



Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 200 g Brotreste
- 125 ml Milch
- frische Kräuter
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 150 g Gemüse (gemischt)
- 150 g Speck
- Salz
- Pfeffer, gemahlen
- Muskat, gerieben
- Paprikas
- 4 Stk. Eier

Mein persönlicher Tipp

Ein tolles Rezept für die Verwertung von altem Brot. Schmeckt fein mit Tomaten- oder Knoblauchsauce. Auf www.baeuerinnen.at gibt es die Broschüre "Lebensmittel sind kostbar" mit vielen Tipps zum bewussten Umgang mit Lebensmitteln.



Elfriede Schachinger

Seminarbäuerin im Bezirk Vöcklabruck

Würziger Brot-Speck-Strudel



Foto: LK OÖ/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Die Brotreste in kleine Würfel schneiden und mit der erwärmten Milch einweichen.
- Die Eier, Gewürze und Kräuter dazugeben und vermischen.
- Die Zwiebel fein hacken und zusammen mit den Speck- oder Schinkenstreifen leicht rösten, die Gemüsestreifen dazugeben und einige Minuten mitdünsten.
- Den Strudelteig auf einem bemehlten Tuch möglichst dünn ausziehen, mit etwas zerlassener Butter bestreichen und die Brotmasse darauf verteilen.
- Die Gemüse-Speck-Masse darauf geben und mit Hilfe des Tuches zusammenrollen. Im Backofen bei 180 °C ca. 40 Minuten backen.

Quellen:



Dipl.Päd.Ing Eva Maria Lipp, Mag.
Christine Schober & Romana
Schneider: *Kursunterlage*
Versuchungen aus der Strudelküche

