

Ingrediënten voor 4 personen

4 runderroulades 8 - 10 eetl.
sojasaus 2 theel. korrelige
mosterd grof gemalen peper 1
zoetzure appel (bijv. goudrenet,
cox oranje) 100 g kwark 1 theel.
maïzena 1 eetl.
zonnebloempitten 2 eetl. spijsoolie
een paar tijmblaadjes

Tijd: > 1 uur
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee



Runderroulades met appelcreme

Goed om te weten: per portie: 1920 kJ / 458 kcal

Bereidingswijze

Droog de roulades en leg ze naast elkaar. Meng vier eetlepels sojasaus met mosterd, bestrijk daarmee de roulades en met peper kruiden. Schil en rasp de appel fijn, meng het met kwark, zetmeel en zonnebloempitten, breng het op smaak met een eetlepel sojasaus en peper en bestrijk daarmee de roulades daarmee. Rol de roulades op, zet de openingen met rouladepennen of keukengaren vast en braadde roulades in verhitte olie. Voeg 300 ml water toe, breng het aan de kook brengen en stook het ca. 80 - 90 minuten. Saus naar wens binden met zetmeel, op smaak brengen met peper, sojasaus en tijm, met de roulades en desgewenst met goudbruin gebraden schepnoedels serveren.