

Gemüse – Polentastrudel

Zutaten:

Strudelteig:

250 g glattes Mehl, ½ TL Salz, 1 TL Essig, 1 EL Öl, 1/8 l lauwarmes Wasser,
Öl zum Bestreichen

Fülle:

¼ l Gemüsebrühe, 250 ml Sauerrahm, 250 g Polenta. 500 g Gemüse (Karotten, Brokkoli, Karfiol, Fisolen,..) etwas Butter zum Dünsten, ½ grüne und rote Paprikaschote, 4 Eier, Salz Pfeffer, 120 g geriebener Käse

Zubereitung:

Für den Strudelteig alle Zutaten vermischen und gut zusammen kneten. Mit Öl bestreichen und mindesten ½ Std. rasten lassen.

Für die Fülle die Suppe mit dem Sauerrahm versprudeln und aufkochen lassen. Polenta einkochen und auf kleinster Stufe Quellen lassen (es soll ein dicker Brei sein) und abkühlen lassen.

Das Gemüse in kleine Würfel bzw. kleine Stücke schneiden, mit wenig Butter und Wasser bissfest dünsten. Gut abtropfen lassen, Paprika würfelig schneiden und mit dem Gemüse und den Eiern unter die Polenta-Masse gut untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Strudelteig auf einem bemehlten Tuch ausziehen, die Polentafülle darauf verteilen, mit Käse bestreuen und einrollen. Auf ein vorbereitetes Backblech legen, mit zerlassener Butter bestreichen und bei 180°C (Heißluft) ca. 45-50 Minuten backen.

Tipp: Dazu passt sehr gut eine Zwiebelsoße:

3 Jungzwiebeln klein schneiden mit 250 ml Sauerrahm vermischen und mit Salz und Pfeffer gut abschmecken.

Gutes Gelingen wünscht Elfriede Schachinger!