

Vegetarische Rezepte

Spinatroulade

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Gemüse, Brokkoli, Hauptgericht, Mozzarella, Spinat, Vegetarisch

500 g Kleine Spinatblätter
2 Essl. Wasser
4 Getrennte Eier
1/2 Teel. Gemahlene Muskatnuss

Salz und Pfeffer
300 ml Sugocasa (Tomatensauce) zum
- Servieren

FÜLLUNG

175 g Kleine Brokkoliröschen
25 g Frisch geriebener Parmesan

175 g Geriebener Mozzarella

1. Spinat waschen und nass in einen großen Topf geben. Wasser dazugeben. Fest mit einem Deckel abdecken und bei hoher Hitze 4-5 Minuten kochen, bis er zusammenfällt und weich ist. Gut abgießen und restliches Wasser auspressen. Fein hacken und trocken tupfen.
2. Spinat gut mit Eigelb, Gewürzen und Muskatnuss vermischen. Eiweiß schaumig, aber nicht zu steif schlagen und unter die Spinatmischung ziehen.
3. Eine 32 x 23 cm Biskuitrollenform einfetten und auslegen. Mischung in die Form geben und glatt streichen. Im vorgeheizten Ofen bei 220 °C/Gas Stufe 7 12-15 Minuten backen, bis die Rolle fest und golden ist.
4. In der Zwischenzeit Brokkoliröschen in leicht gesalzenem Wasser 4- 5 Minuten kochen, bis sie gerade weich sind. Abgießen und warm stellen.
5. Parmesan auf ein Stück Backpapier streuen. Den Boden darauf stürzen und das Backpapier abziehen. Mozzarella darauf streuen und Brokkoli darüber geben.
6. Ein Ende des Papiers festhalten und den Spinatboden wie eine Biskuitrolle aufrollen. Sugocasa erhitzen und auf vorgewärmte Servierteller geben. Roulade in Scheiben schneiden und auf die Sugocasa geben.