

# Levantinische Kohlröllchen

- **Küche:** Arabisch, Orientalisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 1:10 h
- **Fertig in** 1:30 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '90', 'cook_time' : '1:10 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : " } });
```

Eine arabische Variante der guten, alten Kohlroulade

## Zutaten

- 400 g Lammgehacktes
- 1 kleiner Kopf Weißkohl
- 150 g Rundkornreis
- 1 mittelgroße, gehackte Zwiebel
- 1 geschnittene Knoblauchzehe
- 30 ml Olivenöl
- 3 El frische Minze, gehackt
- 3 Tl Baharat
- Salz und Pfeffer
- 2 Zitronen in dünnen Scheiben
- Saft von 2 Zitronen
- ½ l Gemüsebrühe

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Vorbereitungen:

### Schritt2

Den Reis unter fließendem Wasser waschen und knapp bedeckt ca. 30 min. einweichen.

### Schritt3

Den Kohl waschen, ev. die großen äußeren Blätter entfernen und im Ganzen in kochendem Salzwasser 4 - 5 min. blanchieren,.

#### **Schritt4**

Heraus nehmen und in kaltem Wasser abkühlen lassen. Die Strünke entfernen, ausbreiten, die dicken Rippen ev. flacher schneiden.

#### **Schritt5**

Die Füllung:

#### **Schritt6**

Das Lammhack mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Minze, und Baharat würzen und mit dem Reis gut verarbeiten.

#### **Schritt7**

1 - 2 El Masse pro Blatt „mittig“ auf dem Kohl verteilen. Die Seiten etwas einschlagen und einrollen. In einen ausreichend großen Topf setzen und mit den Zitronenscheiben bedecken. Mit dem Zitronensaft, der Gemüsebrühe und etwas Olivenöl aufgießen.

#### **Schritt8**

Bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel, ca. 60 - 70 min. garen

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** abwechslungsreich, für jeden tag, hausgemacht, mit knoblauch, preiswert, traditionell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/levantinische-kohlroellchen/>