

# Vegetarische Wirsingrouladen mit Semmelfüllung

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 60m
- **Fertig in** 1:20 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '80', 'cook_time' : '60m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Die etwas anderen Wirsingrouladen für jeden Tag, fleischlos lecker,

## Zutaten

- Für die Wirsingrouladen und die Füllung:
- 1 kleiner Kopf frischer Wirsing
- 2 altbackene Brötchen in groben Würfeln
- 1 ganzes Ei
- ¼ l heiße Milch
- Etwas Butter und Öl
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 1 kleines Bund Schnittlauch, geschnitten
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss
- Etwas Gemüsebrühe
- Für die Champignonsoße:
- 400 g frische, weiße Champignons in dünnen Scheiben
- 1 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 150 g Crème fraiche
- 2 El gehackte Petersilie
- Salz und Pfeffer

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Füllung:

### Schritt2

Die altbackenen Brötchenwürfel zunächst mit der heißen Milch übergießen, abdecken und ca. 15

min. durchziehen lassen.

### **Schritt3**

Die Zwiebeln in etwas Butter glasig andünsten, zu den Brotwürfeln geben, salzen, pfeffern und mit etwas Muskatnuss würzen.

### **Schritt4**

Das Ei und den Schnittlauch unter arbeiten.

### **Schritt5**

Den Wirsing putzen, waschen, halbieren und den Strunk heraus schneiden.

### **Schritt6**

In kochendes Salzwasser mit etwas Kümmel 3 - 4 min. blanchieren, heraus nehmen und in kaltem Wasser abkühlen.

### **Schritt7**

Aus den einzelnen Blättern die Strünke schneiden, 2 - 3 Blätter pro Portion auslegen, zusammenlegen und die Füllung verteilen.

### **Schritt8**

Und jetzt kommt ein kleiner Küchentrick:

### **Schritt9**

Jede Kohlroulade mittig auf ein Küchentuch geben, zunächst die Blätter einschlagen, dann das Handtuch zusammen schlagen und fest drehen.

### **Schritt10**

So erhält man schöne, geschlossene Kohlrouladen, die in einem ausreichend großen Bräter, Topf oder eine Auflaufform gesetzt werden.

### **Schritt11**

Etwa mit Gemüsebrühe angießen und für 55 - 60 min.

### **Schritt12**

in den auf 180° C vorgeheizten Backofen schieben, appetitlich bräunen.

### **Schritt13**

Die Champignonsoße:

### **Schritt14**

Die Champignons in einer großen Stielpfanne 4 - 5 min. recht heiß anbraten, salzen und pfeffern.

### **Schritt15**

Die Zwiebeln dazu geben, weitere 2 min. angehen lassen und Crème fraiche dazu geben.

### **Schritt16**

2 - 3 min. zusammen köcheln lassen, nachschmecken, ev. leicht mit Speisestärke sämig binden und zuletzt die gehackte Petersilie dazu geben.

### **Schritt17**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt18**

Die Kohlrouladen anrichten und mit der Champignon - Sauerrahmsoße überziehen, dazu einen zünftigen Kartoffelstampf reichen.

**Tags:** für jeden tag, preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/vegetarische-wirsingrouladen-mit-semmelfuellung/>