

Veganer Blätterteigstrudel im Video-Tutorial



Veganer Start ins 2022: Foodbloggerin Zoe Torinesi zeigt im aktuellen Video-Tutorial, wie ein Hackstrudel ganz ohne tierische Produkte gelingt!

Der Veganuary bei Denner geht in die zweite Runde. Bereits letztes Jahr gab es den ganzen Januar hindurch pflanzlicher Basis. Den Auftakt macht heuer ein Blätterteigstrudel mit Gemüse und Hackfleischimitat.

[Gerichte auf](#)

Der Markt für Fleischersatzprodukte boomt und dementsprechend gross ist inzwischen das Angebot. Es gibt sehr leckere, aber auch geschmacklich eher düftige Produkte, worüber schlussendlich der eigene Geschmack entscheidet. Bevor man also grossen Aufwand betreibt, empfiehlt es sich etwas durchzutesten, bis man sein Lieblingsprodukt gefunden hat.

Je nach Hunger reichen die Strudel für 4 bis 6 Portionen, dazu passt ein frischer Salat. En Guete!

- 1 grosse Zwiebel, gehackt
 - Etwas Olivenöl
 - 1 grosse Knoblauchzehe, gepresst
 - 700 g veganes Hack
 - 300 g Kartoffeln, in kleinen Würfeln
 - 100 g Rotkohl, in kleinen Stücken
 - 60 g Karotten, in kleinen Würfeln
 - 70 g braune Champignons, in Würfel
 - Etwas Paprikapulver
 - Etwas Zimt
 - 1 grosser Zweig frischer Thymian
 - 3 dl Rotwein
 - 2½ EL Mehl
 - 3 rechteckige vegane Blätterteige
 - 5 EL veganer Rahm
 - Salz und Pfeffer
- In nach Wahl

1. Zwiebeln in etwas Olivenöl dünsten, bis sie leicht glasig werden, Knoblauch dazu pressen und nochmals eine Minute weiterdünsten.
2. Hack begeben und gut anbraten. Sollte das Hack eine klumpige Konsistenz haben, dieses mit der Kelle etwas zerkleinern, damit die Füllung fein und regelmässig wird. Danach Gemüse und Pilze begeben, ebenfalls 2 Minuten mitdünsten und die Mischung ein erstes Mal würzen.
3. Thymianzweig dazulegen und mit dem Rotwein ablöschen. Bei geschlossenem Deckel circa 10 bis 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Sollte die Flüssigkeit nicht ausreichen, ein wenig Wasser begeben, damit nichts anbrennt.
4. Thymianzweig entfernen, das Mehl unterrühren und die Mischung abschmecken. Füllung in eine Schüssel geben und circa 15 Minuten leicht auskühlen lassen.
5. Zwei Blätterteige auslegen, je die Hälfte der Hackmischung darin einschlagen und dabei darauf achten, dass die Enden nicht zu dick werden. Überall dort, wo der Teig überlappt, diesen wegschneiden.
6. Aus dem dritten Blätterteig Dekoelemente ausschneiden oder -stechen und die Strudel damit verzieren. Danach die Oberflächen leicht mit veganem Rahm bestreichen.
7. Strudel in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Backofens circa 30 Minuten backen. Strudel ab Minute 25 beobachten, damit sie nicht zu dunkel werden.
8. Vor dem Servieren mindestens 5 Minuten auskühlen lassen.

Zubereitungsdauer: circa 1 Stunde 40 Minuten inklusive Auskühlen und Backen



Toros bio Tinto Tempranillo

Leuchtendes Rubinrot. In der Nase intensiver Duft nach roten Beeren, Pflaumen und mediterranen Kräutern. Im Gaumen weich, rund und mit mittlerem Körper. Langer, vibrierender Abgang.

[Jetzt im Weinshop ansehen >](#)