

6. Alle meine Täubchen: Gołąbki (Kohlrouladen)

Gołąbki – also „Tauben“ – nennt man ein traditionelles und äußerlich unscheinbares Gericht, das hauptsächlich aus Fleisch, Reis und Kohl besteht. Sie sind das polnische Äquivalent zu dem, was man in Deutschland als „Krautwickel“ oder „Kohlrouladen“ kennt. Über die Herkunft ihres Namens kann nur gemutmaßt werden – manche meinen, dass ärmere Köche einst ein „adeliges Gericht“ vereinfachten, indem sie die Taubenfüllung der Rouladen durch andere, leichter zugängliche Zutaten ersetzten. Geblieben ist ihre raffinierte Form, welche gleichzeitig einen Augen- und Gaumenschmaus verspricht. Zugegeben, die Zubereitung der vogelfreien „Täubchen“ ist ziemlich zeitaufwändig. Einen Nachmittag sollte man für das Kochen schon einplanen. Aber wir versprechen euch: Es lohnt sich! Das finale Geschmackserlebnis ist die Mühe auf jeden Fall wert.



#PolenAufDerZunge

Zutaten für ca 14–16 Stück:

- 1 Weißkohlkopf
- 700 g gehacktes Schweinefleisch (Nacken, Schultern oder Schinken) oder ersatzweise Putenfleisch
- 100 g weißer Reis (nicht gekocht)
- 1 große Zwiebel
- dunkle Sojasoße oder Balsamico-Essig
- Salz, Pfeffer, je 1 TL getrockneter Oregano, Majoran & Liebstöckel

Zutaten für die Tomatensoße:

- 1,5 l Brühe
- 500 ml passierte Tomaten
- 3 EL Mehl
- 1 TL süßes Paprikapulver
- 1/3 TL scharfer Pfeffer
- 1 TL getrockneter Oregano
- 4 EL cremige Sahne
- 1 EL gehackter frischer Dill

Und so wird's gemacht:

Den Reis gemäß der Kochanleitung auf der Verpackung weich kochen, abkühlen lassen und gemeinsam mit dem zu dem Fleisch in eine größere Schüssel geben. Die Zwiebel schälen, klein reiben und zur Reis-Fleisch-Masse geben. Sojasoße bzw. Balsamico-Essig, ca. ½ TL Salz, ¼ TL Pfeffer und die restlichen Gewürze hinzufügen und alles gründlich mit der Hand verkneten.

Den Kohlstrunk herausschneiden, dann den Kohlkopf (mit der Strunk-Seite nach unten) in einen großen Topf mit kochendem Wasser geben, ca. sieben Minuten bei mäßiger Hitze kochen lassen, dann umdrehen und weitere zwei Minuten kochen.

Den Kohl aus dem kochenden Wasser nehmen und abkühlen lassen. Die Blätter vorsichtig einzeln entfernen, die harte Mitte jedes Blattes herausschneiden, die Blätter flach auf den Tisch legen und kleine Portionen der Fleischmasse auftragen. Dann jeweils ein zweites Blatt auflegen, die Seiten links und rechts nach innen klappen und Rouladen so fest wie möglich einrollen.

Den Boden eines großen und möglichst breiten Topfes (z. B. Bräter) mit einigen Kohlblättern bedecken. Die Rouladen nebeneinander in den Topf legen. Brühe in einem anderen Topf zum Kochen bringen und über die „Täubchen“ gießen. Den Topf mit den Rouladen in der Brühe auf den Herd stellen, zudecken und ca. 25–30 Minuten kochen lassen, bis der Kohl weich ist.

Anschließend den Sud aus dem Topf in einen anderen kleineren Topf gießen. Tomatenmark und Mehl mit einigen Löffeln kaltem Wasser mischen und hinzufügen. Die Flüssigkeit aufkochen, mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Oregano würzen und weitere fünf Minuten kochen lassen. Den Herd ausschalten und die Sahne langsam unter ständigem Rühren dazugießen. (Um Klumpenbildung zu vermeiden, kann man die Sahne zuerst in einem kleinen Gefäß löffelweise mit etwas heißer Soße zügig verrühren und dann erst in die Soße gießen.) Die fertige Soße in den großen Topf mit den Kohlrouladen zurück gießen und etwa zehn Minuten ohne Abdeckung bei schwacher Hitze köcheln lassen – dabei gelegentlich den Topf schütteln, damit sich die Sauce gleichmäßig verteilt. Zum Schluss gehackten Dill hinzufügen.