

Otto Koch
Gemüsestrudel mit Kräutersauce

Donnerstag, 16. März 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht
Vegetarisch, Heimatküche, Schnelle Küche

Zutaten

150 g	Karotten
150 g	Staudensellerie
150 g	Lauch
100 g	Zwiebeln
150 g	Champignons
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	Basilikum
1	Knoblauchzehe
1 EL	flüssige Butter
1	Strudelteig, z.B: TK
oder aus dem	Kühlregal (ca. 150 g)
1	Eigelb
200 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Sahne
1 Bund	gemischte Kräuter



Zubereitung

1. Karotten, Staudensellerie, Lauch, Zwiebeln und Champignons putzen bzw. schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Das Gemüse in einer Schüssel mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Knoblauch schälen und pressen. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Gepressten Knoblauch, Basilikum und etwa 1 EL flüssige Butter unter das Gemüse mischen.
3. Den Strudelteig ausrollen, die Gemüsemischung darauf verteilen und einrollen. Den Gemüsestrudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Eigelb einstreichen. Im Ofen bei 200 Grad (Ober-Unterhitze) ca. 25 Minuten backen.
4. Für die Sauce die Gemüsebrühe in einen Topf geben und etwas einkochen lassen, dann Sahne zugeben und noch etwas einkochen lassen.
5. Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Mit einem Pürierstab die Sauce aufmixen, die Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Den gebackenen Strudel in gleich große Stücke schneiden und mit der Sauce anrichten.

Pro Portion: 376 kcal / 1577 kJ
21 g Kohlenhydrate, 9 g Eiweiß, 27 g Fett