



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg Erdäpfel, 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:

Gefüllter Erdäpfelstrudel



Foto: Heidegger/LK Niederösterreich - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Erdäpfelteig

- Zutaten (für 4 Portionen): 1 kg Erdäpfel, mehlig; 250 g Mehl, griffig; 2 EL Grieß; 60 g Butter; 1 Ei
- Salz; MuskatnussDie 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“.



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landesförderungsrahmen
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

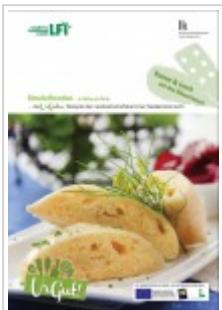


Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen

traditionell & saisonal



Landwirtschaftskammer
Niederösterreich: *Strudelfreuden - in
Hülle mit Fülle*

Lk Landwirtschaftskammer
Niederösterreich LFI Landliches
Fortbildungsinstitut



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Zentierung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschafts- und
Ressourcenraum:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

