

Rainer Klutsch**Montag, 12. Dezember 2022****Krautstrudel mit Zwiebelsauce****Rezept für 4 Personen**

Dauer: 1,5 Stunden

Schwierigkeitsgrad: mittel

Vegetarisch, Heimatküche, Feine Küche

Zutaten:

Für den Strudelteig:

250 g	Weizenmehl Type 405
20 ml	Pflanzenöl
1/8 l	Wasser, lauwarm
1 Spritzer	Essig
etwas	Salz
100 g	Butter
etwas	Weizenmehl zum Ausrollen

Für das Kraut:

1	Zwiebel
400 g	Spitzkohl oder Weißkohl
100 g	Speisepilze (z. B. Champignons, Austernpilze)
2 EL	Butter
200 ml	Gemüsebrühe
1	Lorbeerblatt
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
80 g	Sahne

Für die Sauce:

2	Zwiebeln
2 EL	Butter
1 EL	Weizenmehl, Type 405
200 ml	Gemüsebrühe
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
1/2 Bund	glatte Petersilie

Zubereitung

1. Das Mehl, Öl, Wasser, Essig und Salz zu einem glatten Teig kneten. Der Teig sollte gut durchgeknetet und öfter mit Schwung auf die Arbeitsfläche geworfen werden. Abschließend die Teigkugel in Frischhaltefolie wickeln und den Teig mind. 30 Minuten ruhen lassen.
2. Für das Kraut die Zwiebel schälen und fein schneiden.
3. Spitzkohl halbieren, den Strunk entfernen und den Kohl fein schneiden.
4. Pilze putzen und fein hacken.
5. In einem Topf die die Hälfte der Butter erhitzen, Zwiebel darin anbraten. Kohlstreifen zugeben und ebenfalls anbraten. Mit Brühe ablöschen und das Lorbeerblatt zugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

6. Bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten kochen. Dann die Sahne zugeben und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit fast vollständig eingekocht ist.
7. Restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, Pilze zugeben und anbraten.
8. Das Kraut abschmecken, das Lorbeerblatt entfernen. Gebratene Pilze unter das Kraut mischen.
9. Die Butter für den Teig in einem Topf schmelzen.
10. Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad/Gasherd: Stufe 2-3) vorheizen.
11. Strudelteig mit etwas Mehl bestäuben und auf ein großes sauberes Geschirrtuch legen. Die Hände ebenfalls bemehlen und den Teig noch einmal durchkneten, ausrollen und dann ausziehen. Dafür mit bemehlten Handrücken unter den Teig fahren und von der Mitte aus nach außen über die Handrücken sehr dünn ausziehen, bis er fast durchsichtig ist. (Risse und Löcher ausbessern.)
12. Den ausgezogenen Teig mit etwas flüssiger Butter einpinseln und darauf das gekochte Kraut geben.
13. Den Strudel aufrollen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit übriger flüssiger Butter bestreichen.
14. Den Strudel ca. 30 Minuten im vorgeheizten Ofen goldgelb backen.
15. Für die Sauce die Zwiebeln schälen und fein schneiden.
16. In einem Topf mit Butter die Zwiebeln anschwitzen, mit Mehl bestäuben. Gemüsebrühe zufügen und alles gut verrühren. Unter Rühren die Sauce ca. 6 Minuten köcheln lassen.
17. Die Sauce mit einem Pürierstab leicht pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
18. Petersilie abspülen, trockenschütteln, fein schneiden und unter die Sauce mischen.
19. Den Strudel aus dem Ofen nehmen, etwas auskühlen lassen und anschneiden. Die Sauce dazu servieren.

Pro Portion: 630 kcal/ 2640 kJ
50 g Kohlenhydrate, 8 g Eiweiß, 38 g Fett