

Weißkohlrouladen mit vegetarischer Rote-Linsen-Füllung

für 4 Personen

Zutaten:

1 kleiner Weißkohl
100 g Rote Linsen
1 Stange Lauch
100 g Sellerie
2 EL Olivenöl
150 g Bergkäse
1 Ei
½ TL Sojasoße
Salz, Pfeffer
¼ l Gemüsebrühe

Zubereitung:

ca. 8 Weißkohlblätter blanchieren. Restliches Kraut in feine Streifen schneiden.

100 g Rote Linsen für 10 Minuten weich kochen.

Lauch in feine Ringe schneiden. Sellerie in feine Würfel schneiden.

In Öl anbraten: Sellerie 5 Min., Lauch und Weißkrautstreifen 3 Min.

Gekochte Linsen dazu und etwas abkühlen lassen.

Bergkäse reiben (etwas zum Überbacken zurücklassen) mit Ei, Gemüse, Sojasoße, Salz, Pfeffer mischen.

Füllung in Weißkohlblätter wickeln. In Auflaufform setzen und mit Gemüsebrühe begießen.

Im Backofen:

200° C – 15 Minuten

mit restlichem Käse bestreuen und nochmal 5 Minuten in den Ofen.

Auch sehr gut als Füllung für Auberginen, Zucchini, Paprika...

