

Saftiger Apfelstrudel - wie bei Mutti



Mit unserem Rezept für Apfelstrudel gelingt der österreichische Klassiker bestimmt. Die Kombination aus frischen Äpfeln, Zimt und Nüssen überzeugt nicht nur zu Weihnachten. Der süße Strudel überzeugt das ganze Jahr. Er ist vergleichsweise leicht und kommt häufig ganz ohne tierische Produkte aus.

Zutaten für einen Strudel

Zutaten für den Teig:

250 g	glattes Mehl
140 ml	lauwarmes Wasser
2 EL	Öl
1 Prise	Salz

Zutaten für die Füllung:

1 kg	säuerliche Äpfel
150 g	Zucker
2 Esslöffel	Zitronensaft
100 g	Semmelbrösel
50 g	geriebene oder gehackte Nüsse
50 g	Butter, alternativ pflanzliche Margarine
Zimt, Vanille, Puderzucker	
<i>optional:</i> 80 g Rosinen, 2 cl Rum	



- **Strudelteig** lässt sich hervorragend **einfrieren**. Einfach nach dem Kneten etwas platt drücken, mit Öl bestreichen und in einem Gefrierbeutel aufbewahren.
- Wenn es **besonders schnell gehen** soll, kannst du auch **fertigen Strudelteig kaufen**. In vielen Supermärkten ist er auch in Bio-Qualität erhältlich.

Zubereitung

- 1.** Gebt das Mehl mit dem Öl und dem Salz in eine Rührschüssel und fügt dann das lauwarme Wasser langsam hinzu. Alles mit den Knethaken des Handrührgeräts kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten, bis er sich zu einer Kugel formen lässt und nicht mehr an den Fingern klebt. Die Teigkugel mit etwas Speiseöl bestreichen und in einen Topf legen. Mit einem Deckel verschließen und bei Zimmertemperatur mind. 30 Min. ruhen lassen.
- 2.** Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Inzwischen das Backblech mit Backpapier belegen.
- 3.** *Zubereitung Füllung:* Äpfel gründlich waschen, schälen, entkernen und in feine Stücke oder Scheiben schneiden. Gebt den Zitronensaft zu den Äpfeln, um zu verhindern, dass die Äpfel sich braun verfärben. Nun Butter (beziehungsweise Margarine) in einer geeigneten Pfanne zerlassen und die Semmelbrösel und die geriebenen oder gehackten Nüsse darin anrösten. Nun langsam den Zucker hinzufügen und alles goldbraun anbraten. Optional Rosinen und Rum dazu geben und alles mit den Äpfeln gut vermengen. Ihr könnt die Füllung mit etwas Vanille und einem Teelöffel Zimt verfeinern.
- 4.** Wenn der Teig lang genug geruht hat, rollt Ihr ihn auf einem sauberen Geschirrtuch (vorher mit etwas Mehl bestreuen) mit einem Nudelholz so dünn wie möglich aus. Den Teig mit den Handrücken vorsichtig zu einem Rechteck (etwa 50 x 35 cm) ziehen, bis dieser so dünn ist, dass man das Geschirrtuch durchsehen kann.
- 5.** Lege den ausgerollten Teig auf ein Backpapier und verteile die abgekühlte Füllung gleichmäßig auf dem Teig und lasse dabei etwa 2 Zentimeter Rand. (TIPP: Damit der Teig stabil bleibt, ist es wichtig, dass die Füllung ausgekühlt ist).
- 6.** Butter zerlassen und Teigränder dünn mit Butter bestreichen. Apfelmasse im unteren Drittel auf dem Teig geben und zu einem Strang formen. Dabei die Ränder (ca. 4-5cm) frei lassen. Links und rechts die frei gelassenen Teigblätter nach innen klappen.
- 7.** Den Teig mithilfe des Tuches, beginnend von dem unteren Drittel mit der Apfelfüllung, aufrollen. Den Strudel mithilfe des Geschirrtuches auf das vorbereitete Blech mit Backpapier setzen. Dabei das Teigende nach unten schauen lassen. Mit Butter bestreichen. Circa 40 Min. backen. Nach Belieben während des Backens erneut mit etwas Butter bestreichen, mit Puderzucker bestäuben und mit Vanillesauce servieren.