

Schwäbischer Laubfrosch mit Wirsing



Zutaten:

- 4 große Wirsingblätter (möglichst die äußeren Blätter)
- 350 g Rinderhackfleisch
- 1 Brötchen vom Vortag
- 50 ml Milch
- 1 kleine Zwiebel (rot oder weiß)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Ei
- 1 EL Senf, mittelscharf
- 2 EL glatte Petersilie, fein geschnitten
- Majoran
- Salz, Pfeffer
- 250 ml Gemüsebrühe
- Salzwasser zum Blanchieren der Wirsingblätter
- Etwas Öl



Zubereitung

Zunächst die Wirsingblätter waschen. Aus den Blättern die dicke Strunkader wegschneiden. Die Blätter in kochendem Wasser 1-2 Minuten kochen lassen (blanchieren) und anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Blätter gut abtropfen lassen und auf einem Küchentuch ausbreiten. Ein zweites Küchentuch darauf legen und mit einem Nudelholz solange darüber walgen, bis die Wirsingblätter mürbe und trocken sind.

Für die Füllung das Brötchen klein schneiden und heiße Milch darüber gießen. Geschälte Zwiebel und Knoblauch fein schneiden und in etwas Öl glasig dünsten. Die abgekühlte Zwiebel-Knoblauchmasse abkühlen lassen. Dann mit Hackfleisch in eine Schüssel geben. Das ausgedrückte Brötchen, Ei, Senf und die Kräuter zugeben. Alles gründlich vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Einen Schöpflöffel mit einem Wirsingblatt belegen. Einen guten Esslöffel Füllung einfüllen, andrücken und die überlappenden Enden nach innen schlagen. Gut andrücken. Vorgang wiederholen bis alle Blätter gefüllt sind.

Die Wirsingpäckchen mit der Nacht nach unten in einen gefetteten Topf legen. Kurz anbraten. Dann mit Gemüsebrühe angießen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten dünsten.

Tipp: Dazu passen Kartoffelpüree, Kartoffelsalat oder saure Rädle.