Herzhafter Gemüsestrudel

Als leichte, vegetarische Vorspeise lässt sich der herzhafte Gemüsestrudel genießen. Das Rezept basiert auf Tiefkühlware und überzeugt durch einen erstklassigen Geschmack.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 50 min

Ruhezeit: 5 min

Gesamtzeit: 1,4 h



Zutaten

0.5 Packungen	Strudelteig
420 g	Erdäpfel (mehlige)
1 Packung	Gemüse
50 g	Zwiebel
1 Stk.	Ei (zum Bestreichen)
1 EL	Butter
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Muskatnuss
1 Prise	Petersilie

Zubereitung

1. Strudelteig und Mischgemüse für den herzhaften Gemüsestrudel bei Zimmertemperatur langsam auftauen. Die mehligen Erdäpfel schälen, klein schneiden und in Salzwasser für etwa 25 Minuten sehr weich garen. Noch im heißen Zustand pressen und überkühlen.

2. In einer Pfanne die feingehackten Zwiebeln mit Öl leicht Farbe nehmen lassen. Die aufgetaute Gemüsemischung dazugeben und für 1 Minute kurz durchschwenken. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

3. In einer tiefen Schüssel vorsichtig die gepressten Erdäpfel mit der Gemüsemischung vermengen, ohne das Gemüse zu sehr zu zerdrücken.

4. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Etwas Margarine in einem Topf erhitzen. Strudelteig auf

Backpapier auslegen und mit zerlassener Pflanzenmargarine bestreichen. Ein Drittel des Teigs mit der Gemüsemischung etwa 3 Zentimeter dick bestreichen und dabei links und rechts einen Rand von jeweils 5 Zentimetern lassen. Die Ränder einklappen und von der Gemüsemasse her einen festen Strudel rollen.

5. Strudel mit einem zerschlagenen Ei bestreichen und im Backofen für 25 Minuten fertig backen. Anschließend für 5 Minuten ruhen lassen, mit einem scharfen Messer in Scheiben aufschneiden und auf einem flachen Teller anrichten.

Tipp

Verschiedene Gemüsemischungen können zum Variieren des herzhaften Gemüsestrudels verwendet werden. Auf mehlige Erdäpfel als Zugabe achten, um eine optimale Bindung der Masse zu erreichen.