

**Kartoffel-**

**Gemüsestrudel**

**mit Quark und Kräutersoße**





# Kartoffel- Gemüsestrudel

mit Quark und Kräutersoße



## ZUTATEN

Für 4 Personen

Viele der Produkte mit dem Bayerischen Bio-Siegel sind im Lebensmittel-Einzelhandel, im Bioladen oder direkt bei Landwirtinnen und Landwirten in Ihrer Region erhältlich.

### STRUDELTEIG

- 70 ml warmes Wasser
- 120 g Weizenmehl Type 550
- 1 EL Rapsöl
- 1 TL Apfelessig
- 1 Prise Salz
- 80 g flüssige Butter zum Bestreichen des Teiges

### FÜLLUNG

- 500 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 80 g Karotten, gewürfelt
- 80 g Sellerie, gewürfelt
- 80 g Lauch, in feine Streifen geschnitten
- 5 EL frische Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Majoran,...)
- 1 kleine Zehe frischer Knoblauch, fein gerieben
- 150 g Quark, abgetropft
- 4 EL Schmand
- 1 Ei
- 1 TL Speisestärke
- 1 Prise Salz, Pfeffer
- 1 Prise Muskatnuss, gemahlen

## ZUBEREITUNG

### STRUDELTEIG

Alle Zutaten mit dem Knethaken der Küchenmaschine gut verkneten. Dann die Teigmasse herausnehmen und ziehen, bis sie nicht mehr klebrig ist und sie zu einer glatten und geschmeidigen Kugel verarbeiten. Diese Kugel in eine leicht geölte Schüssel legen und mit Öl bestreichen. Abgedeckt bei Zimmertemperatur für 1 Stunde ruhen lassen. Natürlich kann auch Strudelteig aus Fertigprodukt verwendet werden.

### FÜLLUNG

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln. In eine Schüssel geben und großzügig salzen, anschließend für 10 Minuten ruhen lassen. In einer Pfanne mit Öl die Zwiebel andünsten. Dann das Gemüse mit andünsten und zum Schluss die frisch gehackten Kräuter und den Knoblauch zugeben und ebenfalls kurz andünsten. Abkühlen lassen. Die geriebenen Kartoffeln unter fließendem Wasser in einem Sieb gut abbrausen und mithilfe eines Geschirrtuchs fest auspressen. Die ausgekühlte Gemüsemasse mit den restlichen Zutaten zu den Kartoffeln geben, die Stärke einsieben und gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Den Strudelteig anfangs mit dem Nudelholz ausrollen, dann auf ein bemehltes Geschirrtuch legen und mit den Händen vorsichtig sehr dünn ziehen. Den Strudelteig leicht mit flüssiger Butter bepinseln. Die Kartoffelfüllung gleichmäßig auf dem Strudelteig verteilen. Dabei die Seitenränder des Teiges frei lassen, am oberen Rand etwas mehr frei lassen. Die beiden Seiten des Teiges jeweils etwas über die Füllung klappen und mit Butter einpinseln. Den Strudel mithilfe des Geschirrtuchs nach oben aufrollen, dabei den gerollten Teig immer mit Butter bepinseln. Mit der unteren Naht auf ein mit Backpapier belegtes Backblech oder in eine zuvor ausgefettete Auflaufform gleiten lassen. Den Strudel mit Butter einpinseln und im vorgeheizten Backofen bei 175 °C für 40 – 45 Minuten goldbraun backen. Nach Belieben zwischendurch nochmals mit flüssiger Butter einpinseln.



# Kartoffel- Gemüsestrudel

mit Quark und Kräutersoße



## ZUTATEN

---

Viele der Produkte mit dem Bayerischen Bio-Siegel sind im Lebensmittel-Einzelhandel, im Bioladen oder direkt bei Landwirtinnen und Landwirten in Ihrer Region erhältlich.

### KRÄUTERSOßE

- 200 g Joghurt
- 150 g Sauerrahm
- 1 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 1 EL Schnittlauch
- 1 EL Petersilie
- 1 EL Dill
- 1 Prise Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

---

### KRÄUTERSOßE

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gründlich verrühren. Die fertige Kräutersauce abgedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen, bis der Kartoffelstrudel fertig gebacken ist. Nach Ende der Backzeit den Kartoffelstrudel aus dem Ofen nehmen und kurz auskühlen lassen. Portionieren und mit der Kräutersauce servieren.

### TIPP

---

Der Kartoffelfüllung kann man je nach Saison und Geschmack verschiedene Gemüse zugeben.