

# Gemüse-Strudel mit Sauerrahm-Schnittlauch-Sauce und Kopfsalat

---

 [happy-mahlzeit.com/2022/01/23/gemüse-strudel-mit-sauerrahm-schnittlauch-sauce-und-kopfsalat](https://happy-mahlzeit.com/2022/01/23/gemüse-strudel-mit-sauerrahm-schnittlauch-sauce-und-kopfsalat)

## Zutaten für 2 Personen

### Für den Strudel-Teig:

- 250 g Mehl
- 100 ml lauwarmes Wasser
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 100 g Butter
- Mehl
- Salz

### Für die Strudel-Füllung:

- 1 Kopf Spitzkohl
- 1 Zucchini
- 1 Stange Lauch
- 100 g Zuckerschoten
- 1 Staudensellerie
- 1 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Bund Schnittlauch
- Neutrales Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer

### Für die Sauce:

- 200 g Saure Sahne
- 100 g Schlagsahne
- 100 ml Gemüsefond
- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- ½ Bund Schnittlauch
- Muskatnuss
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

### Für den Kopfsalat:

- 1 Kopfsalat

- 1 Zwiebel
- 4 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL Weißweinessig
- ½ Bund Schnittlauch
- ½ Bund glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer

#### **Für die Garnitur:**

- ½ Bund Schnittlauch
- ½ Bund glatte Petersilie
- 1 Kästchen Kresse

#### **Zubereitung:**

Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Butter zum Bestreichen des Strudels zerlassen. Mehl sieben und mit Wasser, Öl und einer Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Ein sauberes Tuch bemehlen, den Teig darauf dünn ausrollen und mit ein wenig zerlassener Butter bestreichen.

Für die Füllung Spitzkohl putzen, waschen und in Streifen schneiden. Zucchini waschen, Enden entfernen und Fruchtfleisch klein schneiden. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Zuckerschoten und Staudensellerie putzen und klein schneiden. Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch klein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen und Zwiebeln glasig anschwitzen. Das Gemüse hinzufügen, anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unter das Gemüse heben.

Das Gemüse auf dem Strudelteig verteilen, die Seiten einklappen und mit Hilfe des Tuchs aufrollen. Die Außenseite des Strudels mit flüssiger Butter bestreichen und bei 180 Grad 20 – 25 Minuten im Ofen backen. Zwischendurch immer wieder mit flüssiger Butter bepinseln. Nach Ende der Garzeit aus dem Ofen nehmen und aufschneiden.

Für die Sauce Butter in einem Topf aufschäumen lassen, Mehl hinzufügen und mit Sahne und Gemüsefond ablöschen. Kräftig rühren. Saure Sahne dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskatnuss abschmecken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unter die Sauce rühren.

Den Kopfsalat putzen, Blätter klein zupfen, waschen und trockenschleudern. Zwiebel abziehen und würfeln. Aus Essig, Öl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kopfsalat, Zwiebel, Petersilie und Schnittlauch mit Vinaigrette vermengen.

Für die Garnitur Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Den Gemüse-Strudel mit Sauerrahm-Schnittlauch-Sauce und Kopfsalat auf Tellern anrichten, mit Kräutern und Kresse garnieren und servieren.

Rezept: Uschi Malzburg

Quelle: Die Küchenschlacht vom 24. Januar 2017

Episode: Vorspeisen