

Kohlrouladen

Zutaten für 4 Personen:

1 Kopf Weißkraut

350 g Rinderhackfleisch

1 Brötchen

1 Ei

jeweils eine Msp. Salz, Pfeffer, Muskat

2 mittlere Zwiebeln

½ Bund glatte Petersilie

2 - 3 EL Öl

¼ l Gemüsebrühe

1 kleine Dose geschälte Tomaten und 1 EL Tomatenmark

1. Alle großen Blätter von dem Weißkraut lösen. Die Rippen flach schneiden. Die Blätter in heißes Wasser legen und ca. 15 Minuten bei geringer Hitze kochen. Dann vorsichtig herausnehmen und auf einem Sieb abtropfen lassen.
2. Das Fleisch mit dem eingeweichten, ausgedrückten und zerrupften Brötchen, einem Ei und den Gewürzen (Salz, Pfeffer, Muskat) vermischen.
3. Petersilie waschen, klein schneiden, Zwiebeln schälen und schneiden und unter die Masse mengen.
4. Auf die einzelnen Blätter (sind es kleinere, werden immer 2 zusammengelegt) etwas Fleischteig geben, zusammenrollen und mit einem Kochfaden (Handzwirn) oder Rouladenklammern zusammenhalten.
5. Öl erhitzen, die Rouladen von beiden Seiten anbraten, ca. ¼ l Wasser zugießen, Gemüsebrühwürfel, geschälte Tomaten und Tomatenmark dazu fügen und bei geringer Hitze ca. 50 Min. garen.
Dazu passen Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei.

Quarkklöße

Zutaten für 4 - 6 Personen:

750 g Quark

3 Eier, 1 Prise Salz

125 g Mehl

(eventuell 1 TL abgeriebene Schale von einer ungespritzten Zitrone)

dazu: Aprikosensoße und Mohnsoße:

1 Dose/Glas gekochte Aprikosen

1 Packung Backmischung Mohn, Milch, 4 EL süße Sahne

1. Gib den Quark auf ein Geschirrhandtuch und lasse das Tuch auf einem Sieb auf einer Schüssel abtropfen (am besten über Nacht). Presse dann das restliche Wasser aus dem Handtuch raus. So erhält man ca. 500 g feste Masse. Stelle einen Topf mit ca. 2 l Wasser auf und bringe das Wasser zum Kochen.
2. In der Zwischenzeit fülle den Quark in eine Schüssel und gib die Eier das Salz, die abgeschriebene Zitrone und das Mehl dazu und mische die Masse. Dann forme Klöße daraus. Am besten gelingt das, wenn Du Deine Hände immer wieder mit kaltem Wasser anfeuchtest.
3. Gib die Klöße sofort in kochendes Wasser und lasse die Klöße bei schwacher Hitze 10 bis 12 Min. garen. In der Zwischenzeit bereitest Du die Aprikosen- und Mohnsoße vor:
4. Zu dem Quarkkloß schmeckt Apfelbrei oder eine Aprikosensoße entweder aus frischem Obst gekocht oder aus dem Glas/Dose. Für die Aprikosensoße gibst Du den Inhalt einer Dose/Glas Aprikosen in eine Schüssel und pürierst sie mit einem Pürierstab.
5. Für die Mohnsoße gibst Du die Hälfte der Mohnbackmischung in einen Topf, fügst 2 Tassen Milch und 4 EL süßer Sahne dazu und bringst die Masse unter leichter Hitze zum Kochen.
6. Nimm die Mohnklöße mit einer Schöpfkelle aus dem Wasser heraus und lege jeweils einen Kloß auf einen Teller und richte ihn mit der Aprikosen- und Mohnsoße an.