Rinderrouladen mit Champignons gefüllt

Auch deftige Speisen können fettarm zubereitet werden, wie das Rezept für Rinderrouladen, die mit Champignons gefüllt werden, zeigt. Dieses Gericht macht jederzeit eine gute Figur!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 45 min

Koch/Backzeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,8 h

Foto: jh_tan84

Zutaten

4 Stk.	Rindsrouladen
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
4 TL	Senf (scharfen)
2 TL	Tomatenmark
2 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Gewürzgurken
260 g	Champignons
1 TL	Öl
500 ml	Fleischbrühe
4 EL	Crème légère
1 TL	Stärkemehl

Zubereitung

1. Für die Rinderrouladen mit Champignons gefüllt zunächst Zwiebeln schälen und in schmale Streifen schneiden. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Gurken vierteln.

2. Rinderrouladen mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Senf und Tomatenmark bestreichen. Das obere Drittel mit Champignons, Gurke und Zwiebel belegen und aufrollen. Mit Küchengarn umwickeln oder mit Rouladennadeln (alternativ: Zahnstocher) feststecken.

3. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Rouladen darin rundherum scharf anbraten. Fleischbrühe zugießen und die Rouladen bei geschlossenem Deckel ca. 1 Stunde schmoren lassen.

4. Crème légère mit dem Stärkemehl verrühren und in die Sauce geben. Gut verrühren und einmal aufkochen lassen. Rouladen mit Sauce anrichten und servieren.

Tipp

Zu den Rinderrouladen mit Champignons gefüllt schmecken Knödel oder Spätzle und grüne Bohnen oder Rotkraut.