



WIRSING-ROULADEN MIT LINSEN



Für 4 Personen

ZUTATEN

1 großer Wirsingkohl
300 g Linsen
150 g Champignons
150 g Rote Beete (gekocht)
3 Schalotten
2 Knoblauchzehen
200 ml Crème fraîche oder vegane
Crème fraîche
1 Bund Petersilie
2 EL Kümmelsaat
2 El weißer Balsamico
1 TL Zucker
Salz
frisch gemahlener, schwarzer
Pfeffer

ZUBEREITUNG

Schalotten, Champignons, Rote Beete (Rote Beete Saft aufheben), Knoblauch klein würfeln. Wirsingblätter waschen und Mittelstrunk entfernen. Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Gleichzeitig Linsen ca. 30 min. weichkochen und Wirsing blanchieren.

Sobald die Schalotten eine gold-gelbe Farbe angenommen haben, können Champignons und Rote Beete hinzugegeben werden. Nach ca. 10 Minuten Garzeit gehackte Petersilie dazugeben. Linsen und Gemüse gut vermengen und von der Hitze nehmen.

Abgekühlte Wirsingblätter mit der Linsen-Gemüsemischung füllen und in eine mittelgroße Ofenform geben. Bei 180°C und hoher Dampfzugabe auf Einschube 2 ca. 20 Min. garen.

Rote Beete Saft mit Crème fraîche verrühren und über die Wirsing-Rouladen geben. Nach Bedarf mit restlicher Füllung garnieren.