

# Strudelvariationen



von und mit

Seminarbäuerin Ing. Barbara Zenz  
mail: [barbara@weinbau-zenz.at](mailto:barbara@weinbau-zenz.at)

Oft haben Köchinnen und Köche großen Respekt vor dem Selbermachen von Strudelteig. Immer wieder hört man, dass schließlich eine Zeitung durch den Teig hindurch gelesen werden können soll oder, dass man erst zum Heiraten kommt, wenn man den Strudelteig ohne Löcher hauchdünn ausziehen kann.

Wie dem auch sei, allein die Textzeile Mittwoch Strudeltag im bekannten Volkslied zeigt uns, die tiefe Verwurzelung des Strudels in unserer Kochtradition. Es gibt verschiedenste Teige, die man zur Strudelbereitung verwenden kann. Neben dem klassischen Strudelteig finden sowohl der Topfenblätterteig, Blätterteig, Mürbteig, Germteig als auch der Erdäpfelteig sowie der Tropfteig (als dünne Palatschinken für kleine Strudel) Verwendung in der Strudelküche.

Natürlich gibt es fast all diese Teige auch fertig im Supermarkt zu kaufen, aber nicht nur uns, auch unseren Lieben schmeckt der selbst gemachte Teig mit Sicherheit besser. Und auch bei kleinen Anfangsschwierigkeiten, mit etwas Übung und Hartnäckigkeit wirst auch du zum Strudelprofi!

### **Strudelteig:**

25 dag Mehl

Salz

2 EL ÖL

1 EL Essig

ca. 1/8 l lauwarmes Wasser

Alle Zutaten mit dem Mixer (Knethacken) zu einem glatten Teig verkneten. Am besten noch mit der Hand gut durchkneten, ein Laibchen formen, mit Öl bestreichen und zugedeckt ca. 30 min oder auch länger rasten lassen. Wichtig ist es, dass der Teig nicht austrocknet, da man ihn dann schwer ausziehen kann. Dann den Teig auf ein bemehltes Strudeltuch geben, etwas mit dem Nudelwalker ausrollen und dann mit dem bemehlten Handrücken so dünn wie möglich ausziehen.

Den Teig mit der gewünschten Fülle bestreichen oder belegen. Festere Füllen werden auf 2/3 des Teiges verteilt, dünnere auf die Hälfte des Teiges. Der restliche Teig wird mit zerlassener Butter oder Öl bestrichen, damit er nach dem Backen schön aufblättert. Die Ränder einschlagen und mit Hilfe des Strudeltuches einrollen.

Wenn die Teigländer zu dick sind, kann man sie wegschneiden und wieder zusammenknetet und zugedeckt für einen weiteren Strudel verwenden oder man legt die abgeschnittenen Ränder auf die Fülle und rollt sie mit ein.

Den Strudel kann man mit Ei, zerlassener Butter, Rahm oder Milch bestreichen und dann bei ca. 180°C Heißluft ca. 35 min backen. Die Backzeit variiert je nach Fülle und Dicke des Strudels.

Wenn man einen gekochten Strudel zubereiten möchte, reduziert man die Öl- und Wassermenge und ersetzt sie durch ein Ei. Der Strudel wird dann in ein Tuch oder eine Frischhaltefolie eingewickelt und in kochendem Wasser leicht siedend gegart.

### **Topfenblätterteig**

250 g Mehl

250 g Butter

250 g Topfen

Salz

bei süßen Strudeln etwas Vanillezucker und Zitronenschale

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und in Folie gewickelt mindestens 30 min kühl rasten lassen. Wenn der Teig blättern soll, muss man ihn einige Male ausrollen und zusammenschlagen. Bei Bedarf zwischendurch noch einmal kühl stellen.

Den Teig ca. 3 mm dünn ausrollen. In der Mitte die Fülle auftragen und die Seitenteile über der Fülle zusammenschlagen. Strudel mit Ei bestreichen und backen.

### **Schlanke Variante Topfenblätterteig:**

250 g Topfen  
150 g Weizenvollkornmehl  
100 g Weizenmehl  
120 g Butter  
Salz  
1 Ei  
1 EL Speisestärke

### **Semmelkäsestrudel als Suppeneinlage**

Strudelteig

100 g Lauch fein nudelig geschnitten  
200 g Semmelwürfel  
100 g Speck fein würfelig geschnitten  
100 g Bergkäse gerieben  
2 Eier  
Salz, Pfeffer  
Petersilie fein geschnitten  
Schweineschmalz  
Ei zum Bestreichen

Die Speckwürfel mit wenig Schmalz in einer Pfanne kurz anbraten, den Lauch zugeben und anschwitzen. Anschließend die Semmelwürfel und die Petersilie kurz zum Lauch-Speck-Gemisch geben und einmal gut durchschwenken, nun die Masse in eine Schüssel um leeren, die verschlagenen Eier sowie die Gewürze und den Käse untermischen. Den Strudelteig ausziehen, die Ränder abschneiden, die Fülle auf das untere Drittel verteilen, die Seitenränder einschlagen und den Teig ohne Fülle mit Öl bestreichen. Strudel mithilfe des Tuchs einrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech heben. Im vorgeheizten Rohr bei 180°C Heißluft ca. 35-40 min backen.

Dieser Strudel kann als Suppeneinlage oder als Hauptspeise mit Salat genossen werden. Er ist auch gut zum Einfrieren (in Scheiben für die Suppe geschnitten) geeignet.

### **Topfenstrudel mit Schinkenwürfel als Suppeneinlage**

½ Grundrezept Strudelteig

Ei zum Bestreichen, Zerlassene Butter

#### **Zutaten Fülle:**

2 Eier  
1 Prise Salz  
40 g weiche Butter  
120 g Topfen  
80 g fein geschnittener Schinken  
1 EL fein gehackte Petersilie  
40 g Weizenmehl

Die Eier trennen, die Eiklar mit dem Salz steif schlagen, die Butter schaumig rühren, die Dotter nacheinander gut unter die Butter rühren, dann den Topfen, den Schinken und die Petersilie zugeben und noch einmal gut verrühren. Abschließend den Eischnee abwechselnd mit dem Mehl unter die Masse heben. Die Topfenmasse auf die Hälfte des ausgezogenen Strudelteiges verstreichen, die restliche Fläche mit zerlassener Butter bestreichen. Den Strudel einrollen, ca. in 5 cm Abständen mit der Hand eindrücken und mit dem Teigrad durchschneiden. Die Strudelstücke auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit Ei bestreichen. Bei 180°C wird diese Suppeneinlage ca. 30 Minuten zu schöner Farbe gebacken. Je nach Belieben wird das Stück als Ganzes oder schräg durchgeschnitten in einer kräftigen Rindsuppe mit fein geschnittenem Schnittlauch serviert.

## **Fleischstrudel mit Kraut**

Strudelteig

300 g Faschiertes

2 EL Öl

1 Zwiebel

100 g Karotten

500 g Weißkraut fein gehobelt

Salz, Pfeffer

Kümmel

1/16 l Apfelmost oder Wein

Zwiebel fein hacken und die halbe Zwiebel in Öl anrösten, Faschiertes kurz mitrösten, Karotten fein raspeln und unterrühren, würzen. Masse auskühlen lassen. Restliche Zwiebel in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten, das Kraut zugeben, kurz anrösten und mit Most ablöschen. Weißkraut mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und bissfest dünsten lassen. Dann abschmecken und auskühlen lassen.

Zuerst das Kraut im unteren Drittel vom ausgezogenen Strudelteig verteilen, dann das Faschierte darüber geben. Strudel einrollen, mit Ei bepinseln und bei 180°C backen.

## **Übergossener Gemüsestrudel**

### **Grundrezept Strudelteig**

#### **Zutaten Fülle**

600 g beliebiges Gemüse (Karotten, Karfiol, Fenchel...)

100 g Bergkäse gerieben

2 Eier

100 g Frischkäse

1 Becher Creme fraiche

2 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer

Petersilie und ein Stück Lauch fein gehackt

Butter zum Bestreichen

#### **Zubereitung:**

Das Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden, in Salzwasser kurz blanchieren und dann abkühlen lassen. Den Frischkäse mit Creme fraiche, Eiern Knoblauch und Gewürzen gut vermengen. Den Strudelteig dünn ausziehen und mit zerlassener Butter bestreichen. Das Gemüse und den Käse auf ca.  $\frac{3}{4}$  des Teiges verteilen, Petersilie und Lauch sowie den Käse darüber streuen und dann den Strudel einrollen. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten, den Strudel in Schlangenlinien einlegen und auf der Oberseite mit einem scharfen Messer oder einer Schere bis zur Mitte einschneiden. Dann die Frischkäse-Ei-Masse darüber gießen und den Strudel im vorgeheizten Rohr bei 180°C Heißluft für ca. 30 – 35 Minuten zu schöner Farbe backen.

Variation:

Schinken- oder Wurstreste klein schneiden und zur Gemüsefülle geben.

## Spinat-Champignonstrudel mit Hendlbrust

Strudelteig

300 g Blattspinat blanchiert (TK-Ware aufgetaut)

2 Zehen Knoblauch

250 g Champignons blättrig geschnitten

1 Zwiebel

Salz, Pfeffer

400 g Hendlbrust in Streifen geschnitten

Öl

1/8 l Sauerrahm

1 Ei

1 Ei zum Bestreichen

Die Hendlbruststreifen in etwas Öl rundum gut anbraten, und dann zur Seite stellen. Zwiebel und Knoblauch in Öl anschwitzen, Champignons und Spinat zugeben und würzen, etwas einkochen lassen. Dann den Rahm und das Ei unterrühren. Die Champignon-Spinatfülle auf den ausgezogenen Strudelteig verteilen, die Hendlstreifen darauflegen, einrollen und den Strudel mit Ei bestreichen. Als Vorspeise mit einem kleinen Salatbukett serviert schmeckt dieser Strudel hervorragend.

Man kann den ausgezogenen Strudelteig auch in kleine Portionen teilen und kleine Strudelröllchen oder Strudelpäckchen als Vorspeise zubereiten.

## Gemüsestrudel

Topfenblätterteig

600 g beliebiges Gemüse geputzt, geschnitten und bissfest gekocht

1 Becher Landfrischkäse

2 Eier (1/2 zum Bestreichen)

Salz, Pfeffer, frische Kräuter

Das ausgekühlte Gemüse mit den restlichen Zutaten vermengen und in die Mitte des ausgerollten Topfenblätterteigs geben, die Seitenteile darüber schlagen, ev. mit etwas Teig ein Muster formen und den Strudel damit verzieren. Strudel mit Ei bestrichen ca. 45 min bei 180°C goldbraun backen.

### Schnittlauchsoße

1/8 l Sauerrahm

2 Zehen Knoblauch

Salz

Pfeffer

fein geschnittener Schnittlauch

Alle Zutaten gut miteinander vermengen und die Soße zum Gemüsestrudel servieren.

## **Lachslauchstrudel**

Strudelteig

400 g Lauch  
20 g Butter  
Salz, Pfeffer  
3/16 l Schlagobers  
1 Dotter  
1 EL Dille gehackt

3 Lachsfilets ohne Haut (je 200 g)  
40 g flüssige Butter  
1 Eiklar

Lauch putzen, in Streifen schneiden und in Butter kurz anrösten, würzen, mit Schlagobers aufgießen und ca. 5 min stärker dünsten (die Masse soll nicht mehr zu flüssig sein). Lauch auskühlen, Dotter und Dille einrühren, Lachs salzen und pfeffern. Den Strudelteig ausziehen, mit zerlassener Butter bestreichen, halbe Menge Lauch im Unteren Drittel der Länge nach auftragen, Lachs darüberlegen, restlichen Lauch über dem Lachs verteilen. Teig seitlich einschlagen, und mit dem Strudeltuch einrollen. Den Strudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit Eiklar bestreichen und im vorgeheizten Rohr bei 200°C OHUH ca. 25 min backen. Mit Kräutersoße servieren.

## **Warme Kräuterbechamelsauce**

40 g Butter  
40 g Mehl  
Milch  
Salz  
Pfeffer  
1 EL gehackte Kräuter  
1 Würfel Schmelzkäse oder Reibkäse

Butter zerlassen, Mehl darin anschwitzen. Mit so viel Milch aufgießen, dass eine leicht dickflüssige Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, Käse dazugeben und kurz vor dem Anrichten einen Esslöffel frisch gehackte Kräuter unterrühren.

## **Erdäpfelstrudel mit Kohlsprossen und Speck**

Strudelteig

ca. 800 g mehlig Erdäpfel  
Salz, Pfeffer  
300 g Kohlsprossen  
200 g Speckwürfel  
1/8 l Sauerrahm  
2 Eier  
Muskatnuss

Ei zum Bestreichen

Kohlsprossen putzen, den Strunk kreuzweise einschneiden und kurz blanchieren. Die Speckwürfel in einer Pfanne trocken anrösten, Erdäpfel schälen, grob reiben. Erdäpfel ausdrücken, mit Sauerrahm, Eiern und Gewürzen vermischen, auf dem ausgezogenen Strudelteig verteilen, mit Speckwürfeln bestreuen und die Kohlsprossen darüber legen. Strudel einrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech heben, mit Ei bestreichen und im vorgeheizten Rohr bei 175°C Heißluft ca. 45 min goldbraun backen.

## Langos

Strudelteig mit 150 g Mehl

Öl zum Frittieren

Knoblauch fein gehackt

4 EL Rapsöl

Salz

Strudelteig in 16 kleine Stücke teilen, noch einmal entspannen lassen, mit dem Nudelwalker rund ausrollen, noch ein wenig ausziehen und im heißen Rapsöl beidseitig goldbraun backen. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und anschließend mit Knoblauchöl bestreichen und servieren.

## Strudelcracker

Strudelteigreste nochmals zusammenkneten, rasten lassen und ausziehen

50 g Butter zerlassen mit einem Ei verrühren

Sesam oder gehackte Kürbiskerne für die **pikante Variante**

2 EL Kristallzucker mit 1 TL Zimt und 3 EL gem. Nüssen vermengt für die **süße Variante**

Teig bestreichen und bestreuen; bei 160 °C hellbraun backen und beliebig brechen.

Mit einem Aufstrich oder Dip serviert eine wunderbare Ergänzung zu einem Glas Wein!

## Apfelstrudel

Topfenblätterteig oder Strudelteig

1 kg Äpfel

Zimt

100 g grob gehackte Walnüsse

Rosinen nach Belieben

2 EL Rum

50 g Butter

100 g Brösel

30 g Zucker

Ei oder Rahm zum Bestreichen

Butter in einer Pfanne zerlassen, Zucker und Brösel hinzufügen und leicht anrösten, kaltstellen. Äpfel waschen und grob reiben oder blättrig hobeln, mit Zimt, Rum und Nüssen sowie Rosinen vermengen. Topfenblätterteig ausrollen, Butterbrösel darauf verteilen, Apfelfülle in die Mitte des Teiges geben, Teigränder schräg einschneiden und abwechselnd über die Apfelfülle legen, damit ein Zopfmuster entsteht. Strudel mit Ei bestreichen und backen.

Natürlich kann man die Fülle auch auf dem ausgezogenen Strudel verteilen, diesen einrollen mit Rahm bestreichen und goldgelb backen.

## **Kürbisstrudel süß**

Strudelteig

300 g Topfen  
80 g zimmerwarme Butter  
Salz, Zitronenschale, Vanillezucker  
80 g Staubzucker  
2 Eier getrennt  
50 g Butter  
40 g Zucker  
100 g Brösel

500 g geschälter, grob geraffelter Hokkaido  
6 Marillen  
nach Belieben eine Hand voll rote Ribiseln oder Himbeeren

Rahm zum Bestreichen

Topfen mit Butter, Salz, Zitronenschale, Vanillezucker und Staubzucker verrühren, Dotter unterrühren, Eiklar zu Schnee schlagen und unterheben. Topfenfülle am unteren Ende des ausgezogenen Strudelteigs auftragen, Hokkaido, in Spalten geschnittene Marillen und Ribiseln darauf verteilen. Butter in einer Pfanne schmelzen, Zucker und Brösel dazugeben und leicht anrösten. Die überkühlten Bröseln auf dem restlichen Strudelteig verteilen, Strudel einrollen, mit Süßrahm oder Milch bestreichen und bei 190°C ca. 40 min backen.

Die Grundfülle bleibt gleich, aber den Belag kann man je nach Belieben und Angebot ändern. Anstatt Kürbis bieten sich Zwetschken, Kirschen, Pfirsiche oder Äpfel und Birnen an. Auch Tiefkühlware kann gut verwendet werden (Zwetschken, Marillen, Ribiseln...)

## **Herbströllchen mit Apfelfülle**

Strudelteig

Fülle:  
500 g Äpfel gewaschen, entkernt und in kleine Würfel geschnitten  
Saft einer halben Zitrone  
30 g Butter  
30 g Zucker  
70 g Semmelbrösel  
50 g Mandelblättchen  
Zimt

Ei zum Bestreichen  
Rapsöl zum Ausbacken

Butter in einer Pfanne zerlassen, Zucker aufschäumen und Brösel goldbraun anrösten, mit Zimt verfeinern, abkühlen lassen. Zitronensaft über die Apfelwürfel geben. Den Strudelteig dünn ausziehen, in 16 Rechtecke teilen, den Rand mit Ei bestreichen, Brösel in der Mitte auftragen, Äpfel und Mandelblättchen darüber verteilen, Ränder einschlagen und zu einer Rolle formen, Enden gut andrücken. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, Strudelröllchen zu schöner Farbe ausbacken, auf Gitter und Küchenrolle abtropfen lassen und mit Zimtsoße lauwarm servieren.

## **Zimtsoße**

1 TL Maizena  
¼ l Milch  
1 Dotter  
Vanillezucker  
1 EL Zucker  
1 EL Rum  
Zimt nach Geschmack

Maizena mit etwas kalter Milch glattrühren, restliche Milch aufkochen, Dotter und Maizena einrühren, einmal aufkochen lassen, süßen und mit Rum und Zimt abschmecken. Die Soße zu süßen Strudeln servieren.

## **Topfenstrudel**

Strudelteig

500 g Topfen  
2 Semmeln fein würfelig geschnitten (alternativ auch süßes Weißgebäck verwenden)  
1/8 l Süßrahm  
80 g Butter  
80 g Staubzucker  
2 EL Rum, Vanillezucker  
Schale und Saft einer unbehandelten Zitrone  
4 Dotter  
4 Eiklar  
Früchte der Saison

Eiklar zu Schnee schlagen, Semmelwürfel mit Dottern und Rahm übergießen und ziehen lassen. Zimmerwarme Butter mit Staubzucker und Topfen verrühren, Rum, Zitronenschale- und -saft unterrühren, Semmelwürfel unterheben, Eischnee unterziehen. Die Topfenfülle auf den ausgezogenen Strudelteig verteilen, ev. mit beliebigen Früchten belegen, einrollen und mit Rahm bestreichen goldgelb backen.

Als Früchte zum Belegen eignen sich Ribiseln, Marillen, Himbeeren, Zwetschken, Weintrauben...)

## **Abgeschmalzene Strudelnudeln**

Strudelteig mit Ei

50 g zerlassene Butter oder Butterschmalz  
150 g Rosinen  
  
50 g Butter  
30 g Kristallzucker  
100 g Semmelbrösel

Den Strudelteig ausziehen, mit Butter bestreichen und mit Rosinen bestreuen, einrollen und in der Länge eines passenden Kochtopfs abschneiden. Die Enden gut zusammendrücken, die Strudelstücke in kochendem Salzwasser ca. 20 min leicht wallend kochen, anschließend auf ein Brett legen und in 1 cm breite Nudeln schneiden.

Butter in einer Pfanne schmelzen, Zucker und Bröseln zugeben und kurz anrösten, dann die Strudelnudeln zugeben, kurz durchschwenken und mit Staubzucker bestreut servieren.

Dazu passt eine Vanillesoße oder Apfelmus. Auch Strudelreste können zu diesem Rezept verarbeitet werden, dazu diese noch einmal mit Öl eingestrichen rasten lassen, anschließend wie gewohnt weiterarbeiten.

## **Birnennussstrudel mit Streuseln**

**Grundrezept Strudelteig ev. 150 g Weizenmehl durch Vollkornmehl ersetzen**

### **Zutaten für die Fülle:**

1/8 l Milch

150 g geriebene Nüsse

40 g Semmelbrösel

Honig nach Geschmack

Zimt

Rum

Zitronenschale von einer halben unbehandelten gut gewaschenen Zitrone

1 Prise Salz

800 g Birnen

### **Zutaten für die Streusel:**

80 g Mehl

50 g Kristallzucker

50 g kalte Butter

Zimt

Zerlassene Butter und Marillenmarmelade zum Bestreichen

### **Zubereitung:**

Für die Nussfülle die Milch mit Honig erwärmen, Nüsse, Semmelbrösel und Geschmackszutaten zugeben, abschmecken und auskühlen lassen.

Für die Streusel alle Zutaten rasch mit der Hand zu Streuseln verbröseln und diese bis zur Weiterverarbeitung kühl stellen.

Die Birnen waschen, entkernen und in gleichmäßige Spalten schneiden.

Den Strudelteig dünn ausziehen, die Nussfülle im unteren Drittel verstreichen (Sollte sie zu fest sein, etwas Milch zufügen und glattrühren.). Die Birnenspalten darüber verteilen. Etwa 1/3 der Streusel über die Birnen streuen. Den restlichen Teig mit zerlassener Butter bestreichen, die Ränder einschlagen und den Strudel einrollen. Nun auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen, dünn mit Marillenmarmelade bestreichen und mit den restlichen Streuseln bestreuen. Den Strudel im vorgeheizten Rohr bei 180°C Heißluft für ca. 35 Minuten zu schöner Farbe backen.