

## Wirsing-Quark-Roulade mit Paprika

### Zutaten für 4 Portionen

- 5 Blatt weiße Gelatine
- 1 Paprikaschote, gelb
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 500 g Magerquark
- Salz, weißer Pfeffer
- 3–4 Wirsingblätter
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- 100 g Kirschtomaten
- Rauke und Kresse
- 3 EL Balsamico-Essig
- 1–2 EL Walnussöl
- Petersilie zum Garnieren

### Zubereitung

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Paprika putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und zerkleinern. Zwiebeln, Knoblauch und Olivenöl mit dem Quark verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gelatine ausdrücken, bei milder Hitze im Topf auflösen und unter den Quark rühren. Paprikawürfel unterheben und die Masse kurze Zeit kühl stellen.

Inzwischen 3–4 Wirsingblätter waschen, Blattrippen flachschneiden und in reichlich kochendem Salzwasser 3–5 Min. blanchieren, abschrecken, auf ein Küchentuch legen und trocken tupfen. Blätter überlappend zu einem Rechteck legen und mit der Quarkmasse bestreichen. Die Seiten einschlagen und mit Hilfe des Küchentuchs die Blätter aufrollen. In Alufolie wickeln und mindestens 2 Std. durchkühlen lassen.

Inzwischen Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne rösten. Kirschtomaten waschen und halbieren. Rauke und Kresse waschen und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Balsamico-Essig mit Salz und Pfeffer verrühren. Walnussöl darunter schlagen. Wirsingroulade in Scheiben aufschneiden und auf Tellern mit den Tomaten, Rauke und Kresse anrichten.

Vinaigrette darüber verteilen. Mit Sonnenblumenkernen bestreuen und mit Petersilie garniert servieren. Dazu schmeckt frisches Baguette.

### Quelle Rezept

<http://www.lecker.de/rezept/487429/Wuerzige-Wirsing-Quark-Roulade-mit-Paprika.html>

