Kirsch – Mohn – Strudel

Saftig – fruchtiger Strudel mit feiner Mohnfüllung!

Die wohl bekannteste Strudel-Variation ist der Apfelstrudel. Je nach Geschmack und Verträglichkeit lässt sich Strudelteig jedoch mit Vielerlei füllen. Ob mit Quark, Zwetschgen, Aprikosen, Birnen oder Mischungen aus den genannten Zutaten erhält man leckere süße Strudel. Pikant gefüllt mit Sauerkraut und Speck erhält man köstlichen Krautstrudel!

Damit der Strudelteig nicht reißt, sind die Zutaten für den Teig genau einzuhalten. Ein sehr gutes Ergebnis lässt sich mit dem glutenfreien Mehl Mix B von Schär sowie gemahlenen Flohsamenschalen erzielen. Der Teig aus diesen Teigzutaten lässt sich wunderbar verarbeiten und der Teig reißt weder beim Ausrollen noch beim Aufrollen des gefüllten Strudels.

glutenfrei, weizenfrei

Zutaten für den Teig:
150g glutenfreies Mehl (ich verwende Mix Brot von Schär)
1 TL Flohsamenschalenpulver
1 Ei
1 Prise Salz
90ml lauwarmes Wasser

Zutaten für die Füllung:
300g Kirschen
1 P. fertige glutenfreie Mohnfüllung (z.B. Mohnback von

Schwartau)
200g Schmand

Sonstige Zutaten:
25g flüssige Butter zum Bestreichen
glutenfreies Mehl für die Arbeitsfläche
Puderzucker zum Bestreuen

1. Alle Zutaten für den Strudel bereit stellen:

2. Die Kirschen entsteinen und halbieren.

3. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und verrühren.

4. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit den Händen gut kneten. Der Teig soll schön knetbar sein, nicht zu trocken und nicht zu weich!

5. Ein sauberes Geschirrtuch mit glutenfreiem Mehl bestäuben. Den Teig mit einem Nudelholz zu einem großen Rechteck dünn ausrollen.

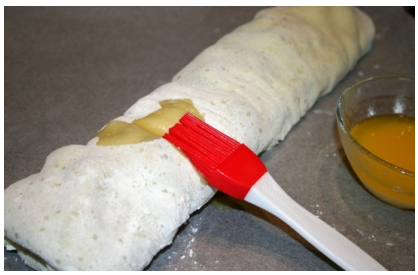
6. Mohnfüllung und Schmand verrühren. Den Teig damit gleichmäßig bestreichen, jedoch etwa 2 – 3 cm Rand frei lassen.

7. Die Füllung mit halbierten Kirschen belegen.

8. Die Ränder links und recht mit Hilfe des Geschirrtuches einklappen.

9. Den gefüllten Teig mit Hilfe des Geschirrtuches vorsichtig aufrollen.

10. Nun den Strudel auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Hierzu kann ein Tortenheber sehr hilfreich sein!



11. Den Strudel mit geschmolzener Butter gleichmäßig bestreichen.

12. Im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 45 – 50 Minuten backen. Nach der halben Backzeit nochmals mit Butter bepinseln.

13. Den Strudel aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

14. Sehr lecker schmeckt der Strudel pur, mit Vanillesauce oder Schlagsahne.

rezepte-glutenfrei.de