

Informationen zur Sendung vom 19.12.2023

Maronen-Roulade zu Lauch und Kürbis

Von Ulla Scholz

Zutaten (für 4 Portionen)

Maronen-Roulade

400 g Maronen
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe
150 g Sellerie
1 – 2 TL Geräuchertes Paprikapulver
2 cl Sojasauce
1 EL Tomatenmark
1 – 2 TL Ahornsirup oder Rübenkraut
ca. 150 ml Gemüsebrühe oder Wasser
Salz
Pfeffer
1 Paket Reisblätter
Olivenöl zum Anbraten

Kürbis aus dem Ofen

1 Butternut Kürbis oder 750 g Hokkaido
Olivenöl zum Anrösten
Salz

Lauchsalat

300 g Porree
1 Bio-Limette
100 g Mandeln
1 EL ÖL
Salz

Außerdem

Etwas Blattpetersilie
1 Granatapfel

Zubereitung

Den Kürbis halbieren und entkernen. Mit Salz würzen und mit etwas Öl begießen. Das Gemüse für ca. 2 Stunden im Backofen bei 180 Grad Umluft garen.

Die Lauchstangen putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Mit Salz und der abgeriebenen Schale einer Limette würzen. Abdecken und zur Seite stellen.

Eine Schüssel mit kaltem Wasser füllen. Den Granatapfel aufschneiden und die einzelnen Segmente unter Wasser aufbrechen, danach die Kernchen herauslösen. Das sorgt dafür, dass der Saft nicht überall herumspritzt. Die Kerne abdecken und ebenso zur Seite stellen.

Die Mandelstifte in einer Pfanne oder im Backofen golden rösten.

Für die Maronen-Roulade zunächst Schalotten und Knoblauch schälen, dann fein würfeln. Den Sellerie putzen und ebenfalls in kleine Würfel teilen.

In einer Schüssel Sojasauce, Olivenöl, Ahornsirup, Tomatenmark, Zwiebelwürfel und Knoblauchstücke sowie alle Gewürze zu einer Marinade verrühren. Maronen und Sellerie zugeben und beides mischen. Für 30 Minuten ziehen lassen.

Etwas Öl in einen passenden Bräter füllen und die Maronenmasse von allen Seiten einige Minuten kräftig anbraten. Mit Wasser oder Brühe ablöschen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Hitze abstellen und das Maronen-Ragout ein wenig abkühlen lassen.

Die Reisblätter vor jedem Wickeln kurz in Wasser tauchen und auf einem feuchten Küchentuch ausbreiten. In die Mitte 2 – 3 EL Maronenmasse platzieren. Die Seiten etwas einschlagen und das Reisblatt zu einer Rolle wickeln.

Informationen zur Sendung vom 19.12.2023

Maronen-Roulade zu Lauch und Kürbis

Von Ulla Scholz

Die Maronen-Rouladen in Pflanzenöl von beiden Seiten 2 – 3 Minuten braten und kurz warmstellen.

Das Kürbisfleisch aus der Schale lösen und in mundgerechte Stücke teilen. Die marinierten Lauchstreifen und die Hälfte der Granatapfelkerne mit den heißen Kürbisstreifen und den gerösteten Mandeln mischen.

Anrichten

Auf jeden Teller eine Portion Lauch-Kürbis-Gemüse geben und eine Roulade auflegen. Mit den restlichen Granatapfelkernen und gehackter Blatt Petersilie vollenden.

Ullas Küchentipps

Maronen

Die Marone ist die noble Verwandte der Esskastanie. Sie wurde über Jahrhunderte veredelt und gezüchtet. Mit der Esskastanie aus dem Stadtpark haben die Früchte wenig gemeinsam. Die bestehen im Inneren meist aus unzähligen Windungen und die Schutzhaut lässt sich kaum lösen. Frische Maronen aus der Pfalz, aus Italien oder Frankreich werden im Winter im gutsortierten Gemüsehandel angeboten. Diese Früchte können zur Weiterverarbeitung im Ofen oder einer Pfanne geröstet, geschält und abkochen werden. Das ist viel Arbeit – ich greife lieber zu vorgekochter und vakuumierter Ware aus der Gemüseabteilung im Supermarkt. Maronen waren früher in armen Gegenden – zum Beispiel in Frankreich in den kargen Cevennen – ein Hauptnahrungsmittel für die Bevölkerung.

Reisblätter

Hier ist es wichtig, dass darauf geachtet wird, dass genügend Reisblätter im Vorratsschrank vorhanden sind. Das empfindliche Lebensmittel ist äußerst zerbrechlich und erfüllt seine Funktion in diesem Gericht nicht, wenn es Risse aufweist. Vorsicht ist beim Einkauf (nicht zerdrücken) und beim Öffnen der Packung geboten. Am besten wie ein rohes Ei behandeln, damit es später nicht aus der Packung bröckelt. Bei der Verarbeitung die Rouladen auf einem feuchten Handtuch wickeln. Ein zweites Reisblatt als Ummantelung ist auch möglich. In dem Fall kräftig braten, damit die Hülle knusprig wird.

Weitere Möglichkeiten

In diesem vegetarischen Weihnachts-Rezept gibt es viele Arbeitsschritte. Deshalb habe ich mich auf eine Grundzubereitung beschränkt, damit das Gericht auch Ungeübten gelingen kann.

Informationen zur Sendung vom 19.12.2023

Maronen-Roulade zu Lauch und Kürbis

Von Ulla Scholz

Gut passen würde hier noch eine Pilzsauce, die sich aus einigen getrockneten, eingeweichten Steinpilzen und frischen gebratenen Pilzen herstellen lässt.

Auch prima, wenn Hokkaido-Kürbis zum Einsatz kommt. Der gart weniger lange im Ofen.

Wer mit Lauch, Granatapfel und Kürbis fremdelt, könnte die Kastanien-Roulade auch auf feinen Endiviensalatstreifen und Kartoffelpüree anrichten. Dazu dann eine Pilzsauce reichen.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!