



## **Rezept für Wirsing-Rouladen mit Feta-Hirse-Füllung**

1 Wirsing von äußeren Blättern befreien und waschen. Ca. 10– 12 einzelne Blätter abschneiden und kurz blanchieren.

100 g Hirse mit  
200 ml Gemüsebrühe und  
1 EL Butter zufügen, ca. 5 Min. kochen, dann ausquellen lassen.  
1 Zwiebel sowie  
1 Knoblauchzehe schälen, hacken und in  
2 EL Olivenöl andünsten.  
1 TL geh. Thymian dazugeben, kurz mitdünsten.  
200 g Fetakäse fein würfeln,  
½ Bd. Schnittlauch in Röllchen schneiden und beides untermischen. Alles mit der  
Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Auf die abgetropften Kohlblätter je 2 EL Fetakäse-Hirse-Mischung geben, dann einrollen und in eine gefettete  
Auflaufform geben, Butter, in Flöckchen darauf setzen und im  
Backofen ca. 20– 30 Min. bei 170° C backen. Dazu passen Reis  
oder Nudeln. Als Soße eignet sich eine Tomatensoße oder eine  
helle Mehlschwitze.