



Strudelteig

Ein Strudelteig wird zum Gebrauch nicht nur ganz dünn ausgewallt, sondern zusätzlich von Hand zu einer hauchdünnen, fast schon folienartigen Teigbahn ausgezogen. Damit das gelingt, muss der Teig sehr geschmeidig und rissfest sein. Die Zugabe von ganz wenig Essig fördert diese Eigenschaften.

Zudem hab ich ein sehr kleberstarkes italienisches Manitobamehl verwendet. Weizenmehle aus hiesiger Produktion werden zumeist nur nach dem Ausmahlgrad unterschieden: Weissmehl, Halbweissmehl, Ruchmehl usw. Der nicht deklarierte Gehalt an Klebereiweissen (Gluten) ist aber ebenso entscheidend für die späteren Teigeigenschaften. Er kann zwischen 9% und 14% liegen. Die Klebereiweisse bilden beim Kneten lange fadenartige Strukturen, die den Teig zusammenhalten.

Bestimmt lässt sich ein Strudelteig auch aus herkömmlichem Weissmehl zubereiten. Es ist auch eine gute Empfehlung, den Teig intensiv, am besten mit einer Maschine zu kneten.

Dieser Strudelteig ist für süsse, genauso wie für salzige Strudel geeignet.

Ein Rezept: Linsenstrudel mit Belugalinsen

Zutaten

Reicht für einen Strudel
von ca. 30cm Länge und 6cm Durchmesser.

100g Manitobamehl
1El Olivenöl (oder Sonnenblumenöl)
40g Wasser
1 Eigelb mit wenig Eiweiss
1Tl Essig

je 1 Prise Salz und Zucker

Zubereitung

Alle Zutaten vermischen und tüchtig kneten. Ich habe den Teig 15 Minuten mit der Maschine geknetet. Es sollte ein weicher Teig mit glatter, kaum klebriger Oberfläche entstehen.

Effizientes Kneten von Hand:

Sobald der Teig zusammengefügt ist, legt man ihn auf eine eingeeölte Unterlage, drückt ihn flach und zieht ihn danach mit den Fingern auseinander und faltet ihn zusammen, drückt ihn wieder flach und wiederholt dies 10 mal, 20 mal....

Den Teig von Hand zu einer Kugel formen und mit Öl einreiben. In Haushaltfolie eingewickelt mindestens 2 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Ausziehen:

Ein ausgelegtes Küchentuch reichlich bemehlen, darauf den Teig mit dem Wallholz dünn auswallen. Anschliessend den Teig von Hand hauchdünn ausziehen. Man sollte fast die Zeitung durch den Teig hindurch lesen können.

Einrollen:

Füllung an einer Breitseite auf den Teig geben, die freien Flächen mit geschmolzener Butter einpinseln und mit Hilfe des Küchentuches einrollen.





Gekneteter Strudelteig



Strudelteig ausgewallt



Strudelteig ausgezogen

