

Kochen

Claudia Hennicke-Pöschk

Mittwoch, 26.11.2019

Mediterraner Gemüsestrudel mit Spinat

**Für 4 Personen
Für ca. 16 Stücke**

Zutaten

Für den Teig

250 g Weizenmehl (Type 550)
Salz
25 g Butter, zerlassen
1 Ei (Größe S)
100 ml kaltes Wasser, ca.

Für die Füllung

1 Zwiebel
1 kg Spinat, (TK: 750 g)
80 g Schinken, geräuchert
1 EL Rapsöl
300 g Ricotta
150 g Mascarpone
100 g Parmesan, gerieben
25 g Pinienkerne, geröstet
2 Eier (Größe M)
3 Eigelb (Größe M)
50 g Semmelbrösel, (ca., je nach Festigkeit der Füllung)
etwas Salz
etwas Pfeffer
etwas Muskatnuss
1 TL Zitronensaft



Zubereitung

1. Für den Teig Mehl, 1 Prise Salz, Butter und Ei in eine Rührschüssel geben und dabei das Wasser nach und nach unterrühren.
2. Zuletzt alles mit den Knethaken geschmeidig kneten.
3. Den Teig zu einer Kugel formen und mit Öl bestreichen.
4. Zum Ruhen am besten eine Porzellanschüssel mit kochendem Wasser ausspülen und abtrocknen.
5. Schüssel über den Teig stülpen und etwa 30 Minuten ruhen lassen.
6. Inzwischen für die Füllung Zwiebel abziehen und fein würfeln.
7. Frischen Spinat verlesen, putzen, abbrausen und trockenschütteln.
8. Schinken in feine Streifen schneiden.
9. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Schinken darin anbraten.
10. Frischen Spinat zugeben und ca. 3-4 Minuten dünsten (TK-Spinat gefroren zugeben und so lange dünsten, bis der Spinat aufgetaut ist), dabei ab und zu umrühren.
11. Spinat abkühlen lassen und dann im Kühlschrank vollständig erkalten lassen, damit die Füllung schön fest wird.

12. Den Strudelteig auf einem leicht bemehlten Küchentuch leicht rechteckig ausrollen
(evtl. restliches Öl mit Küchenpapier abtupfen).
13. Den Teig mit bemehlten Händen über beiden Handrücken so dünn wie möglich auseinanderziehen. Dabei zuerst den Rand etwas nach außen ziehen, dann mit den bemehlten Händen unter den Teig fahren und die Hände gleichmäßig hin- und herbewegen, bis der Teig so dünn geworden ist, dass man eine Zeitung darunter lesen kann (ca. 50 x 70 cm Rechteck).
14. Den Backofen auf 210 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
15. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
16. Ricotta, Mascarpone, Parmesan, Pinienkerne, Eier, Eigelb und ca. 30 g Semmelbrösel zum Spinat-Mix geben und gut verrühren.
17. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen.
18. Den hauchdünnen Teig auf dem Küchentuch mit der zerlassenen Butter bestreichen.
19. Die übrigen Semmelbrösel auf zwei Drittel der Teigfläche streuen, die Füllung darauf verteilen und den Strudel mithilfe des Tuchs aufrollen.
20. Mit der Nahtseite nach unten auf das Backblech setzen und auf der mittleren Schiene ca. 35 Minuten hellbraun backen.
21. Strudel herausnehmen, kurz ruhen lassen und warm servieren. Dazu passt Blatt- oder Möhrensalat.

Tipp: Vegetarier lassen den Schinken einfach weg und nehmen evtl. getrocknete Tomaten, fein geschnitten oder getrocknete Pilze, z B. Steinpilze. Tomaten und Pilze nicht mitbraten sondern mit dem Spinat zugeben.

**KAFFEE
ODER TEE**

SWR >>