# 1/2 Teig - Fertigstellung

Dauer: Mittel Kategorie: Backrezepte Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Sommer



#### Zutaten

• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
250 G	Mehl	
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
1 PRISE	Salz	
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••••••••	
1 EL	Apfelessig	
3 EL	Rapsöl	
125 ML	warmes Wasser	

# Zubereitung

- 1. Mehl, Salz, Apfelessig und Öl in eine Schüssel geben.
- 2. Mit einem Löffel durchmischen und langsam das Wasser einrühren.
- Sobald die Masse fester wird, mit den Händen die Zutaten zu einem Teig kneten.
- 4. Danach den Teig auf einen Teller legen.
- Mit Öl bestreichen und zugedeckt mindestens eine halbe Stunde rasten lassen.
- **6.** Den Strudelteig auf einem Strudeltuch ausziehen.
- 7. Mit Sauerrahm bestreichen und die Füllung gleichmäßig verteilen.
- **8.** Den Teig einrollen und auf ein Backblech geben und bei Heißluft 190 C° circa für eine halbe Stunde im Backofen backen.



# 2/2 Füllung

Dauer: Mittel Kategorie: Backrezepte Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Sommer



### Zutaten

2 HANDVOLL	frischen Mangold
1	mittelgroße Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2	Tomaten
2	Kartoffeln
	Salz und Pfeffer
	verschiedene frische Kräuter
250 G	Sauerrahm

### Zubereitung

- 1. Mangold waschen und in Streifen schneiden.
- 2. Zwiebel und Knoblauch schälen und in kleine Stücke schneiden.
- 3. Kartoffeln schälen und reiben.
- 4. Die Tomaten ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
- 5. In einer Pfanne alle Zutaten kurz andünsten.
- **6.** Mit Salz, Pfeffer und verschiedenen Kräutern abschmecken.

