

Wirsingrouladen mit Joghurt-Senf-Soße



Zutaten für 4 Personen

1	Wirsingkohl
	Salz
1	Zwiebel
400 g	Beefsteakhackfleisch
1 EL	Magerquark
1-2 TL	Tomatenmark
	weißer Pfeffer
	Rosen-Paprika
600 g	Kartoffeln
30 g	Butter oder Margarine
¼ l	klare Brühe (instant)
	geriebene Muskatnuss
2 (à 150 g)	Magermilch-Joghurt
2-3 EL	Senf

Zubereitung

- 1 Vom Wirsing 8 große Blätter ablösen, waschen und in Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Blätter kurz in kaltes Wasser legen, dann abtropfen lassen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Hack, Zwiebeln, Quark, Tomatenmark, etwas Salz, Pfeffer und Paprikapulver verkneten. Blanchierte Kohlblätter auslegen und die Blattrippen flachschneiden. Jeweils zwei Blätter übereinander legen und mit 1/4 der Hackmasse bestreichen. Die Seiten einschlagen und die Blätter aufrollen. Mit einem Holzstäbchen feststecken. Kartoffeln schälen, waschen. In Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Die Hälfte des Fettes zerlassen. Kohlrouladen darin anbraten. Mit 1/4 Liter Wasser ablöschen. Zugedeckt 10-15 Minuten schmoren
- 2 Restlichen Kohl vierteln, Strunk herausschneiden. Kohl in Streifen schneiden und waschen. Im restliche Fett andünsten und mit Brühe ablöschen. Ca. 10 Minuten schmoren. Mit Pfeffer und Muskat würzen. Aus Joghurt, Senf und Pfeffer eine Soße rühren und zu den Röllchen servieren