



Dauer: Mittel
<b>Kategorie:</b> Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vegetarisch
Saison: Ganzjährig
Für: 6 Personen
Verfasst von: Renate Jessner

## Zutaten

## Strudel

200 G	glattes Mehl
ETWAS	Salz
150 G	kalte Butter
150 G	passierter Topfen
500 G	Kohl
1	Zwiebel
100 G	Champignons

1 EL	Butter
1 EL	gehackte Kräuter
125 ML	Obers
	Salz
	Pfeffer
	Zitronensaft
2	Knoblauchzehen
	Ei zum Bestreichen
Petersilsauce	
1/2	Zwiebel
20 ML	Öl
120 ML	Obers
	Creme fraiche
	Salz
	Pfeffer
•••••	Zitronensaft
60 ML	Gemüsefond
	gehackte Petersilie
ETWAS	Maizena

# Zubereitung

#### Strudel

- 1. Topfenmürbteig bzw. Topfenblätterteig It. Grundrezept herstellen.
- 2. Kohl vorbereiten, in Streifen schneiden und blanchieren.
- 3. Zwiebel kleinwürfelig, Champignons in Stücke schneiden; beides in Fett anrösten.
- **4.** Kohlstreifen und Kräuter zugeben, mit Obers aufgießen und dick einkochen lassen und würzen.
- 5. Masse auskühlen lassen.
- **6.** Teig rechteckig ausrollen; Ränder mit Ei bestreichen.
- 7. Fülle in der Mitte auftragen und zu einem Strudel zusammenklappen; mit Nahtstelle nach unten auf ein vorbereitetes Blech setzen.
- 8. Oberfläche bestreichen.
- 9. Backen: 210°C abfallen ca. 35-40 Minuten.
- 10. Überkühlten Strudel portionieren mit Sauce und jeweiligen Beilagen anrichten.

### **Petersilsauce**

- 1. Zwiebeln fein hacken und in Fett anrösten.
- 2. Mit Fond aufgießen, Obers mit Crème fraiche zugeben.
- 3. Würzen und verkochen lassen.
- 4. Eventuell mit etwas Maizena binden.
- 5. Kurz vor dem Anrichten gehackte Kräuter zugeben.

Isst-Gut-Rezept, Gemüse-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Um die Eiweißzufuhr zu ergänzen, kann ein Joghurtdip dazu serviert werden!