



Schnelle italienische Rindsrouladen

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Eine schnelle, italienische Variante als Gegenstück zur deutschen Rindsroulade.

Zutaten

- 4 Rumpsteaks, dünn geklopft à 160 g
- 4 dünne Scheiben Parma Schinken
- 1/4 l Tomatensaft
- 1/4 l brauner Bratensaft
- 100 g Ricotta in Würfeln
- 2 El geriebener Parmesan
- 200 - 250 g Tomaten in Öl, grob gewürfelt
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 2 fein geschnittene Knoblauchzehen
- 5 - 6 schwarze Oliven, gewürfelt
- 2 El gehackte Petersilie
- 3 El fein geschnittener frischer Basilikum
- 1 El frischer Thymian, gezupft, geschnitten
- 1 El Majoran, gezupft, geschnitten
- 1 Tl Rosmarin, gehackt
- 1 El geriebenes Weißbrot
- Olivenöl zum Anbraten
- Salz, Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Füllung:

Schritt2

Die gewürfelten Zwiebeln mit dem Knoblauch in Olivenöl glasig anschwitzen. Die Tomaten, die Oliven, die Kräuter dazu geben danach das Weißbrot und den Parmesan, nachschmecken.

Schritt3

Die Herstellung:

Schritt4

Die Rumpsteaks an der Fettseite 3 - 4-mal einschneiden (Soll das Zusammenziehen verhindern) und zwischen zwei Küchenfolien wie ein Minutensteak dünn klopfen.

Schritt5

Auslegen und zunächst je eine Scheibe Parmaschinken und einige Basilikumblätter darüber geben. Danach die Füllung aufstreichen, den Ricotta gleichmäßig verteilen, aufrollen.

Schritt6

Mit Zahnstochern fest stecken, äußerlich leicht salzen und pfeffern.

Schritt7

Nunmehr in heißem Öl von allen Seiten gut anbraten, Farbe nehmen lassen.

Schritt8

Zunächst mit dem Tomatensaft und dem Bratensaft ablöschen und für ca. 20 min. bei geschlossenem Deckel leise köcheln lassen

Schritt9

(Oder in den auf 180° C vorgeheizten Backofen schieben, kommt etwas auf die Qualität des Fleisches an)

Schritt10

Danach prüfen, ev. noch etwas nach schieben,heraus nehmen, warm halten.

Schritt11

Den Fond auf die benötigte Menge einkochen, nachschmecken, ev. mit 1 Teelöffel Speisestärke „sämig“ binden.

Schritt12

Noch einige gehackte Kräuter dazu geben.

Schritt13

Anrichtevorschlag:

Schritt14

Gern serviere ich meine schnellen, italienischen Rindrouladen mit kurz geschwenktem Spitzkohl und einem Oliven Stampf und mit den verschiedenen, italienischen Teigwaren.

Rezeptart: Rindfleisch **Tags:** schnelle

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/schnelle-italienische-rindsrouladen/>