



Rezept der Woche

Chinakohl-Röllchen mit Frischkäsefüllung

Eine leckere Vorspeise oder Beilage zum Grillen. Oder einfach ein erfrischender Snack für heiße Sommertage. Lässt sich gut vorbereiten.

Zutaten:

- 1 Chinakohl
- 2 kleine Knoblauchzehen
- 150 g Creme fraiche oder Frischkäse
- 125 g geriebener Mozzarella

Dressing:

- 2 EL frische Kräuter nach Vorliebe (oder getrocknete italienische Kräutermischung)
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- Salz/Pfeffer
- Saft von 1/2 Zitrone

Den Knoblauch abziehen und in die Creme fraiche pressen. Mit Salz und Pfeffer würzen und glatt rühren.

Den gewaschenen Chinakohl gut abtrocknen und einzelne Blätter vorsichtig heraustrennen. Aus den Blättern jeweils den Strunk herausschneiden. Die Schnittstellen überlappend zurechtlegen, etwas Creme fraiche und Mozzarella darauf verteilen. Von der Strunkseite her aufrollen, dabei die Blattränder etwas einklappen. Die Röllchen nebeneinander in eine Schale oder Auflaufform legen.

Aus Zitronensaft, Olivenöl, Kräutern und Pfeffer/Salz ein Dressing zubereiten. Etwa 10 Minuten ziehen lassen. Dann das Dressing auf den Chinakohl-Röllchen verteilen. Etwa 1 Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen und servieren.

Tipp: Die Röllchen können schon am Vortag zubereitet werden. Das Dressing aber erst mit etwas Vorlauf vor dem Servieren dazugeben. Sonst werden die Röllchen matschig.