



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg	Erdapfel, mehlig
250 g	Mehl (griffig)
2 EL	Grieß
1 Stk.	Ei
	Salz
	Muskat, gerieben
110 g	Butter
2 Stk.	gelbe Zwiebeln
300 g	Schinken
1 Bund	Petersilienzweig
	Majoran
2 Stk.	Knoblauchzehen
	Salz
	Pfeffer, gemahlen
	Mehl
1 Stk.	Ei

Mein persönlicher Tipp

Anstelle der Wurst kann der Strudel auch mit gerösteten Pilzen und Zwiebel gefüllt werden. Als Beilage Salate der Saison und Gemüse servieren.:)

Elisabeth Heidegger

Referentin für Ernährung in St. Pölten,
LK NÖ

Quellen:

- Landwirtschaftskammer
Niederösterreich: *Strudelfreuden - in Hülle mit Fülle*

Gefüllter Erdäpfelstrudel

Zubereitung

Erdäpfelteig

- Zutaten (für 4 Portionen): 1 kg Erdäpfel, mehlig; 250 g Mehl, griffig; 2 EL Grieß; 60 g Butter; 1 Ei
- Salz; Muskatnuss Die Erdäpfel kochen, schälen und mit der Erdäpfelpresse auf ein Nudelbrett pressen.
- Mit den übrigen Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten und kurz kalt stellen.

Fülle

- Zutaten (für 4 Portionen): 50 g Butter, 2 Zwiebeln, 300 g Schinken oder, Grammeln, Selchfleisch etc., 1 Bund Petersilie, Majoran, 1-2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer
- Für die Fülle Zwiebel schälen, fein hacken und in heißer Butter goldbraun anrösten.
- Schinken, Selchfleisch oder die Grammeln fein schneiden und mit den Zwiebeln in der Pfanne kurz mitrösten.
- Frisch gehackte Petersilie, etwas Majoran und gepressten Knoblauch untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Ausrollen und Bestreichen

Mehl, 1 Ei

- Den Teig auf einem gut bemehlten Backtrennpapier zu einem 1 cm dicken Rechteck auswalzen und mit der Fülle bestreichen.
- Den Strudel mit Hilfe des Backtrennpapiers einrollen und auf das Backblech setzen.
- Mit einem verquirltem Ei bestreichen und bei 180 °C im vorgeheizten Rohr ca. 40 Minuten goldbraun backen.

Hinweis: Junge Erdäpfel enthalten – je nach Sorte – oft viel Wasser, wodurch der Teig zu weich wird. Man kocht diese Erdäpfel daher besser schon am Vortag und lässt sie über Nacht etwas „austrocknen“.

