



Rezept

Zuckerhut-Rollen

Warm eingepackt: Soulfood aus Zuckerhut

20 Min

Aktive Zeit



50 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

ZUCKERHUT

1 Zuckerhut, ca. 500 g, 6-8 Blätter ausgelöst, Rest in feinen Streifen

Salzwasser, siedend

FÜLLUNG

1 Zwiebel, fein gehackt **Saison**

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

4 cm Ingwer, fein gerieben

100 g Bratspeck, grob gehackt

200 g geräucherter Tofu, an der Röstiraffel gerieben

1-2 EL Sojasauce

2 TL Sambal Oelek, nach Belieben

2 dl Gemüsebouillon

50 g Gruyère, gerieben

Salz, Pfeffer

WAS ES SONST NOCH BRAUCHT

Gratinform von ca. 1 Liter

Und so wird's gemacht

1 von 3

ZUCKERHUT

Blätter im siedenden Salzwasser ca. 30 Sek. blanchieren, herausnehmen, auf einem sauberen Küchentuch auslegen.

2 von 3

FÜLLUNG

Speck in einer Bratpfanne anbraten, Ingwer, Knoblauch und Zwiebel begeben, kurz mitbraten. Dann Zuckerhutstreifen und Tofu begeben, ca. 10 Minuten unter Rühren scharf anbraten. Sojasauce dazugiessen und zugedeckt köcheln, bis der Zuckerhut weich ist. Entstandene Flüssigkeit offen einkochen. Mit Sambal Oelek, Salz und Pfeffer würzen. Füllung etwas auskühlen, je ca. 2 EL davon auf die vorbereiteten Blätter verteilen. Je 2 Blätter übereinanderlegen, Ränder einschlagen und Rollen von der anderen Seite her aufrollen. In die Gratinform legen. Bouillon dazugiessen, Käse darüber streuen.

3 von 3

GRATINIEREN

Ca. 30 Minuten in der Mitte des auf 200° C vorgeheizten Ofens gratinieren. Herausnehmen, servieren.

TIPP

Wer das Gericht vegetarisch oder vegan mag, ersetzt den Speck mit mehr Tofu und lässt den Käse weg.