



Rindsroulade à la Martell

4 große Rindsrouladen (Oberschale vom Jungbullen)

(pro Person ruhig 1-2 Rouladen einplanen)

1 Zwiebel

1 Glas Gewürzgurken

4 Scheiben Frühstücksspeck dünn geschnitten

Senf

400 ml Gemüsebrühe

200 ml Spätburgunder

Salz

Pfeffer

Speisestärke

Sonnenblumenöl

1 Lorbeerblatt

800 g Kartoffeln

½ l Milch

600 g Möhren

200 g gefrorene Erbsen

Die Rouladen mit einem Fleischhämmerchen weich klopfen.

Salzen und pfeffern, dann mit Senf bestreichen.

Eine Scheibe Frühstücksspeck und in feine Scheiben geschnittene Gurken auflegen, eng zusammenrollen und mit einem Holzspieß fixieren.

In der Kasserole Sonnenblumenöl erhitzen, darin eine kleingehackte Zwiebel schwitzen, bis sie anfängt braun zu werden. Zwiebel wieder rausnehmen. Die Rouladen rundherum scharf anbraten. Mit Rotwein ablöschen. Die Zwiebeln und die Brühe und ein Lorbeerblatt dazu geben und 3 Stunden bei leichter Hitze schmoren. Zwischendurch umrühren.

Wenn die Rouladen fertig sind (das Fleisch sollte fast zerbröckeln, wenn man es mit der Gabel probiert) nimmt man sie raus und bindet die Soße mit Speisestärke und schmeckt sie mit Salz und Pfeffer ab.

Dazu **Kartoffelstampf**:

Die Kartoffeln mit Meersalz und leicht mit Wasser bedeckt 35 min kochen.

Mit einem Kartoffelstampfer grob zerkleinern. Zwei EL Butter und nach und nach die heiße Milch dazu geben. Rühren bis ein bissfester Brei entsteht. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Die Möhren schälen, in Scheiben schneiden und 10 min in Salzwasser leicht köcheln lassen. Kurz vor Ende der Kochzeit die tiefgefrorenen Erbsen dazu geben und mit Butter abschmecken.

Über die veraltete Regel, zu Rindfleisch Rotwein zu servieren setzte ich mich hinweg und reiche einen schönen trockenen Riesling vom Weingut Weinel (Rheinhessen) meines befreundeten Winzers Philipp Mauer.

Bon appétit!

Weitere leckere Rezepte unter www.johnnys-kitchen.de