



Besser essen.  
Besser leben.

# VIDEO! Rinderrouladen

4 Personen 15 Minuten 20 Minuten normal

## Zutaten

- 4 Stck. Rinderrouladen (à ca. 180 g)
- 8 Stck. durchwachsener Speck (z.B. Pancetta)
- 2 Stck. Zwiebel
- 8 Stck. Gewürzgurken
- 2 Stck. Möhren
- 1 Stck. rote Paprika
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL scharfer Senf
- 1 EL Honig
- 1 EL Crème fraîche
- 20 ml trockener Rotwein
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer



## Zubereitung

1. 3 Liter Topf bis zum Fleischfenster aufheizen
2. Rouladen ausrollen und mit Senf, Salz und Pfeffer bestreichen. Anschließend Rouladen mit durchwachsenden Speck, Gewürzgurken und Zwiebeln befüllen und zusammenrollen und mit zwei Zahnstochern fixieren.
3. Navigeno nach dem Aufheizen auf Stufe 2 stellen.
4. Rouladen von beiden Seiten scharf anbraten und in den Servierdeckel legen.
5. Für die Sause: restliche Zwiebeln, Möhren(in Scheiben geschnitten), Paprika(in Würfel geschnitten), ablöschen mit Rotwein, Salz und Pfeffer in den Topf geben und umrühren. Anschließend 2EL Tomatenmark, 1EL Senf, 1TL Honig und 20 ml Wasser in den Topf geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Rouladen wieder in den Topf geben und mit Secuquick verschließen. Navigeno auf "Automatik" schalten und den Audiotherm auf 20min auf Stufe "Turbo" einstellen.
7. Nach Ablauf der Zeit den Topf in den Servierdeckel stellen und warten bis der Secuquick von selbst drucklos wird. (15-20 Minuten)
8. 1EL Crème fraîche in die Sause geben und gut umrühren.