KIKKOMAN

# Wirsingroulade mit Tomaten-Lebkuchensauce

Gesamtzeit **55 Min.**

Nährwertangaben (pro Portion):
**1.444 kJ / 345 kcal**

Fett: **18,5 g** Eiweiß: **33,1 g**
Kohlenhydrate: **10,9 g**

## ZUTATEN

**2 Portion(en)**

| | |
|---|---|
| **4** | große Wirsingblätter |
| **1** | Schalotte |
| **1** | kleines Bund Petersilie |
| **250 g** | Rinderfaschiertes |
| **1 TL** | Senf |
| **0,5 TL** | grober Pfeffer |
| **6 EL** | Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce |
| **4** | große Tomaten |
| **1** | kleine Zwiebel |
| **1** | Zweig Thymian |
| **200 ml** | Gemüsebrühe |
| **1 EL** | Tomatenmark |
| | Zucker |
| | Lebkuchengewürz |

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Wirsingblätter in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, kalt abspülen und zu dicken Strunk flach wegschneiden. Schalotte schälen, fein hacken, Petersilie waschen und ebenfalls fein hacken. Hackfleisch mit Schalotte, Petersilie, Senf und Pfeffer vermengen und mit etwas natürlich gebrauter Sojasauce abschmecken. Faschiertes auf die Wirsingblätter verteilen, fest einrollen und mit einem Küchengarn binden.

### Schritt 2

Tomaten waschen, Strunk entfernen, grob in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls kleinschneiden. Thymian vom Stängel abzupfen, alles zusammen in eine feuerfeste Form geben, mit der Brühe angießen, Rouladen darauf setzen und im vorgeheiztem Backofen bei 180 Grad ca. 40 Minuten garen und dabei gelegentlich wenden. Rouladen auf dem Teller anrichten, gegebenenfalls die restliche Flüssigkeit kurz verkochen lassen. Tomatenmark mit Zucker, Lebkuchengewürz und natürlich gebrauter Sojasauce abschmecken und über die Rouladen geben. Dazu passt ein leichter Kartoffelstampf.