Herzhafter Kartoffel-Apfelstrudel

Zeit gesamt 40min

Zubereitungszeit 15min

Schwierigkeit Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	800 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Petersilie, frisch	15 g
Räuchertofu	200 g
Äpfel, rot	1 St.
Öl	2 EL
Sojaghurt	150 g
Majoran, getrocknet	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Blätterteig	2 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Kartoffelscheiben in eine Schüssel mit 3 l kaltem Wasser ca. 10 Min. einlegen, damit die Stärke austreten kann.

2. Zwiebeln halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Räuchertofu in kleine Würfel schneiden. Apfel waschen, Strunk und Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

3. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und Zwiebel darin glasig anbraten. Räuchertofuwürfel, Apfel und Petersilie zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und ebenfalls kurz mitbraten. Kartoffeln in ein Sieb abgießen und mit den Händen ausdrücken. Kartoffeln zu den gebratenen Zwiebeln geben und ca. 5 Min. anbraten. Sojaghurt, Knoblauch und Majoran dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Blätterteig abrollen. Kartoffelfüllung auf dem Teig verteilen, dabei einen ca. 5 cm dicken Rand lassen. Kurze Seiten einschlagen und Blätterteig eng aufrollen. Mit der überlappenden Seite nach unten auf ein Backblech mit Backpapier setzen und im Ofen ca. 25 Min. goldbraun backen. Strudel aus dem Ofen nehmen und auf Tellern servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Zu diesem Strudel passen ein herbstlicher Salat und ein Kräuterdip perfekt!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	830 kcal
Kohlenhydrate	89 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	42 g