



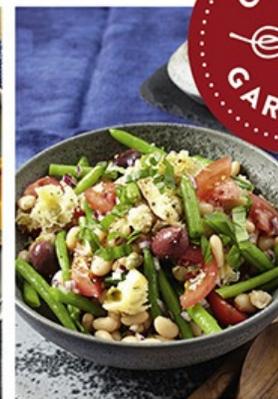
KLASSIKER

DR. OETKER

- VERLAG -

SEIT 1891

# NEUE LANDFRAUENREZEPTE VON A-Z



Schafskäse zerbröseln, mit den Bohnen und Tomatenwürfel auf den Strudelblättern verteilen. Mit dem vorbereiteten Knoblauchöl beträufeln.

5. Die belegten Strudelblätter jeweils mithilfe des Geschirrtuchs aufrollen und nebeneinander auf Backbleche (mit Backpapier belegt) legen. Die Strudel mit Olivenöl bestreichen.

6. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Strudel **etwa 30 Minuten je Backblech backen.**

7. Die Strudel von den Backblechen nehmen, anrichten und sofort servieren.

### **TIPP:**

Die gebackenen Strudel mit einer **würzigen Tomatensauce** servieren. Dafür 3 kleine Zwiebeln abziehen, klein würfeln. 4 Esslöffel Olivenöl in einem Topf erhitzen. 400 g Schälto­maten (aus der Dose) hinzugeben, zum Kochen bringen und etwa 20 Minuten kochen lassen. 1 Esslöffel Tomatenmark unterrühren. Mit etwa ½ Esslöffel Zucker, etwa ½ Teelöffel Paprikapulver rosenscharf, Salz und Pfeffer würzen. Die Tomatensauce nach Belieben mit einigen entsteinten, klein geschnittenen Oliven und abgespülten, trocken getupften Thymianblättchen verfeinern.



# BROKKOLIKUCHEN

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Backzeit: 40–45 Minuten

## PRO PORTION:

E: 15 g, F: 25 g, Kh: 23 g, kcal: 387

## ZUTATEN FÜR 4–6 PORTIONEN

### ZUM VORBEREITEN:

100 g Butter oder Margarine

350 g Brokkoli

Salz

100 g Kasseler-Aufschnitt, in Scheiben

### FÜR DEN TEIG:

100 g Weizenmehl (Type 550)

40 g Hartweizengrieß

4 gestr. TL Backpulver

50 g ger. Parmesan

gem. Pfeffer

50 ml Milch (3,5 % Fett)

2 Eier (Größe M)

### ZUSÄTZLICH:

1 Kastenform (25 x 11 cm)

Semmelbrösel

**1.** Zum Vorbereiten die Butter oder Margarine schmelzen und abkühlen lassen. Von dem Brokkoli die Blätter entfernen. Brokkoli in kleine Röschen teilen, abspülen und abtropfen lassen. Die Brokkolistängel schälen und in kleine Würfel schneiden. Brokkoliröschen und -würfel in kochendem Salzwasser etwa 2 Minuten blanchieren. Mit der Schaumkelle herausnehmen und sofort in kaltem Wasser abschrecken. Brokkoliröschen und -würfel in einem Sieb abtropfen lassen. Kassellerscheiben in kleine Würfel schneiden.

**2.** Den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze: etwa 180 °C

Heißluft: etwa 160 °C

**3.** Für den Teig Mehl, Grieß, Backpulver, Parmesan und etwas Pfeffer in einer Rührschüssel mischen. Milch, Eier und die abgekühlte Butter oder Margarine hinzugeben und mit einem Mixer (Rührstäbe) auf mittlerer Stufe unterrühren. Kasselerwürfel und Brokkoliröschen und -würfel mit einem Löffel unterarbeiten.

**4.** Den Teig in die Kastenform (gefettet, mit Semmelbröseln ausgestreut) füllen und glatt streichen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Den Brokkolikuchen **40–45 Minuten backen.**

**5.** Die Form auf einen Kuchenrost stellen. Den Kuchen etwa 10 Minuten in der Form stehen lassen, dann auf einen mit Backpapier belegten Kuchenrost stürzen. Den Brokkolikuchen wieder umdrehen und erkalten lassen. Dann in Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten.

### **TIPPS:**

Der Teig muss nicht gesalzen werden, weil der Aufschnitt genügend Salz enthält.

Zum Garnieren 1 Tomate abspülen, abtrocknen und den Stängelansatz entfernen. Tomate vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Die Tomatenwürfel auf den aufgeschnittenen Kuchen streuen.

Zusätzlich noch etwas Thymian auf die Platte legen.

Wer es deftig mag, serviert Kräuterquark oder Remouladensauce mit frischem Schnittlauch zum Brokkolikuchen.

