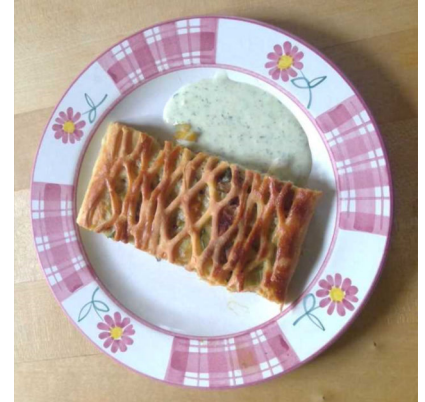




Troadkastn Vollkornmehl

Ecker Hilde und Norbert
Oberpilsbach 6, 4840 Pilsbach
Tel. 0664/8536590
hilde.ecker@agrar-en.at
www.vollkornmehle.at

Gemüsestrudel



Zutaten

Teig: 200 g Butter, 250 g Dinkelmehl hell oder Dinkelvollkornmehl extra fein, 250 g Topfen, 1 Prise Salz

Fülle: Ca. 75 dag Gemüse der Saison (Karotten, Kohlrabi, Karfiol, Brokoli, Champions...), 3-4 gekochte Kartoffel, 1 Stange Lauch Lauch in feine Ringe schneiden, 200 g Schinken (Schinken kann man auch weg lassen)

Zubereitung

Mürbteig zubereiten und im Kühlschrank, ca. 2 Std. rasten lassen.

Gemüse und Schinken in Butter anrösten, von der Herdplatte nehmen und mit Pfeffer, Kräutersalz, und Kräutern würzen. Das ganze auskühlen lassen, 150 g geriebenen Käse, 1 Ei und ca 1/8 l Sauerrahm dazumischen

Den Teig in zwei Teile teilen und ausrollen, Fülle auf die Hälfte des Teiges-geben, und eventuell mit einem Gitterschneider über den Teig rollen und nachher über die Fülle schlagen. Den Strudel auf ein vorbereitetes Blech legen und mit einem versprudeltem Ei bestreichen. Aus dem 2. Teig ebenfalls einen Strudel herstellen. Im Rohr bei 180°C ca. 30 Min backen. Mit Joghurtsauce und gemischtem Salat servieren.