

Prinz-Eugen-Straße 2
77654 Offenburg

Ernaehrungszentrum@ortenaukreis.de
www.EZ-Ortenau.de



Apfelstrudel

Zutaten:	Zubereitung:
250 g Mehl 2 Eier 20 ml Öl 62 ml Wasser 1 Prise Salz	Alle Zutaten in einen Rührbecher geben und mit den Knethaken des Handrührers zu einem geschmeidigen Teig kneten.
Den Teig mit ½ TL Öl einstreichen, auf einen Teller legen, die Rührschüssel über den Teig stülpen. So kann der Teig nicht austrocknen, behält seine Elastizität und lässt sich leichter weiterverarbeiten. Ca. 15 - 20 Minuten ruhen lassen.	
1,5 kg säuerliche Äpfel (z.B Elstar, Braeburn)	Waschen, schälen, in Stifte schneiden.
Saft einer Zitrone 2 TL Zimt 60 g gehackte Mandeln	Unter die Äpfel mischen.
1 großes Geschirrtuch mit Mehl einstäuben. Den Teig mit den Händen zu einer flachen Scheibe drücken, anschließend mit dem Handrücken von innen nach außen gleichmäßig „ziehen“, bis der Teig die Größe des Geschirrtuches erreicht hat --> das Geschirrtuch muss durch den Teig hindurch gut zu sehen sein. Die Apfelmasse auf dem Teig verteilen, dabei ringsum einen Rand von 4 - 5 cm lassen. Diese Ränder auf die Äpfel umschlagen, danach mit Hilfe des Geschirrtuches aufrollen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Bei 200 Grad Heißluft 40 Minuten backen, 10 Minuten in der Nachwärme stehen lassen.	
15 g Butter	Auf den heißen Strudel geben, mit einem Pinsel gleichmäßig verstreichen.
Der Strudel schmeckt am besten frisch mit einer Kugel Vanilleeis oder einer Vanillesoße.	

