



Bei Kau- und  
Schluckbeschwerden

# Rosenkohl-Kartoffel- Rolle

MIT  
LACHS-FARCE



# Rosenkohl-Kartoffel-Rolle

## MIT LACHS-FARCE

 6 Portionen

Ein Rezept von Herbert Thill | [www.kostkonform.de](http://www.kostkonform.de)

Nährwerte / Portion: Energie 360kcal | Eiweiß 15,9g  
Fett 25g | Ballaststoffe 1,93g | Kohlenhydrate 16,9g

### ZUTATEN

#### Rosenkohl

200 g Rosenkohl, *geputzt*

100 ml Gemüsebrühe

30 g Butter

1 Msp. Muskatnuss, *gemahlen*

Verdickungsmittel für warme Speisen, nach Packungsanleitung

Jodsalz mit Fluorid, Pfeffer

#### Lachsfarce

250 g Lachsfilet, *alternativ: andere fettreiche Seefische*

250 ml Küchensahne, 15 % Fett

Jodsalz mit Fluorid, Pfeffer,

Kräuter, Gewürze, nach Belieben

#### Kartoffelbrei

500 g Kartoffeln, *mehligkochend*

250 ml Milch, 3,5 % Fett

100 ml Sahne, 30 % Fett

30 g Butter

1 Msp. Muskatnuss, *gerieben*

Jodsalz mit Fluorid

### ZUBEREITUNG

1 | Rosenkohl in der Gemüsebrühe garen.

2 | Zutaten für den Rosenkohl im Blender oder Hochleistungsmixer fein pürieren (ggf. durch ein Sieb streichen). Mit dem Verdickungsmittel aufkochen. Auf Haushaltsfolie zu einer ca. 3 mm dünnen Matte verarbeiten und abkühlen lassen.

3 | In einer zweiten Schüssel Zutaten der Lachsfarce pürieren. Masse in Terrinen oder Silikonformen füllen. Im Ofen bei 75 °C garen.

**Tipp:** Eine Auflaufform mit Wasser in den Ofen stellen. **Hinweis:** Kräuter sehr fein zerkleinern.

4 | Kartoffeln garen, pellen und stampfen.

5 | Milch, Sahne und Butter aufkochen, mit Salz und Muskatnuss würzen. Mit dem Kartoffelstampf zu einem cremigen Brei rühren.

6 | Auf die ausgekühlte Rosenkohlmatte mit einem Spritzbeutel einen ca. 1 cm breiten Kartoffelbrei-Streifen auftragen. Matte zusammenrollen, in grobe Tranchen schneiden und mit der Lachs-Farce anrichten.

Gefördert durch:



Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

Teil der:



Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. Sektion Niedersachsen

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Weitere Rezepte unter: [www.inform-rezepte.de/](http://www.inform-rezepte.de/) sowie unter: [www.vernetzungsstellenenioren-dge-ni.de/leckere-rezepte-zum-nachkochen](http://www.vernetzungsstellenenioren-dge-ni.de/leckere-rezepte-zum-nachkochen)

Mehr Informationen zu IN FORM unter: [www.in-form.de](http://www.in-form.de)