Braciole Napoletane

Langsam geschmort und herrlich duftend. Braciole Napoletane sind italienische Rinderrouladen in Tomatensauce. Durch eine Füllung aus Parmesan, Rosinen werden die Rouladen besonders aromatisch. Hol dir die neapolitanische Spezialität nach Hause und verwöhn deinen Gaumen mit einem Gericht, dass dir das Gefühl gibt mitten in Neapel von einer italienischen Nonna bekocht zu werden. Und wenn du nicht genug davon bekommst, kannst du dir die Braciole Napoletane direkt auf Vorrat einkochen.



Braciole Napoletane | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (7 Stück): 1 Kilo Rinderrouladen (sieben Scheiben) aus der Oberschale | 6 Zehen Knoblauchzehen | 60 Gramm Parmesan | 70 Gramm Rosinen | 100 Gramm Mandeln | Salz | Pfeffer | 75 Milliliter Olivenöl | 500 Milliliter Rotwein | 400 Gramm gehackte Tomaten | Frisches Basilikum | Küchengarn



Braciole Napoletane | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (2,5 Stunden): 1. Rouladen plattieren, nebeneinander ausbreiten und gut salzen und pfeffern. 2. Knoblauchzehen schälen, fein hacken und auf den Rouladen verteilen. 3. Parmesan reiben und auf die Rouladen geben. 4. Mandeln hacken und mit den Rosinen ebenfalls auf den Rouladen verteilen. 5. Du Rouladen fest einrollen. 6. Sieben Stücke Küchengarn (jeweils circa eine Armlänge) abschneiden und die Rouladen damit fixieren. 8. Rouladen in Olivenöl rundherum scharf anbraten. 9. Mit Rotwein ablöschen, gehackte Tomaten hinzugeben und zwei Stunden auf kleiner Falle schmoren lassen. 10. Mit Salz abschmecken. 11. Mit frischem Basilikum servieren oder bei 100° 120 Minuten einkochen (bitte beachte dazu auch meine Einkochhinweise). Auf Grund der Mandeln empfehle ich die eingekochten Rouladen innerhalb von sechs Monaten zu verbrauchen.

Dazu passt hervorragend: Tagliatelle, Gnocchi alla romana oder Polenta. Jetzt noch mehr italienische Rezepte, weitere Rouladen-Gerichte oder gleich alle Fleischgerichte entdecken!

Nährwerte/Roulade: 483 Kalorien | 27,2 Gramm Fett | 12,2 Gramm Kohlenhydrate | 35,5 Gramm Eiweiß