



Hauptgang oder Vorspeise

Champignonrolle pikant

Rezept für 4 Personen

Zutaten :

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1 Pack	Blätterteig (300 gr, rechteckig)
2	Zwiebeln
1 Stange	Lauch
1	Paprika (rot)
300 gr	weisse Champignons
250 gr	Chinakohl
150-200 gr	Sojasprossen
300 gr	Rinderhackfleisch
	Maizena
2 EL	Sherry (trocken)
3 EL	Sojasauce
1 - 2 dl	Fleischbouillon
	Chinagewürz
1	Ei
	Sojaöl
	Salz, Aromat, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Zwiebeln, Lauch, Paprika

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Den Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Paprika in Längsrichtung vierteln, die Kerne entnehmen in dünne Streifen schneiden.

Champignons

Putzen und halbieren (grosse Stücke vierteln)

Chinakohl, Sojasprossen

Den Kohl in feine Streifen schneiden, die Sojasprossen waschen

Sojaöl, Zwiebeln, Lauch, Hackfleisch, Paprika, Chinakohl, Champignons, Sojasprossen

In der Pfanne das Öl erhitzen. Zwiebeln und Lauch darin glasig braten. Das Rinderhackfleisch hinzufügen und unter Rühren braun werden lassen. Das restliche Gemüse (Paprika, Chinakohl, Champignons, Sojasprossen) hinzugeben und mischen. Mit Aromat, Salz und Pfeffer sowie Chinagewürz abschmecken.

Aromat, Salz, Pfeffer, Chinagewürz

Sherry, Sojasauce, Bouillon sowie Maizena

Sherry, Sojasauce, Bouillon zusammen mit einem KL Maizena mischen. Mit dieser Sauce das Gemüse/Fleischgemisch ablöschen und umrühren. Ca. 10 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Die Sauce einreduzieren. Abkühlen lassen.

Blätterteig, Eiweiss, Eigelb

Die Ränder des Blätterteigs mit Eiweiss bestreichen. Das Gemüse/Fleischgemisch in der Mitte des Blätterteigs in Längsrichtung auslegen. Die Enden des Blätterteigs einschlagen und eine Rolle bilden. Mit Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Backofen, bei 200 Grad, ca. 25-30 Minuten backen.