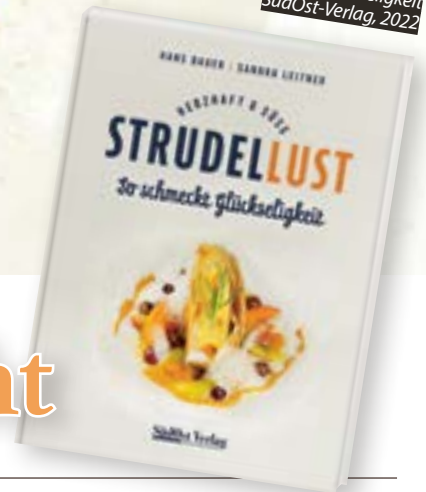




Hans Bauer | Sandra Leitner
Strudellust herzhaft & süß
So schmeckt Glückseligkeit
SüdOst-Verlag, 2022



Fein gerollt, neu gedacht

Wenn der Duft von frisch gebackenem Strudel durch die Küche zieht, werden Kindheitserinnerungen wach. Heute überrascht der Strudel mit internationalen Aromen, kreativen Gemüsefüllungen und modernen Interpretationen, die ihn zu einem vielseitigen Lieblingsgericht machen.

Text: Susanne Rosenberger Fotos: Adobe Fotostock, Hans Bauer

Den Namen verdankt der Strudel seiner charakteristischen Form und Wickeltechnik: Das hauchdünn ausgezogene Teigblatt wird sorgfältig eingerollt und erinnert dabei an einen Wirbel oder Strudel. Die Ursprünge dieser besonderen Spezialität reichen bis ins 16. Jahrhundert zurück. Bereits historische Quellen berichten von kunstvoll gerollten Teigwaren, deren Herstellung viel Geschick und Fingerspitzengefühl erforderte. Im Laufe der Jahrhunderte entwickelte sich der Strudel schließlich zu einem festen Bestandteil der österreichischen Küche – und erlangte weit über die Landesgrenzen hinaus Bekanntheit.

Der Strudel entdeckt die Welt

Besonders berühmt wurde der klassische Apfelstrudel, dessen Kombination aus feinem Teig, saftigen Äpfeln, Zimt und Rosinen bis heute Generationen begeistert. Doch auch Varianten mit Topfen, Kirschen oder Mohn gehören längst zum kulinarischen Erbe. Herzhafte Strudel mit Kartoffeln, Spinat und Feta, Lauch, Kürbis, Pilzen oder mediterranem Gemüse gehören inzwi-

schen ebenso selbstverständlich auf viele Speisekarten wie süße Klassiker. Gerade diese Wandlungsfähigkeit macht den Strudel heute so attraktiv. Er verbindet traditionelle Handwerkskunst mit moderner Küche und zeigt eindrucksvoll, wie Klassiker zeitgemäß interpretiert werden können, ohne ihren ursprünglichen Charme zu verlieren.

**„Ein Tag ohne Strudel ist wie ein Tag ohne Sterne!“
(Kaiser Franz Joseph I.)**

Was macht einen richtig guten Strudel aus?

„Ein guter Strudel hat zuallererst eine schöne Farbe. Sie ist bei klassischen Teigen in der Regel goldgelb“, führt uns Kochbuchautorin Sandra Leitner in die Strudelbasics ein. Ein gelungener Strudel beginnt somit mit dem richtigen Teig. Dieser sollte möglichst dünn ausgezogen werden, ohne zu reißen. Je feiner der Teig, desto

charakteristischer wird das knusprige Ergebnis an den äußeren Schichten. Neben dem klassischen gezogenen Strudelteig können Strudel auch aus Blätterteig, Mürbeteig, Hefeteig, Quarkteig oder Kartoffelteig gemacht werden. „Wovor die meisten Strudelanfänger Respekt haben, ist sicher nicht das simple Zusammenkneten eines gezogenen Strudelteiges, sondern das eigentliche Ziehen des Teiges“, so Leitner. Mindestens ½ Stunde sollte man dem Teig Zeit geben, wenn man ihn dünn ausziehen möchte, besser 1 oder 2 Stunden bei Zimmertemperatur oder über Nacht im Kühlschrank.

„Für gut ziehbare Strudelteige sind die Proteine (Gluten) im Mehl nahezu unerlässlich. Grundsätzlich gilt: Je höher der Proteingehalt im Mehl ist, desto elastischer wird der Teig“, erläutern die Strudlexperten, die in ihrem Buch „Strudellust. So schmeckt Glückseligkeit“ bewährte Rezepte für Strudel-Ziehteige, die besten Klassiker und viele neue süße und herzhaft-kreative Kreationen, leckere Suppenstrudel, feine Gourmetstrudel, raffinierte Ministrudel als Fingerfood für Partys und das Einmaleins des Strudelmachens vorstellen.

Wiener Strudelteig

Zutaten:

- 300 g Mehl Typ 550 (DE), Typ 700 (Ö)
- 1 EL Öl
- 1 Prise Salz
- 125 ml lauwarmes Wasser
- Öl zum Bestreichen

Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel sieben, restliche Zutaten dazugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Öl einstreichen, in eine Schüssel legen, mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens ½ Stunde ruhen lassen. Je länger, desto besser. Dabei entwickelt sich die Ziehfähigkeit des Teiges, der Essig verstärkt diese Wirkung. Der Teig wird traditionell sehr dünn ausgezogen. Teigmenge für 7–8 Stücke.

Kürbis-Mango-Strudel

Wenn im Herbst die ersten Kürbisse reif sind, ist es Zeit für ein Strudelvergnügen der Extraklasse: Kürbisstrudel. Diese Strudelvariante wird verfeinert mit Mango und Ziegenfrischkäse, was für Fruchtigkeit und eine raffinierte Würze sorgt.



Zutaten:

- 600 g Hokkaidokürbis, gerieben
- Salz
- Zucker
- 35 g Lauch, das Grüne, fein gewürfelt
- 8 g Salbei, fein gehackt
- 30 g Butter
- 80 g Zwiebelwürfel, klein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 40 g Ziegenfrischkäse
- 1 Ei
- 60 g Semmelbrösel
- 300 g Mango, in Würfel geschnitten
- Salz
- Pfeffer
- Piment d'Espelette
- Curry, Zimt
- Etwas Zitronensaft
- Strudelteig oder gekaufte Strudel- bzw. Filoteigblätter aus dem Kühlregal
- Flüssige Butter
- 1 Eigelb
- ergibt etwa 6–8 Stücke

Zubereitung:

Den geriebenen Kürbis in einer Schüssel gut mit Salz und Zucker marinieren. 15 Minuten stehen lassen und ausdrücken. Die Flüssigkeit wegschütten. Den Lauch und den Salbei unter die Kürbismasse mischen. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen. Zwiebeln und Knoblauch in der Butter goldgelb anschwitzen. Die Kürbismasse in die Pfanne geben und für ca. 5 Minuten mitschmoren. Den Ziegenfrischkäse unterrühren. Den Kürbis in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen. Das Ei und die Semmelbrösel unter die Kürbismasse mischen. Die Mangowürfel unterheben. Mit Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette, Curry, Zimt und einem guten Spritzer Zitronensaft würzig abschmecken. Die Masse abkühlen lassen. Strudelteig auf einem mehlierten Tuch ausziehen oder 3–4 gekaufte Teigblätter mit Butter bestreichen und übereinanderlegen. Die Strudelmasse auf der vorderen Hälfte des Strudelteiges verteilen. Dabei rundum zum Rand hin ca. 3 cm frei lassen. Die Seiten des Strudelteiges einschlagen und den Teig fast ganz aufrollen. Das Endstück mit etwas Eigelb bestreichen, bevor die Rolle verschlossen wird. Das Eigelb wirkt wie ein Kleber. Den Strudel rundum mit Eigelb und Butter bestreichen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech mit der Nahtseite nach unten legen. Mit einer Nadel den Strudel mehrfach einstechen, damit Feuchtigkeit beim Backen entweichen kann. Im Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 30 Minuten backen, bis er goldgelb ist. Aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen.



Mohn-Birnen-Strudel

Mohn, Birnen und Quark sind ein kulinarisches Dreamteam und geschmacklich in der Strudel-Champions-League ganz oben angesiedelt. Fluffig, saftig und ungemein aromatisch, nimmt Sie dieser Strudel mit in den Strudelhimmel.

Zutaten:

Quarkfüllung:

- 500 g Magerquark
- 3 Eier, 70 g Zucker
- 1 PK Vanillezucker
- 1 Prise Salz, 50 g Butter
- 3 EL Stärke, gehäuft
- 1 Zitrone, Abrieb

Mohnfüllung:

- 350 ml Milch
- 160 g Mohn, gemahlen
- 150 g Zucker
- 1 PK Vanillezucker
- 1 EL Grieß, 1 EL Stärke, 1 EL Rum
- 1 Dose Birnen o. 250 g Birnen frisch, geschält und gedünstet
- 1 Eigelb
- 25 g Butter, flüssig
- Puderzucker zum Bestäuben
- Strudelteig oder gekaufte Strudel- bzw. Filoteigblätter a. d. Kühlregal
- Masse für ca. 6–7 Stücke

Zubereitung:

Quarkfüllung: Den Quark in einem Sieb abtropfen lassen. Die Eier trennen und das Eiweiß mit einer Prise Salz steif aufschlagen. Das Eigelb mit dem Zucker, dem Vanillezucker und der Butter mit einem Handrührgerät schaumig rühren. Den abgetropften Quark, die Stärke und den Zitronenabrieb mit dem aufgeschlagenen Eigelb vermischen. Den Eischnee mit einem Holzlöffel vorsichtig unter die Masse heben.

Mohnfüllung: Die Milch erwärmen und den Mohn unterrühren. Zucker, Vanillezucker, Grieß, Stärke und Rum untermischen und gut mit dem Mohn vermengen. Die Masse abkühlen lassen. Die Birnen in kleine Würfel schneiden und zur abgekühlten Mohnmasse geben. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Strudelteig auf einem mehlierten Tuch ausziehen oder 3–4 gekaufte Teigblätter mit Butter bestreichen und übereinanderlegen. Die Mohn-Birnen-Füllung gleichmäßig darauf verteilen. Rundum ca. 3 cm an den Rändern frei lassen. Jetzt die Quarkmasse nur auf dem vorderen Drittel über der Mohnfüllung auftragen. Die Seiten des Strudelteiges einschlagen und den Teig fast ganz aufrollen. Das Endstück mit etwas Eigelb bestreichen, bevor die Rolle verschlossen wird. Das Eigelb wirkt wie ein Kleber. Den Strudel rundum auch mit Eigelb und Butter bestreichen. Mit Hilfe des Tuches auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Die Nahtseite sollte nach Möglichkeit unten sein. Mit einer Nadel den Strudel mehrfach einstechen, damit Feuchtigkeit entweichen kann. Im Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 30 Minuten backen, bis er goldgelb ist.