Karfiol-Kartoffel-Strudel

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für 5 Personen
ca. 10 Stück:

300	g	Kartoffel, mehlig, geschält
250	g	Karfiolröschen
2	ST	Eidotter
1	EL	Petersilie, gehackt
		Salz, Pfeffer aus der Mühle
		Muskatnuss, gemahlen

Weiter´s:

1	ST	Strudelblatt, Fertigprodukt
1	ST	Ei
20	ml	Wasser, warm
		Tafelöl zum Herausbacken

Herstellung:

1. Kartoffel kochen, erkalten lassen und grob reiben.
2. Karfiolröschen in Salzwasser überkochen, abseihen und die Röschen in einer Schüssel mit einer Gabel grob zerdrücken.
3. Kartoffel, Karfiol, Eidotter und Petersilie vermengen und mit Salz Pfeffer und Muskatnuss gut abwürzen.
4. Strudelteig auflegen mit Ei-Wassergemisch bestreichen, Maße länglich in der Mitte darauf verteilen, einrollen und auf der Seite (wie ein Bonbon) zusammen drücken.
5. In zirka 2 cm hohem Fettbad herausbacken und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

TIPP:
Mit Joghurt-Kräuterdip und Salat servieren.

Andreas Virgolini Dipl. Diätkoch, Vegan – vegetarischer K.a.S., Küchenmeister