



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten:

4 Stk. Strudelblätter
Öl
100 g Knödelbrot
100 ml Milch
0,5 Pkg. Bröseltopfen
1 Stk. Ei
50 g Bergkäse
500 g Zucchini
1 TL Kräutersalz
Petersilie, gehackt
Majoran
Oregano
Thymian
Liebstöckel
Pfeffer, frisch gemahlen
Knoblauch
Muskat, gerieben

Mein persönlicher Tipp

Frieren Sie Zucchini gehobelt oder geraspelt ein, dann können Sie auch im Winter diesen Strudel zubereiten.:

Elisabeth Hundsdorfer

Referentin für Ernährung in Oberpullendorf

Quellen:

- Elisabeth Hundsdorfer:
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs

Zucchinistrudel

Zubereitung

Fülle für zwei Strudel

- Zutaten: 100 g Semmelwürfel, 100 ml Milch (kochend heiß), ½ Pkg. grober Topfen, 1 Ei, 50 g geriebener Käse (würzig, z.B. Tilsiter, Bergkäse, Schafskäse...), 500 g Zucchini (in Streifen gehobelt oder grob geraspelt), 1 TL Kräutersalz, Petersilie, Majoran, Oregano, Thymian, Liebstöckel, Pfeffer, Knoblauch, Muskat
- Das Knödelbrot in eine Schüssel geben, mit der heißen Milch übergießen.
- Restliche Zutaten der Reihe nach hinzufügen, kräftig würzen und locker vermengen.
- Backrohr auf 170°C Heißluft oder 190°C Ober-Unterhitze vorheizen.

Zwei Zucchinistrudel

- Einen Bogen Backtrennpapier auf ein Backblech auflegen.
- Ein Strudelteigblatt dünn mit Öl bepinseln (Unterlage: bemehltes Baumwolltuch). Das zweite Strudelblatt darüberlegen.
- Die Hälfte der Fülle wie eine Wurst auf der unteren Seite des Strudelteiges auftragen.
- Die Enden seitlich ein wenig über die Fülle klappen, damit die Fülle beim Backen nicht herausquillt.
- Den Strudel von der gefüllten Seite her mithilfe des Tuches einrollen und auf das Blech setzen.
- Den zweiten Strudel ebenso bereiten und auch auf das Backblech legen.
- Beide mit flüssiger Butter oder Öl bestreichen und ca. 50 Minuten backen.

Beilagenempfehlung

- Mit Tomatenragout, Tomatensauce, Kräutersauce, Erdäpfel oder Salat nach Saison servieren.

Variation

- Wer es etwas deftiger mag, kann auch ca. 200 Gramm Schinken, Geselchtes oder ausgelassenen Speck in die Fülle geben.