



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

Zucchinistrudel



Foto: Elisabeth Hundsdorfer - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Fülle für zwei Strudel

- o 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, Liebstöckl, Pfeffer, Knoblauch, Muskat
- o Das Knödelbrot in eine Schüssel geben, mit der heißen Milch übergießen.
- o Restliche Zutaten der Reihe nach hinzufügen, kräftig würzen und locker vermengen.
- o Backrohr auf 170°C Heißluft oder 190°C Ober-Unterhitze vorheizen.

Zwei Zucchinistrudel

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

Beilagenempfehlung

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

Variation

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

Quellen:





Elisabeth Hundsdorfer:
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs