Apfelstrudel

Saftige Apfelfüllung umhüllt von dünnem Strudelteig!
Für dieses Rezept gibt es eine Videoanleitung: https://youtu.be/wZhKGgRji-8

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp, histaminarm siehe Tipp



Für einen Apfelstrudel

Für den Strudelteig:
150g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)
1 TL Flohsamenschalenpulver
1 Ei
1 Prise Salz
90ml lauwarmes Wasser

Für die Füllung:
750g säuerliche Äpfel
60g glutenfreie Semmelbrösel
20g Butter (ggf. laktosefrei)
½ TL Zimt
75g Zucker
50g Rosinen
100g zerlassene Butter (ggf. laktosefrei)
40g gehackte Walnüsse
2 EL Puderzucker

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben, gemahlene Flohsamenschalen, Ei und Salz zugeben. So viel Wasser zufügen bis ein glänzend glatter Teig entsteht. Der Teig soll sich schön mit den Händen kneten lassen. Den Teig in Folie wickeln und ruhen lassen bis die Füllung hergestellt ist.
2. Die Äpfel schälen, entkernen, in Scheibchen schneiden und mit Zimt, Zucker und gewaschenen Rosinen mischen.
3. Die Semmelbrösel in 20g Butter goldbraun rösten. Auskühlen lassen.
4. Ein großes Tuch mit glutenfreiem Mehl bestäuben. Den Teig durchkneten und anschließend auf dem Tuch möglichst groß und dünn (etwa 40 x 45cm), zu einem Rechteck ausrollen. Mit zerlassener Butter bestreichen.
5. Die Semmelbrösel, Apfelmischung und gehackten Walnüsse auf den Teig gleichmäßig verteilen.
6. Den Teig mit Hilfe des Tuchs von der Längsseite her zusammenrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit Butter bestreichen.
7. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 40 – 50 Minuten backen. Sobald der Apfelstrudel zu bräunen beginnt, nochmals mit Butter bestreichen.
8. Den Strudel vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Histaminarm – Tipp: Die Walnüsse durch gehackte Macadamianüsse ersetzen.

Milchfrei – Tipp: Pflanzenmargarine anstatt Butter und milchfreie Semmelbrösel verwenden.



Fotografie oben: http://www.schmidtlein.de/

