



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

250 g	Mehl
1 EL	Öl
125 ml	lauwarmes Wasser
	Salz
0,5 EL	Essig
1 Stk.	Räucherforellenfilet (Fisch)
1 Stk.	Apfel
0,5 Stk.	gelbe Zwiebeln
	Salz
	Pfeffer, gemahlen
1 TL	Rapsöl
1 Schuss	Obstessig
3 EL	Sauerrahm
	geriebener Kren
	frische Kräuter

Mein persönlicher Tipp

Pikant gefüllt sind Strudeltulpen eine besondere Vorspeise. Mit süßen Füllvarianten (Topfcreme, frischen Früchten der Saison etc.) hat man ein flottes und tolles Dessert.



Heidi Kronegger

Seminarbäuerin im Bezirk Kirchdorf

Strudeltulpen mit Räucherforellen-Apfel-Salat



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

Zubereitung

Strudeltulpen

- o Zutaten (für 4 Portionen): 250 g Mehl, 1 EL Öl, 1/8 l lauwarmes Wasser, Salz, 1/2 EL Essig
- o Zutaten mit dem Mixer verkneten, dann mit der Hand gut kneten
- o Der Teig soll so lange geknetet werden, bis er eine seidig glatte Oberfläche hat
- o Teig mit Öl bestreichen und zugedeckt rasten lassen; zusätzliche Wärme (im Rohr bei 50 °C; Schüssel mit heißem Wasser ausspülen) erfordert weniger Rastzeit; je mehr „Entspannungszeit“ für den Teig gegeben ist, desto besser lässt er sich ausziehen, mind. 40 Minuten
- o Für die Strudeltulpen aus Strudelblättern 15 x 15 cm Quadrate schneiden.
- o Butterschmalz oder Öl in einer etwa 15 cm hohen Pfanne erhitzen, ein Strudel-Quadrat vorsichtig hineinlegen und rasch mit der runden Seite eines kleinen Schöpfers in der Mitte ins heiße Öl tauchen
- o Goldgelb backen und auf Küchenpapier abtropfen lassen

Fülle

- o Zutaten (für 4 Portionen): 1 Räucherforellenfilet, 1 Apfel, 1/2 Zwiebel, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 TL Rapsöl, Spritzer guten Obstessig, 2 – 3 EL Sauerrahm, etwas frisch gerissener Kren und Kräuter
- o Die Räucherforelle in kleine Stücke schneiden
- o Apfel und Zwiebel in kleine Würfel schneiden.
- o Mit Essig, Öl, Rahm und den Gewürzen vermengen und etwas anziehen lassen.
- o Mit etwas frisch gerissenem Kren bestreuen und mit frischen Kräutern servieren.

Quellen:



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

