aus dem Backofen herausnehmen. Rouladen herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und Küchengarn entfernen. Rouladen zu den Kartoffeln geben. Sauce abschmecken, dann über Rouladen und Kartoffeln geben und alles servieren.

Rouladen mit Speckknödel



Gefüllte Rouladen mit Knödel

Meinen bisherigen Supermarkt finde ich wirklich gut, er hat ein sehr gutes Angebot, eine große Auswahl, und das Einkaufen macht dort wirklich Spaß. Nur finde ich in letzter Zeit die Auswahl an der Frischfleischtheke nicht mehr so anregend. Das Angebot ist meistens gleich – Braten, Gulasch, Steak, Schnitzel, Hackfleisch, Schweinebauch, einige marinierte Fleischstücke für den Grill, das war es eigentlich auch. Gut, ich kann dort auch Innereien bestellen, aber das mache ich nicht so oft. Also kam ich ganz einfach auf die Idee … einfach einen anderen Supermarkt auszuprobieren und zu schauen, wie das Angebot dort ist. Der andere Supermarkt hat zwar keine Frischfleischtheke, aber eine gekühlte Frischfleischabteilung mit frischem, verpacktem Fleisch. Und dort fand ich zum einen einige abgepackte Innereien, preiswerte Fleischknochen für Fonds, Bratenfleisch und preiswerte Rinderrouladen. Es lohnt sich also auf alle Fälle immer, zu schauen, was die Konkurrenz im Sortiment hat. Demnächst teste ich einen weiteren Supermarkt, um zu schauen, wie das Angebot dort ist.

Die Füllung wollte ich nicht klassisch zubereiten, sondern

entschied mich für eine pürierte Füllung aus Leber, Speck, Schalotten und Knoblauch, der ich etwas klein geschnittenen Mozzarella untermischte. Also eher eine Füllung, wie man sie für eine Pastete kennt. Das Problem, das sich bei der Füllung ergab, war jedoch, dass sie nach dem Pürieren durch die Lebern viel zu flüssig war, was ich nicht erwartet hatte. Ich hätte sie in dieser Konsistenz nicht für die Rouladen verwenden können. Hackfleisch für eine bessere Bindung hatte ich nicht vorrätig und wollte ich auch nicht verwenden. Somit bietet es sich an – wie bei einer Frikadellenmasse, die für die Pfanne noch zu flüssig ist –, einfach etwas Paniermehl unterzumischen. Die Füllung wird schön kompakt und die Rouladen lassen sich gut damit befüllen. Ich verzichtete jedoch aufgrund der anfänglichen Probleme mit der Konsistenz nicht darauf, die Füllung mit 1 cl gutem Cognac zu aromatisieren.



Rouladen mit Knödel auf einem Teller angerichtet

Dazu eine exzellente Rotweinbratensauce, die sich beim Köcheln der Rouladen mit dem hinzugefügten Gemüse sogar ohne zusätzlichen Braten- oder Gemüsefond bildet. Es ist

empfehlenswert, den gleichen hochwertigen (Rot-)Wein, den man selbst zum Essen genießt, auch zum Kochen zu verwenden. Ich habe zum Kochen einen hervorragenden französischen Rotwein verwendet. Die schmackhafte Sauce spricht für sich.

Und klassisch zum Gericht Speckknödel als Beilage.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Rouladen (300 g Rouladenfleisch vom Rind)

Für die Füllung:

- 150 g Hähnchenlebern
- 50 g Südtiroler Speck a.a.G
- ½ Mozzarellakugel (60 g)
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- mittelscharfer Senf
- 1 cl Rémy Martin Cœur de Cognac
- 3 EL Paniermehl
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

- ein Stück Knollensellerie
- 1 Wurzel
- ½ Lauchstange
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 300 ml trockener Rotwein
- 150 ml Wasser
- Olivenöl

- 2 Speckknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 60 Min.

Lebern von Fett befreien und grob zerkleinern. Speck in kleine Würfel schneiden. Beides in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote ebenfalls kleinschneiden. Blättchen des Rosmarin abzupfen und kleinwiegen. Mozzarella in kleine Stücke schneiden. Schalotte, Knoblauch, Chilischote, Rosmarin, Mozzarella, Senf und Cognac in die Rührschüssel hinzugeben. Dann zum Binden Paniermehl dazugeben, alles sehr gut mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen, gut vermengen und einige Minuten ruhen lassen. Rouladenfleisch auf ein großes Arbeitsbrett legen, nicht würzen, jede Roulade mit der Hälfte der Füllmasse füllen, zusammenrollen und 2–3 Mal mit Küchengarn zusammenschnüren.

Sellerie, Wurzel, Lauch, Zwiebel und Knoblauchzehen nicht putzen, sondern nur grob zerkleinern. Sie geben der Sauce nur Aroma und werden vor dem Servieren herausgenommen. Öl in einem großen Topf sehr stark erhitzen, es darf rauchen. Rouladen hineingeben und auf der Unterseite scharf anbraten. Gemüse dazugeben, mit Rotwein und dann Wasser ablöschen und zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen die Speckknödel frisch zubereiten oder kurz vor Ende der Garzeit aufgetaute Knödel in siedendem Wasser 5–10 Minuten erhitzen. Gemüse aus der Rouladensauce nehmen und die Sauce mit Salz würzen und abschmecken. Rouladen herausnehmen, Küchengarn entfernen und die Rouladen auf einen Teller geben. Knödel dazugeben und beides kräftig mit Sauce übergießen.