

Apfelstrudel mit Vanillesauce



Und es geht weiter mit der Apfelparade! Die kleine Kiste mit Äpfeln, die ich von Zuhause mitgenommen habe, ist nicht mal ansatzweise leer, also gibt es heute gleich noch mal einen Apfelkuchen, beziehungsweise einen Strudel.

Den letzten Apfelstrudel habe ich vor vielen, vielen Jahren gebacken, kurz nachdem ich mit einer Freundin in Wien war. Dort haben wir im Schloss Schönbrunn an einer kleinen Apfelstrudel-Show teilgenommen und ein originales Rezept mitgenommen.

Heute habe ich ein Rezept aus Omas altem Backbuch „Backen macht Freude“ ausprobiert, aber natürlich wie immer Kleinigkeiten verändert. Statt Weizen- habe ich Dinkelmehl genommen (ging genauso gut) und die Brösel habe ich noch in etwas Butter angeröstet. Auch Zimt kam im Rezept nicht vor, aber der muss einfach sein bei Äpfeln!

Ich finde ja, Strudel sollte man warm und frisch essen, also

habe ich ein paar Freunde zum Strudel-Kränzchen eingeladen. Die Menge im Rezept ist für einen großen Strudel oder zwei kleinere und ich habe zwei gebacken, aus mehreren Gründen. Zum einen habe ich nicht die größte Arbeitsfläche in der Küche zum Ausziehen des Teigs. Zum zweiten bekommt man einen kleineren Strudel leichter aus dem Tuch aufs Blech. Da ich so lange keinen gebacken hatte, hat mir dieser Schritt ein wenig Sorgen bereitet. Aber es ging alles glatt!



Das Rezept für die Vanillesauce habe ich von meiner Ma

übernommen. Wir machen es immer zur [Roten Grütze](#).

Für 1 großen oder 2 kleinere Strudel:

250 g Dinkelmehl Type 630

1 Prise Salz

7–10 EL lauwarmes Wasser

50 g zerlassene Butter/Margarine ODER 4 EL Öl (Raps)

1–1,5 kg Äpfel

50 g Semmelbrösel

15 g Butter

1 Päckchen Vanillezucker

$\frac{1}{2}$ TL Zitronenzucker oder etwas abgeriebene Zitronenschale

90 g Zucker

1 TL Zimt

50 g Rosinen

1–2 Schuss Rum (oder Apfelsaft)

1 Handvoll Mandeln, gehackt oder Mandelblättchen/-stifte

50 g zerlassene Butter oder einige EL Öl

Für die Füllung die Rosinen mit etwas Rum übergießen und ziehen lassen. (Geht auch gut über Nacht.) Die Brösel in einer beschichteten Pfanne mit der Butter anrösten, dabei nicht aus den Augen lassen und ständig rühren.

Für den Teig das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, aufhäufen und eine Mulde in die Mitte drücken. Salz, Öl und einige Esslöffel Wasser zufügen und von der Mitte her alles verkneten. Nach und nach das restliche Wasser (ich brauchte alle 10 EL) dazugeben und einen Kloß kneten. Dann alles zu einem glatten Teig kneten. Falls nötig noch ein paar Tropfen Wasser dazugeben.

Den Teig in eine Schüssel legen, mit etwas Öl bestreichen, mit einem Tuch abdecken und $\frac{1}{2}$ Stunde ruhen lassen.

In dieser Zeit die Äpfel waschen, nach Belieben schälen (bei Bio-Äpfeln nicht nötig) und die Kerngehäuse entfernen. Die Viertel der Länge nach halbieren und dann in Scheiben schneiden. Die Äpfel mit den Bröseln, dem Zucker, den Rosinen, den Mandeln und dem Zimt mischen.

Den Ofen auf 165 °C vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen und bereitstellen.

Ein großes, dünnes Küchentuch auf die Arbeitsfläche legen und mit Mehl bestreuen. Je nachdem, ob man einen der zwei Strudel machen möchte, den Teig halbieren oder im Ganzen darauf rechteckig ausrollen. Dann vorsichtig mit den Händen nach allen Seiten ausziehen, bis er so dünn ist, dass man hindurch sehen kann. Die Füllung* darauf verteilen und einen kleinen Rand lassen. Die Ränder an den kurzen Seiten einklappen und den Strudel mit dem Tuch vorsichtig von der langen Seite her aufrollen. Den Strudel mit der Naht nach unten aufs Blech legen und mit etwas zerlassener Butter oder Öl bestreichen. 45–60 Minuten backen. Während des Backens noch einmal mit zerlassenem Fett/Öl bestreichen.

** Bei mir war es etwas zu viel, ich habe die restliche Füllung in einer Auflaufform mitgebacken und nehme sie fürs Frühstücks-Porridge. Man kann auch noch ein paar Streusel machen und einen Crumble aus den Resten zaubern.*

Vanillesauce:

200 ml Sahne

100 ml Milch

100 ml Milch

2 Eigelbe

1 ausgeschabte Vanilleschote

Schote

Zucker (2-3 EL)

Sahne und 100 ml Milch aufkochen lassen. Die weiteren 100 ml Milch mit den Eigelben verquirlen und in den Topf geben, dabei ständig rühren, damit das Ei nicht gerinnt.

Das Mark der Vanilleschote sowie die ausgeschabte Schote dazu geben und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Die Soße dickt dann langsam an. In einer Schüssel oder einem Kännchen auskühlen lassen.



Da wir uns heute gemütlich über den noch warmen Strudel

hergemacht haben, gibt es dieses Wochenende erst sehr spät ein Rezept hier auf dem Blog.

Aber ich wünsche euch trotzdem einen schönen Rest-Sonntag und einen sonnigen Start in eine wundervolle Woche!

Eure Judith

Der Strudel ist, wenn man die Brösel mit Margarine oder Öl röstet und ihn mit Öl bestreicht, **vegan**.

Strudel mit Kürbis, Lauch und Rosinen (vegan)



Schon seit längerem spukte die Idee für dieses Rezept in meinem Kopf herum, denn letztes Jahr bekam ich eine riesige Ladung [kalifornischer Rosinen](#) geschickt und die wollte ich natürlich auch verwenden. Apfelstrudel mit Rosinen ist ja der Klassiker, aber etwas Herzhaftes für die Winterzeit mit der Süße von

Rosinen, das stellte ich mir lecker vor! Und nachdem ich ein paar Wochen gebrütet hatte, schlüpfte die Idee vor einigen Tagen und wurde zum Backentschluss: Kürbis und Lauch sollten die Rosinen begleiten! Und wenn es schon vegetarisch ist, wollte ich die vegane Partei auch gleich glücklich machen und nahm statt Ricotta, wie eigentlich geplant, Seidentofu für die Creme. Heraus kam ein wirklich köstlicher Strudel, zu dem ich als Frische-Kick noch einen Zitronenjoghurt gemacht habe, damit man was zum Dippen hat. Ich bin sicher, man kann auch anderes Gemüse wunderbar verwenden, zum Beispiel Rosenkohl oder Brokkoli und auch bei den Gewürzen gilt: alles nach Geschmack! =)



Hier

mein Rezept:

Teig:

170 g Mehl

1 Prise Salz

2 EL Rapsöl

1 TL Apfelessig

70 ml lauwarmes Wasser

Füllung:

300 g Seidentofu

270 g Kürbisfleisch (Hokkaido)

1 große Stange Lauch (davon das Grün)

1 große rote Zwiebel
70-100 g Rosinen (je nachdem, wie sehr man sie mag)
1 TL Salz viel frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 gestr. TL 5 Gewürze-Pulver
(es geht auch mildes Curry oder Gewürze nach Wahl)
1 TL gemahlener Ingwer
1 EL Gries
Schale und Saft einer Orange

Mehl, Salz, Wasser, 1 EL Öl und Essig in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des Handmixers verkneten. Dann auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen geschmeidig kneten. Abgedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung den Kürbis waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Das Lauchgrün waschen, die Blätter längs halbieren oder je nach Größe dritteln und dann quer in Vierecke schneiden. Den Kürbis mit etwas Gemüsebrühe in einen Topf geben und bei schwacher Hitze sehr bissfest dünsten. Etwa nach Hälfte der Zeit den Lauch darüber geben und auch noch kurz mitdünsten. Die Zwiebel würfeln und mit den Rosinen zum Gemüse geben. Den Seidentofu fein pürieren, mit den Gewürzen, der Schale und dem Saft abschmecken und zusammen mit dem Gries zum Gemüse geben. Alles gut vermischen.

Den Teig auf wenig Mehl rechteckig sehr dünn ausrollen und ihn dann mit den Händen vorsichtig lang ziehen, so dass er hauchdünn wird. Auf ein großes sauberes Küchentuch legen. Den Ofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, ein Blech mit Backpapier bereitstellen.

Die Füllung auf dem Teig verteilen, am Rand etwas frei lassen. Durch Anheben des Tuchs von der Längsseite her aufrollen und mit der Naht nach unten aufs Blech legen. Mit 1 EL Öl bestreichen du 30-35 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen vor dem Anschneiden.

Für den Dipp den (Soja)Joghurt glatt rühren, mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft sowie nach Belieben mit Zitronenabrieb oder Knoblauch würzen und zum Strudel servieren.[nurkochen]

TIPP: Wer kein Tofu mag oder bekommen hat, der kann auch nicht-vegan Ricotta nehmen oder Quark. =)



Ich hoffe, dieser Strudel inspiriert euch, auch einmal hauchdünnen Teig mit Gemüse vollzustopfen! Es geht leichter, als viele vielleicht denken und es ist eine tolle Variante, viel Gemüse lecker zu verpacken!

Wie gesagt: man kann frei experimentieren, was Gemüsesorten, Gewürze und Dipp angeht. Einfach dem eigenen Geschmack und Eingebungen folgen! =)

Ich wünsche euch genussvolle Stunden,
eure Judith ♥