

Informationen zur Sendung vom 17.04.2026

Gefüllte Kartoffelroulade auf Rübstiel

Von Ulla Scholz

Zutaten (4 Personen)

Kartoffelteig

1 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochend oder mehligke Sorte)
1 Ei
1 Eigelb
ca. 5 EL Weizenmehl (405er)
80 g Butter
Muskat
Salz

Rübstiel-Gemüse

1 kg Rübstiel
2-3 Knoblauchzehen
Pflanzenöl zum Anbraten
Salz
½ TL Chiliflocken

Außerdem

4 EL Schmand

Füllung

200 g Zwiebeln
150 g Frühstücksspeckwürfel
Frische Majoran-Zweige

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, kochen und ausdampfen lassen. In der Zwischenzeit die Zwiebel würfeln und mit den Speckstückchen anrösten. Beides abkühlen lassen und zur Seite stellen.

Die Kartoffeln durch eine Presse drücken. Mit Salz und Muskat würzen. Eier, Grieß und Mehl zugeben und alles zu einer glatten – nicht zu feuchten – Masse verrühren. Einen Bogen Backpapier mit Grieß bestreuen und die Kartoffelmasse – nicht zu dünn – rechteckig ausrollen. Die Speckzwiebel gleichmäßig auf dem Teig verteilen und alles mit gehacktem Majoran würzen. Die Masse von einer Seite vorsichtig einrollen (siehe Video) und auf ein Backblech heben. Oben einige Butterflocken aufsetzen und die Kartoffelroulade bei 180 Grad Umluft circa 30 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Rübstiel waschen und in feine Streifen teilen. Das Gemüse in etwas Öl anschwitzen. Wer mag, könnte auch gehackten Knoblauch zugeben. Mit Salz und ein wenig Chili würzen. Das Gemüse nur kurz garen, dann schmeckt es am besten.

Anrichten

Die Kartoffelrolle in Stücke teilen. Auf jeden Teller eine Portion Rübstiel geben und jeweils ein oder zwei Stücke Kartoffelroulade auflegen. Schmand mit Salz verrühren und einen Klecks seitlich platzieren.

Informationen zur Sendung vom 17.04.2026

Gefüllte Kartoffelroulade auf Rübstiel

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Der Einkauf

1 kg Kartoffeln zu 1,10 Euro; 1 Ei und 1 Eigelb zu 0,60 Euro; 100 g Weizenmehl (405 er) zu 0,10 Euro; 50 g Butter zu 0,25 Euro; 2 EL Pflanzenöl zu 0,10 Euro; 200 g Zwiebeln zu 0,20 Euro; 150 g Frühstücksspeck zu 1,50 Euro; Frischer Majoran zu 0,50 Euro; 1 kg Rübstiel zu 4,50 Euro; 2 Knoblauchzehen zu 0,10 Euro; 4 EL Schmand zu 0,80 Euro; Gewürze pauschal zu 0,10 Euro.

Pro Portion mit Speck oder Räuchertofu: 2,46 Euro

Vegetarische Füllung

Wer den Speck ersetzen möchte, kann Räuchertofu in kleine Würfel schneiden und scharf anbraten. Dann die Zwiebeln zugeben und auch mit Majoran würzen.

Von Rübstiel zu Stielmus

Der Rübstiel hat viele Namen. Im westfälischen Dialekt nennt man ihn Streppmaut, woanders sagt man Stielmus, Knisterfinken oder Runkelstielchen. Das Gemüse wird in NRW, im Münsterland und im Vorgebirge angebaut. In Gegenden, wo auch die Zuckerrüben herkommen.

Damit sich keine große Knolle/Rübe unter der Erde bilden kann, wird Rübstiel dicht an dicht ausgesät. Das üppige Grüne, was sich dann über der Erde bildet, wird als Gemüse geerntet. Rübstiel gibt es nur im Frühling. Er schmeckt leicht würzig und säuerlich. Man kann ihn auf dem Wochenmarkt, im Bioladen oder im Obst- und Gemüsehandel kaufen.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!