# Rinderrouladen mit Paprika und Schafskäse

Rinderrouladen mit Paprika und Schafskäse sind eine köstliche und aromatische Variante des klassischen deutschen Gerichts. Der Geschmack ist eine wunderbare Mischung aus dem zarten, saftigen Rindfleisch und der süßlichen Note der Paprika. Der Schafskäse fügt eine cremige und leicht salzige Komponente hinzu, die perfekt mit den frischen Kräutern wie Thymian und Oregano harmoniert.
Die Zwiebeln und das Tomatenmark sorgen für eine tiefe, reichhaltige Basis, während der Rotwein und die Gemüsebrühe der Sauce eine komplexe und vollmundige Note verleihen. Insgesamt ist dieses Gericht eine herrliche Kombination aus herzhaften, süßen und leicht würzigen Aromen, die jeden Bissen zu einem Genuss machen.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 25 Minuten
Zubereitungszeit: 3 ½ Stunde(n)

## Zutaten für 4 Portionen

6 Rinderrouladen je 160g
2 Paprika rot
2 Paprika gelb
120 g Schafskäse
5 Zweig(e) Thymian
3 Zweig(e) Oregano
400 g Zwiebel(n)
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
4 EL Olivenöl
2 EL Tomatenmark
1 EL Weizenmehl
½ Liter Rotwein
¾ Liter Gemüsebrühe



Rinderrouladen, Paprika und Schafskäse

## Vorbereitung

Den Backofen auf 100°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Rinderrouladen kalt abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, putzen und die Hälften quer in grobe Streifen schneiden. Den Schafkäse in 6 fingerdicke Balken schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

## Zubereitung

Die Rouladen auf der Arbeitsfläche ausbreiten und mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils auf dem unteren Drittel die Paprikastreifen verteilen und mit je 1 Käsestück belegen. Mit Thymian und Oregano bestreuen. Die Seiten einschlagen und die Rouladen aufrollen. Mit Küchengarn zusammenbinden, salzen und pfeffern. Ca. 3 EL Olivenöl in einem Topf (24 cm) erhitzen, die Rouladen darin in ca. 5 Minuten ringsherum anbraten und herausnehmen. Restliches Öl mit den Zwiebeln in den Topf geben und 2 Minuten braten. Das Tomatenmark einrühren und noch 2

© 2026 coquina.de

Minuten bei mittlerer Hitze rösten. Mit Mehl bestäuben und unter ständigem Rühren 2 Minuten braten. Mit 1 Schuss Rotwein ablöschen, die Flüssigkeit vollständig einkochen lassen. Den Vorgang zweimal wiederholen. Den restlichen Rotwein und Gemüsefond dazugießen die Rouladen einlegen und alles aufkochen lassen. Abgedeckt auf dem Ofenrost im heißen Ofen (Mitte) in ca. 3 Stunden und 40 Minuten garen. Dabei mehrmals mit einer Fleischgabel prüfen, ob das Fleisch schon weich ist. Nach der Garzeit den Topf aus dem Backofen nehmen die Rouladen auf einen Teller legen und das Garn entfernen. Die Sauce in ca. 15 Minuten sämig einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch hineineinlegen und aufkochen lassen. Die Rouladen aufschneiden und pro Portion drei Hälften mit reichlich Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Nach Belieben mit frischem Oregano und Thymian garnieren und mit breiten Nudeln servieren.

© 2026 coquina.de