

## 17. Kalenderwoche 2016

# REZEPTE

## Porree-Rollen - überbacken

**Zutaten:**  
für 4 Portionen



750 g Porree  
Salz, Pfeffer, Muskat,  
Zucker  
150 g Schinkenspeck,  
ganz dünn geschnitten  
10 g Margarine  
125 ml Milch  
4 Eigelb  
  
50 g ger. Emmentaler  
2 EL Semmelbrösel  
20 g Butter  
Petersilie, Tomaten nach  
Belieben

**Zubereitung:**  
ca. 35 Min. + 25 Min. Backzeit

Porree putzen und in ca. 10 cm lange Stücke schneiden.  
In mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker gewürztem Wasser ca. 10 Min.  
garen.  
Jedes Porreestück in eine Scheibe Schinkenspeck einrollen.  
Auflaufform fetten, mit restlichen Speck auslegen und die Lauchröllchen  
hineinlegen.  
Milch und  
Eigelb mit Salz und Muskat mischen und über den Lauch in die Auflaufform  
gießen.  
Käse und  
Semmelbrösel vermischen und darauf streuen.  
Butterflöckchen draufsetzen. Bei 200 °C ca. 20 Min. überbacken.  
Mit frischer Petersilie und Tomaten garnieren.

## Chinakohl-Rouladen

**Zutaten:**  
für 4 Portionen



200 g Basmatireis  
400 g Chinakohl  
  
100 g Porree  
200 g Möhren  
100 g Kohlrabi  
Ingwer, Knoblauch  
4 EL Öl  
4 EL Sojasauce  
Pfeffer, Salz  
  
300 ml Gemüsebrühe  
3 EL Speisestärke

**Zubereitung:**  
ca. 30-40 Min.

Basmati Reis nach Packungsanweisung kochen.  
Möglichst große Chinakohlblätter in kochendem Wasser kurz blanchieren.  
Mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.  
Porree waschen und in Ringe schneiden.  
Möhren schälen und in feine Streifen schneiden oder raspeln.  
Kohlrabi schälen und in feine Streifen schneiden oder raspeln.  
Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken.  
In einer großen Pfanne oder im Wok 3 EL Öl erhitzen und das Gemüse  
darin unter Rühren kurz anbraten. Mit Sojasauce,  
Pfeffer und Salz würzen. Sud abgießen und auffangen.  
Chinakohlblätter ausbreiten und Gemüsefüllung darauf verteilen. Die  
Seiten der Blätter nach innen schlagen und die Blätter der Länge nach fest  
aufrollen und mit einem Zahnstocher feststecken. In einer Pfanne 1 EL Öl  
erhitzen. Chinakohl-Rouladen darin von allen Seiten kurz anbraten.  
Gemüsebrühe angießen und ca. 15 Minuten auf niedriger Temperatur  
garen. Gemüsesud zur Sauce gießen. Speisestärke mit etwas kaltem  
Wasser glattrühren und Sauce damit binden. Evtl. mit Pfeffer, Salz und  
Sojasauce nachwürzen. Sauce auf Tellern verteilen und Chinakohl-  
Rouladen darauf anrichten. Basmatireis dazu reichen.