

4. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Mit angefeuchteten Händen 4 große Knödel formen und ins kochende Wasser geben. Danach die Hitze reduzieren und die Knödel offen in 20 Minuten gar ziehen lassen. Die Knödel schließlich mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Zum Abschluss mit hellbrauner Butter beträufeln, mit dem Bergkäse bestreuen und sofort servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Ziehzeit 30 Minuten plus Garzeit 20 Minuten
PRO PORTION 13 g E, 28 g F, 33 g KH = 432 kcal (1809 kJ)

APFELSTRUDEL

• EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

FÜR 10 PORTIONEN

MÜRBETEIG

- 120 g weiche Butter
- 100 g Puderzucker
- Salz
- ½ Tl fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- Mark von ½ Vanilleschote
- 1 Ei (Kl. M)
- 2 Ei Schlagsahne
- 300 g Mehl
- 1 Tl Weinstein-Backpulver
- Mehl zum Bearbeiten

FÜLLUNG

- 700 g Äpfel
- 2–3 Ei Zitronensaft
- 50 g Butter

- 40 g Semmelbrösel
- 90 g Zucker
- 30 g Walnusskerne
- 20 g Pinienkerne
- 30 g gemahlene Mandeln
- 30 g Sultaninen
- 3–4 Ei Apfelbrand
- 1 Pk. Bourbon Vanillezucker
- ½ Tl Zimt
- ½ Tl fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 1 Ei (Kl. M)
- 1 Ei Schlagsahne
- Puderzucker zum Bestreuen
- Außerdem: Klarsichtfolie, Backpapier

1. Butter, Puderzucker, 1 Prise Salz, Zitronenschale und Vanillemark mit den Quirlen eines Handrührers glatt rühren. Ei und Sahne unterrühren. Mehl mit Backpulver mischen, zugeben und zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen, flach drücken und in Folie gewickelt 1 Stunde kühl stellen.

2. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in ca. ½ cm breite Stücke schneiden. Mit Zitronensaft mischen. 20 g Butter erhitzen und die Semmelbrösel darin hellbraun rösten. Abkühlen lassen. Zucker in einem flachen großen Topf karamellisieren, Äpfel und restliche Butter zugeben und 4–5 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten, bis sich der Karamell aufgelöst hat. Dann in eine große Schüssel füllen und abkühlen lassen. Walnüsse grob hacken und mit den Äpfeln, Butterbröseln, Pinienkernen, Mandeln, Sultaninen, Apfelbrand, Vanillezucker, Zimt und Zitronenschale mischen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 40 x 25 cm groß ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Apfelfüllung mittig über die längere Seite verteilen, Teigränder über die Füllung legen und verschließen. Ei mit der Sahne verquirlen und den Strudel damit einpinseln. Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten 40 Minuten backen. Mit Puderzucker bestäuben und lauwarm oder kalt servieren. Dazu passt Vanillesauce oder Schlagsahne.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Kühlzeit 1 Stunde plus Backzeit 40 Minuten
PRO PORTION 7 g E, 22 g F, 55 g KH = 457 kcal (1914 kJ)



Trockenplatz für Bauern- und Schüttelbrote. Doris Gufler (unten) backt jeden Sonntag frisch



Doris Gufler, Wirtin der „Gompr Alm“, im Gespräch mit Jürgen Büngener