

Süßer Strudel Zweierlei

Sollte mal ein unerwarteter Besuch ins Haus stolpern, oder euch ein süßer Heißhunger überkommen, dann haben wir heute zwei Blitzrezepte für euch – ein Rettungsring für süße Tage sozusagen. Damit ihr nicht zu viel lesen müsst, legen wir auch direkt los...

Rezepttyp

- Nachspeise/Snack
- Rezeptschwierigkeit: einfach
- Zubereitungsdauer :
 - je Strudel ca. 15 Minuten Zubereitung (excl. Backzeit)



Zutaten für 2 kleine Strudel

für den „Topfen“-Strudel mit Himbeeren:

- 1 (glutenfreien) Blätterteig (250g)
- 200g Topfen- (Quark) Alternative
- 15g Puddingpulver Vanille Geschmack
- Abrieb ½ Bio-Zitrone
- 2 ½ EL Ahornsirup (oder Süße nach Wahl)
- 1 TL Vanillinzucker
- Himbeeren (frisch oder tiefgekühlt)
- etwas Pflanzenmilch (optional)
- Staubzucker (Puderzucker) zum Bestreuen

für den Apfel-„Topfen“-Strudel:

- 1 (glutenfreien) Blätterteig (250g)

für die Apfel-Mischung:

- 1 mittelgroßen leicht säuerlichen Apfel fein gehackt
- 1 TL Vanillinzucker
- ¼ TL Zimt gemahlen
- 1-2 EL Ahornsirup (je nach gewünschter Süße)
- 30g Walnusskerne trocken geröstet und grob gehackt

für die „Topfen“-Masse:

- 100g Topfen- (Quark) Alternative
- 8g Puddingpulver Vanille Geschmack
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 3 TL Ahornsirup (oder andere Süße)
- etwas Pflanzenmilch (optional)
- Staubzucker zum Bestreuen

Allergiehinweise

- Glutenfrei

Schritt für Schritt Rezeptanleitung

1. Für den Himbeer-„Topfen“-Strudel den Blätterteig, falls ihr tiefgekühlten verwendet, vorher auftauen.
 2. Alle Zutaten in einer Schüssel glatt miteinander verrühren.
 3. Die Topfenmasse in die Mitte des Blätterteiges geben und die Himbeeren darauf verteilen.
 4. Den Teig einrollen und die Enden gut andrücken. Wer mag, kann den Strudel noch mit etwas Pflanzenmilch bepinseln.
 5. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad goldbraun backen. Den Strudel etwas auskühlen lassen und mit Staubzucker bestreut genießen!
-
1. Für den Apfel-„Topfen“-Strudel den Blätterteig ebenfalls auftauen, sollte tiefgekühlter verwendet werden.
 2. Den fein gehobelten Apfel mit Vanillinzucker, Zimt und Ahornsirup vermischen, auf der Mitte des Blätterteiges verteilen und mit den gerösteten Nüssen bestreuen.
 3. Topfen-Alternative, Puddingpulver, Zitronensaft und Ahornsirup miteinander vermischen und über die Apfel-Nuss-Füllung geben.
 4. Den Strudel einrollen, gut verschließen und optional mit Pflanzenmilch bepinseln.
 5. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad goldbraun backen und mit Staubzucker bestreuen.
Am besten noch lauwarm verzehren! 😊



Rezeptbeschreibung

Die Mengenangaben in dem Rezept beziehen sich auf den etwas kleineren glutenfreien Blätterteig (zu finden in der Tiefkühlabteilung bei Billa Plus). Wenn ihr einen herkömmlichen veganen Blätterteig verwendet, dann müsst ihr die Zutaten verhältnismäßig minimal anpassen. Anstelle der Himbeeren eignen sich auch Heidelbeeren oder Kirschen perfekt, den Apfel könnt ihr auch gut durch eine reife Birne ersetzen.

Den ganz Süßen unter euch, empfehlen wir eine gute Portion pflanzliches Schlagobers dazu.

Viel Erfolg beim Nachbacken – leben und leben lassen, ist das Motto!

Herzliche Grüße aus der Pflanzenküche!

Meli & Gorik