



Zutaten

- 1 mittelgrosse Zwiebel, fein gehackt
- 200-300 g Gemüsegewürfelchen/-streifen, z.B. Kohlrabi, Karotten, Lauch, Knollensellerie usw.
- 100 g Rundkorn-Vollreis (Risottoreis)
- 3 dl Wasser
- 1 grosser Lattich

Weisse Sauce:

- 1 El Mehl
- 1 dl Weisswein
- 1 dl Gemüsebrühe
- Kräutersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Tomatensauce:

- 2 El Olivenöl extra nativ
- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 500 g Fleischtomaten
- 2 Zweige Basilikum

Zubereitung

1. Zwiebeln, Gemüsegewürfelchen, Reis sowie Wasser aufkochen, 2 bis 3 Minuten sprudelnd kochen, auf der ausgeschalteten Wärmequelle 30 Minuten oder länger ausquellen lassen. Die Füllung mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.
2. Den Lattich in die einzelnen Blätter zerlegen, in einem grossen Topf in reichlich kochendem Wasser blanchieren, unter kaltem Wasser abschrecken, 16 Lattichblätter auf Küchentüchern auslegen und die dicken Blattrippen mit einer Holzkeule flach klopfen. Die restlichen Blätter in Streifen schneiden.
3. Für die weisse Sauce das Mehl und den Weisswein in einer kleinen Pfanne glatt rühren, die Gemüsebrühe zugeben, unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze 2 Minuten köcheln lassen, mit den Lattichstreifen unter den Reis mischen, mit Kräutersalz und Pfeffer kräftig würzen.
4. Für die Tomatensauce die Tomaten an der Spitze kreuzweise einschneiden, in einem Schaumlöffel in kochendes Wasser

tauchen, bis sich die Haut löst, unter kaltem Wasser abschrecken, Gemüsefrüchte schälen, den Stielansatz kreisförmig herausschneiden, Tomaten klein würfeln. Zwiebeln im Olivenöl andünsten, Tomaten zugeben, bei schwacher Hitze 5 Minuten kochen, mit Salz und Pfeffer würzen, Basilikumblätter in Streifen schneiden, unterrühren.

5. Für die Rouladen je 2 Lattichblätter aufeinander legen, die Reis-Gemüse-Füllung darauf verteilen, Schmalseiten einschlagen und von der anderen Seite aufrollen.

6. Die Lattichrouladen auf die Tomatensauce legen, bei schwacher Hitze zugedeckt heiss werden lassen, etwa 10 Minuten.

Variante

Ausserhalb der Tomatensaison können für die Sauce auch Dosentomaten (Pelati) verwendet werden.

RISO Schwanengasse 5+7 Postfach 3001 Bern

T: 031 328 72 72 info@riso.ch