

Tipps zu Rouladen

Kategorien: Aufbau, Info, Fleisch, Roulade

Zutaten für: 1 Text

Roulade
Fleischvogel
Involtini
Paupiette

REF

-- Chuchi 4/2002
-- Erfasst von Rene Gagnaux

Anleitung:

Welches Stueck darfs denn sein?

Nicht jedes Stueck Fleisch eignet sich gleich gut zum Fuellen und Aufrollen. Je nach Fleischart und Einlagen unterscheiden sich auch die Garzeiten der Fleischroellchen markant.

Rollchen vom Rind: Am besten eignet sich ein Bratenstueck von der Unterspaelte (Unterschale), beispielsweise Saftplaetzli. Das Rindsplaetzli wird langsam auf nicht zu hoher Stufe im Ofen oder auf dem Herd je nach Fuellung 45 Minuten bis 75 Minuten geschmort.

Roellchen vom Kalb: Plaetzli vom Eckstueck sind wegen ihrer Grosse gut geeignet. 15 bis 20 Minuten reichen zum Kurzbraten. Je nach Fuellung (etwa Braet) kann sich die Garzeit auf 30 bis 45 Minuten verlaengern.

Rollchen vom Schwein: Fuer Fleischroellchen ist nur das Nierstueck gross genug. Das Kurzbratenstueck ist nach 10-15 Minuten gar. Bei einer Fuellung mit laengerer Kochdauer wird die Zeit entsprechend verlaengert.

Roellchen vom Gefluegel: Bei Truthahn, Poulet und Ente eignet sich jeweils das Bruststueck am besten. Mit einem sehr scharfen Messer koennen die Brusthaelften Laengs in duenne Plaetzli tranchiert werden. Am einfachsten ist es, wenn der Metzger das Fleisch schneidet. Die Zubereitungszeit betraegt je nach FueLLung 10-30 Minuten. Wichtig: Gefluegelfleisch muss immer ganz durchgegart werden.

So rollen Sie richtig

Grosse Plaetzli rollen sich leichter als kleine. je feiner die Fuellung, desto einfacher geht das Aufrollen von der Hand. Die Einlage nicht bis zum Rand auftragen. Fleischtranchen von der schmalen Seite her aufrollen, damit die Fuellung nicht austreten kann. Die Rollen mit Kuechengarn zweimal abbinden oder mit einem stabilen Zahnstocher fixieren.

Die Niedergarmethode

Roellchen aus Kalbs-, Schweine- oder Gefluegelfleisch werden besonders zart mit der Niedergarmethode. Das Fleisch wird dabei kurz, aber heiss angebraten. Danach wird es im vorgewaermten Backofen nachgegart. Diese Garmethode eignet sich besonders, wenn Gaeste erwartet werden, da die Fleischrollen nach dem Anbraten bis zu 50

Tipps zu Rouladen

(Fortsetzung)

Minuten im Ofen verweilen koennen. Bei den verschiedenen Fleischsorten sind die Brat, Gar- und Warmhaltezeiten unterschiedlich.

Schwein

Anbraten: rundum 5 Minuten. Nachgaren: 30 Minuten bei 80 Grad. Warm halten - bei 60 Grad bis zu 20 Minuten.

Kalb

Anbraten: rundum 5 Minuten. Nachgaren: 25 Minuten bei 80 Grad. Warm halten: bei 60 Grad bis zu 20 Minuten.

Gefluegel

Anbraten: rundum 6 Minuten. Nachgaren: 20-30 Minuten bei 80 Grad. Warm halten: bei 60 Grad bis zu 20 Minuten.