

# KNUSPRIGER VEGETARISCHER STRUDEL MIT WIRSING, FETA & HONIG

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN  
ALS VEGETARISCHES HAUPTGERICHT:

- 4 STRUDEL- ODER FIOTEIGBLÄTTER
- 20 G GESCHMOLZENE BUTTER ZUM BESTEICHEN
- 200 G WIRSING
- 100 G ZWIEBELN
- 2 KNOBLAUCHZEHEN
- 1-2 EL ÖL ZUM ANBRATEN
- 1 EI (FREILAND, M)
- 20+10 G CRANBERRIES GETROCKNET
- 4 EL GEHACKTE NÜSSE
- 250 G FETAKÄSE
- BREITSAMER HONIG, KASTANIE



## ZUBEREITUNG SCHRITT FÜR SCHRITT

- DIE WIRSINGBLÄTTER LÖSEN, DEN STRUNK HERAUSSCHNEIDEN, DIE BLÄTTER HALBIEREN UND IN FEINE STREIFEN SCHNEIDEN. DIE ZWIEBEL ABZIEHEN UND FEIN WÜRFELN, DEN KNOBLAUCH ABZIEHEN UND REIBEN ODER FEIN HACKEN.
- ALLES IN 1-2 EL ÖL ANBRATEN UND ABKÜHLEN LASSEN, DANN MIT EINEM EI UND 20 G CRANBERRIES (10 G FÜR DIE GARNITUR AUFHEBEN) GUT VERMISCHEN.
- DIE NÜSSE OHNE FETT KURZ ANRÖSTEN (ODER BEREITS GERÖSTETE KAUFEN).
- DEN FETAKÄSE VIERTELN, MIT JE 1-2 TL BREITSAMER HONIG, KASTANIE BETRÄUFELN UND MIT JE 1 EL NÜSSEN BESTREUEN, DEN REST FÜR DIE GARNITUR BEISEITESTELLEN.
- DIE BUTTER SCHMELZEN.
- PROSTRUDEL 2 FILOBLÄTTER MIT DER BUTTER „VERKLEBEN“, ALSO EIN FILOBLATT MIT DER BUTTER BESTREICHEN UND DAS ZWEITE DARAUF LEGEN.
- DANN ETWAS WIRSING IN DIE MITTE LEGEN UND LÄNGS VERTEILEN, DABEI EINEN RAND VON MINDESTENS 5 CM LASSEN. AUF DEN WIRSING KOMMEN LÄNGS 2 VIERTEL VOM FETAKÄSE MIT DEM HONIG UND DEN NÜSSEN, DANN WIEDER WIRSING OBENDRAUF.
- DENSTRUDEL EINROLLEN UND DIE RÄNDER WIE BEI EINEM BONBON ZUSAMMENDRÜCKEN.
- MIT DER RESTLICHEN BUTTER EINPINSELN UND BEI 200° 10 MINUTEN IM AIRFRYER KNUSPRIG BACKEN.
- MIT HONIG BETRÄUFELN UND MIT NÜSSEN UND CRANBERRIES BESTREUEN.
- DAZU PASST FELDSALAT WUNDERBAR!

