



## Sauerkrautstrudel mit Speck und Schnittlauch-Dip

 30-40min  2 Personen

Schon die Großeltern wussten: Sauerkraut ist gesund! Das saure Kraut wird aus Weiß- oder Spitzkohl hergestellt und durch Zugabe von Salz 2-3 Wochen fermentiert. Deftig wird es bei uns mit diesem rustikalen Sauerkrautstrudel mit Speck! Dazu servieren wir einen frischen Schnittlauch-Dip und knackigen Salat. Bei der großzügigen Menge, kann man sich noch am nächsten Tag auf eine Portion fürs Mittag...

## Was du von uns bekommst

- Sauerkraut
- Blätterteig <sup>1</sup>
- Bauchspeck
- Sauerrahm <sup>7</sup>
- Schnittlauch, Frisch
- Laszlos Gulaschgewürz
- Romanasalat

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Backblech
- Backpapier
- Backrohr
- große Pfanne

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 720.0kcal, Fett 56.7g, Eiweiß 15.0g, Kohlenhydrate 36.2g



### 1. Speck braten

Das Backrohr auf 210°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den **Speck** in möglichst dünne Streifen schneiden, währenddessen eine große Pfanne auf mittelhohe Stufe erhitzen. Den **Speck** in der heißen Pfanne ca. 2Min. knusprig anbraten, sodass das Fett ausgelassen wird.



### 4. Strudel backen

Den **Teig** von der kurzen Seite her vorsichtig eng zusammenrollen und alle Seiten gut verschließen. **Strudel** mit der Verschlussseite nach unten legen und im Rohr ca. 15-18Min. goldbraun backen.



### 2. Sauerkraut braten

Nun möglichst viel Flüssigkeit vom **Sauerkraut** in eine Schüssel auspressen, dann das **Sauerkraut** in die **Speckpfanne** geben und dort weitere ca. 3-4Min. anbraten. Mit der **Gewürzmischung** abschmecken. **Sauerkraut** anschließend aus der Pfanne nehmen und am offenen Fenster ein wenig abkühlen lassen.



### 5. Dip rühren

In der Zwischenzeit den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden. **Sauerrahm** mit Salz, Pfeffer und **Schnittlauch** zu einem cremigen **Dip** rühren.



### 3. Strudel füllen

**Blätterteig** auf ein Backblech ausrollen, das Papier sollte dabei unten liegen. Nun die abgekühlte **Sauerkrautfüllung** gleichmäßig auf dem **Teig** verteilen und dabei ca. 3cm **Teigrand** auslassen.



### 6. Salat marinieren

**Salatstrunk** abschneiden, dann **Salatblätter** in dünne Streifen schneiden. Aus 1/2TL Salz, 2EL Essig, 1EL Öl und 1EL Wasser ein **Dressing** rühren und den **Salat** damit kurz vorm Servieren marinieren. **Strudel** in Stücke schneiden und mit dem **Dip** und **Salat** servieren.