Dansk Ofenrouladen (Dänemark)

Zutaten für 4 Portionen:



6 Schweinerouladen
(aus der Oberschale à ca. 150 g)
Salz und Pfeffer
6 TL grober Senf
12 Scheiben Bacon
(Frühstücksspeck)
12 Pflaumen (ohne Stein)
2 Mittelgroße Zwiebeln
2 EL Olivenöl
200 ml Portwein
500 g Karotten
500 g Porree (Lauch)
1–2 TL Anis-Saat
2 EL Butterschmalz

Benötigte Werkzeuge:

Lebensmittelfaden oder Rouladennadeln

ZUBEREITUNG:

Fleisch trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Je 1 TL Senf auf die Rouladen streichen und mit je 2 Scheiben Speck sowie 2 Pflaumen belegen. Die Rouladen fest aufrollen und mit Lebensmittelschnur binden oder mit einer Rouladennadel feststecken.

Zwiebeln schälen und grob würfeln. Olivenöl in einem flachen Berater erhitzen. Rouladen darin rundherum ca. 10 Minuten kräftig anbraten. Backofen vorheizen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze oder Umluft: 175 Grad.

Zwiebeln zu den Rouladen geben und kurz anbraten, danach mit Rotwein und 400 ml Fleischfond ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann kurz aufkochen lassen. Im vorgeheizten Backofen ca. 1 1/2 Stunde offen schmoren.

Zwischendurch Rouladen wenden. Ca. 20 Minuten vor Ende der Schmorzeit Form mit Alufolie zudecken.

Inzwischen Möhren schälen, waschen, in Scheiben schneiden. Porree putzen, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Anis in einem Topf ohne Fett unter Rühren rösten, danach herausnehmen.

Butter in dem Topf schmelzen und Gemüse darin bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten dünsten. Evtl. etwas Gemüsefond angießen.

Rouladen und Gemüse anrichten. Mit dem gerösteten Anis bestreuen.

NÄHRWERTE:
Pro Person: 620 kcal - 59 g Eiweiß - 23 g Fett - 25 g Kohlenhydrate

