Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Gefüllte Hirtenrollen

Zutaten:

Zutaten für 8 Rollen – 4 Personen

- 350 g Lammhackfleisch (Ersatzweise gemischtes Hackfleisch)
- Jeweils eine ½ grüne, rote und gelbe Paprika (entkernt und gewürfelt)
- 1 kleine. Zwiebel (fein gewürfelt)
- 2 Knoblauchzehen (fein gewürfelt)
- 1 Ei
- 3 EL Semmelbrösel oder Haferflocken
- 2 EL Joghurt oder ein Schuss kohlensäurehaltiges Mineralwasser
- 4 EL fein geschnittene Kräuter (z.B. Petersilie, Rosmarin, Oregano)
- 1/3 TL Backpulver oder reines Speisenatron
- Salz und Pfeffer
- etwas Paprika und eine Prise Zimt

Extra

- 2-3 EL Raps- oder Sonnenblumenöl zum Anbraten
- 100 g Ziegenfrischkäse oder heimischer Schafskäse

Zubereitung

1. Die gewürfelten Paprika, Zwiebeln und den Knoblauch mit dem Öl in einer Pfanne 3 bis 4 Minuten anbraten. Etwas abkühlen lassen.
2. Alle Zutaten – bis auf den Ziegen- oder Schafskäse – für den Fleischteig gründlich vermengen und mit den Gewürzen abschmecken.
3. Diese Farce (Masse) 30 Minuten kühlen und ruhen lassen.
4. Mit feuchten Händen aus der Masse acht handgroße Fladen formen.
5. Auf jeden Fladen eine Scheibe Ziegenfrischkäse oder Schafskäse legen.
6. Nun den Käse in dem Fladen einschlagen und in Form bringen. Der Käse muss komplett umschlossen sein.
7. Etwas Öl in eine Grillpfanne geben, verteilen und die Hirtenrollen bei mittlerer Hitze beidseitig braten. Oder auf

dem Grill braten, dann wird`s noch besser!

Tipp: Dazu schmecken Krautsalat, frisches Knoblauchbrot und fein gehobelte rote Zwiebelringe.