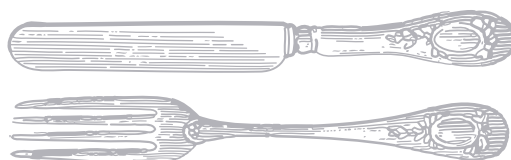


PERFECTE

# Strudels

De strudel, een rol van een dunne deeglaag (of laagjes) met een vulling, werd in de 18e eeuw populair in het Habsburgse rijk. Oorspronkelijk een gerecht voor arme mensen, geldt het vandaag de dag als een delicatessen.



*Weetje* Strudel betekent letterlijk **'draaikolk'**: de vulling met z'n vele laagjes heeft daar inderdaad wel iets van weg.



## Griekse strudel - MET SPINAZIE EN FETA



**Ingrediënten** Een portie zelfge-  
maakt strudeldeeg (zie basisrecept  
op pagina 87) of een rol vers bla-  
derdeeg | 1 bekertje crème fraiche  
(125 ml) | 750 gr verse spinazie,  
gekookt en goed uitgelekt | 250 gr  
feta, in kleine stukjes gehakt | 1 ei  
(losgeklopt) | 4-5 teentjes geperste  
knoflook (minder mag ook) | zout en  
verse peper naar smaak **Voorberei-  
ding:** 45 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Snij de spinazie fijn en vermeng  
deze met de blokjes feta, de uit-  
geperste knoflook, zout en peper.  
Bestrijk het uitgerolde deeg met de  
crème fraiche, vul het deeg met het  
spinaziemengsel, rol op, bestrijk de  
strudel met gesmolten boter en bak  
goudbruin volgens de instructies op  
pag. 87.

### OVER DE AUTEUR

**Elisabeth Wille-  
mars-Van Bodegom**

heeft een Oostenrijkse  
moeder en is van kinds  
af aan vertrouwd met  
de Oostenrijkse  
keuken. Ze geeft  
workshops in het  
maken van strudeldeeg  
en bakt op aanvraag  
Apfelstrudels en ander  
gebak.

[i.apfelstrudels.nl](http://i.apfelstrudels.nl)

*Weetje* Strudel was aanvankelijk **volkseten**, omdat je er prima resten in kunt verwerken. Inmiddels komt het gerecht ook bij feestelijke gelegenheden op tafel en experimenteren gerenommeerde chefs met met spannende ingrediënten en vormen. Zoals gevulde en gefrituurde strudelzakjes.

## Topfenstrudel - MET KWARK



**Ingrediënten** Een portie zelfge-  
maakt strudeldeeg (zie basisrecept  
op pagina 87) of een rol vers bla-  
derdeeg | 50 gram fijngehakte en  
geroosterde amandelen | 4 el (riet)  
suiker | 1/2 tl kaneel | 150 gr gesmol-  
ten boter | 500 gr kwark (20% vet)  
| 3 eieren | rasp van 1 biologische  
citroen | 100 gr rozijnen (in rum  
geweld) | snufje zout | 50 gr suiker  
| 1 pakje vanillesuiker | poedersuiker  
| 25 gr gesmolten boter **Voorberei-  
ding:** 60 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Vermeng de geroosterde amande-  
len met rietsuiker en kaneel. Doe de  
kwark in een theedoek en knijp het  
vocht eruit (of laat het overnacht  
uitlekken in een vergiet). Splitst  
de eieren. Klop het eiwit stijf met  
een snufje zout en voeg tijdens het

kloppen de (vanille)suiker beetje bij  
beetje toe. Vermeng de kwark met  
het eiwit, de gesmolten boter en  
de citroenrasp. Schep het stijfge-  
klopte eiwit luchtig en voorzichtig  
door het kwarkmengsel en schep  
de uitgelekte rozijnen op rum er  
doorheen.

Bestrijk het uitgerolde deeg met  
de gesmolten boter, vul met de  
amandelen en het kwarkmengsel,  
rol op en bak goudbruin volgens  
de instructies op pag. 87. Haal de  
strudel uit de oven en bestrooi deze  
royaal met poedersuiker. Heerlijk  
met vanille-ijs of slagroom.

Zowel deze strudel als de Apfelstru-  
del worden in Oostenrijk meestal  
als dessert gegeten en dus niet,  
zoals bij ons, als gebak bij de koffie.

*Weetje* Het oudste bekende strudelrecept van Oostenrijk is een **Milchrahmstrudel** (met melk, kwark en zure room) van ene 'Koch Hueg', opgenomen in een handgeschreven kookboek uit 1696, dat zich bevindt in de stadsbibliotheek van Wenen.

## *Strudel met spitskool*

Vervang de spitskool eventueel door zuurkool en het spek door gerookte zalm

Kijk voor dit  
recept op  
pagina 86

*Weetje* Strudeldeeg is waarschijnlijk door de **Turken** geïntroduceerd in de landen die vanaf 1526 geregeerd werden door de Oostenrijkse tak van het Huis Habsburg. Een van die landen, Hongarije, werd in de 16e en 17e eeuw bezet door Ottomaanse Turken. De bezetter leerde de Hongaren hoe je het flinterdunne deeg (het Turkse **baklavadeeg**) moest maken. Vanuit Hongarije werd het recept verder verspreid en aangepast aan de Oostenrijkse smaak.

Kijk voor dit  
recept op  
pagina 86

## Apfelstrudel

Dit feestelijke pakketje is ook geschikt voor het opdienen van Topfenstrudel

## Lunchstrudel - MET BOSPADDESTOELEN

**Ingrediënten** Een portie zelfgemaakt strudeldeeg (zie basisrecept op pagina 87) of een of een rol vers bladerdeeg | 400 gram bospaddestoelen (zoals cantharellen of oesterzwammen) | 1 grote prei | 1 teen-tje geperste knoflook | 40 gr boter | 2 eigeel | 100 ml niet te droge witte wijn (zoals een witte (!) roter veltliner of elke andere droge witte wijn die je in huis hebt. | 100 gr bergkaas (zoals Appenzell of Gruyère) in kleine blokjes | 1 tl gedroogde marjoraan | 2 el verse peterselie | zout en peper naar smaak **Vorbereitung:** 45 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Poets de paddenstoelen en trek ze in vieren. Snij de prei in kleine reepjes en stoof deze met knoflook in de boter. Voeg de paddenstoelen toe en bak deze een paar minuten

mee. Doe de wijn erbij en laat het geheel (zonder deksel, zodat het vocht kan verdampen) nog een paar minuten zachtjes doorkoken. Haal de pan van het vuur, meng het eigeel erdoor het laat het paddenstoelmengsel een beetje afkoelen. Vermeng met de blokjes kaas en de kruiden.

Vul het deeg met het paddenstoelenmengsel in de vorm van een worst, rol op en bak goudbruin volgens de instructies op pag. 87. Een prima lunchgerecht. Schenk hierbij een stevige, fruitige rode wijn of een krachtige, volle witte wijn. Liefst niet op houten vaten gerijpt. Bijvoorbeeld een st. laurent of zweigelt, of in het geval van een witte wijn de exclusieve roter veltliner (geen familie van de grüner veltliner).



### Weetje

Het @-teken wordt in het Hebreeuws uitgesproken als shtrudel, omdat de vorm lijkt op een in Israël populair kaneelgebakje gemaakt met strudeldeeg.

## Hollandse strudel - MET RODE KOOL

**Ingrediënten** 1 portie zelfgemaakt strudeldeeg (zie basisrecept op pagina 87) of of een rol vers bladerdeeg. | 1 kg rode kool, in fijne reepjes | 100 gr walnoten, grof gehakt | 30 gr boter | 6 jeneverbessen, geplet | snufje kaneel | 2 el poedersuiker | 2 uien in fijne reepjes | 2 appels in kleine stukjes | 200 ml rode wijn | 200 ml rode port | 3 eetlepels cranberrycompote (of een andere jam van rode vruchten, zoals aardbeien) | Zout, peper **Vorbereitung:** 70 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Smelt de boter in een koekepan en bak de jeneverbessen, kaneel, uien en poedersuiker ca. 5 minuten. Doe de kool erbij en bak deze 5 minuten mee. Voeg wijn, port, zout en peper toe en laat het geheel afge-

dekt ca. 45 minuten stoven. Verwijder de jeneverbessen, voeg de appelpartjes toe en laat deze nog 5 minuten meegaren. Meng, nadat het groentemengsel is afgekoeld, de cranberrycompote en de walnoten door de kool en laat het geheel uitlekken in een vergiet. Vul het uitgerolde deeg met het koolmengsel, rol op en bak goudbruin volgens de instructies op pag. 87. Lekker als bijgerecht bij bijvoorbeeld wild of als vegetarisch hoofdgerecht.





# Strudelrecepten



## Strudel uit het Burgenland

- MET SPITSKOOL

**Ingrediënten** 1 portie zelfgemaakt strudel-deeg (zie basisrecept op pagina 87) of een rol vers bladerdeeg | 1 kleine spitskool (of Chinese kool) | 2 uien | een plak (circa 100 gr) Tiroler Speck (alternatief: Landhausschinken of Schwarzwalderschinken) | 100 gram bergkaas (zoals Appenzeller of Gruyère) | 50 gr gesmolten boter | 1 dl droge witte wijn of droge sherry | 1 tl kummel, fijngeplet in een vijzel | Zout en peper naar smaak | 100 gr paneermeel, zonder boter goudbruin geroosterd in een pan **Vorbereitung:** 45 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Snij de kool zeer fijn. Snipper de uien. **Snijd** de kaas en het spek in kleine blokjes. Verhit de boter in een grote (liefst gietijzeren) pan. Bak hierin langzaam de kummel, de spekblokjes en de uien. Voeg de kool toe als de uien glazig zijn, giet de wijn erbij en laat het geheel met de deksel op de pan een kwartiertje stoven op een middelhoog vuur. Roer af en toe zodat het geheel niet aanbrandt, maar wel karamelliseert. Is je vulling erg nat? Laat overtollig vocht verder verdampen of giet af. Laat het groentemengsel afkoelen en roer de kaasblokjes erdoor. Bestrijk het uitgerolde deeg met de gesmolten boter (of eventueel een losgeklopt ei), vul met het koolmengsel, rol op en bak goudbruin volgens de instructies op pag. 87. Serveer met een frisse groene salade.

## Weetje

Strudel kun je bijvoorbeeld maken van gistdeeg, bladerdeeg, aardappeldeeg, filo- en yufkadeeg (al dan niet zelf gekocht). Maar de klassieker is de 'ausgezogene Strudelteig', waarbij het deeg van meel, water, zout en olie eerst dun wordt uitgerold en vervolgens over je hand wordt uitgerekt tot het groot, dun en doorschijnend is..



Vruchten, maanzaad, noten, **kwart**, vlees, vis, groenten... in een strudel past vrijwel elke **vulling**, mits niet te nat. Gebruik sowieso altijd een laagje paneermeel (of een mengsel van paneermeel en gemalen noten) om vocht te absorberen.



**Serveer** zoete strudel met poedersuiker, slagroom, vanille- of vruchtencompote. Bij hartige strudel past bijvoorbeeld een knoflook- of remouladesaus.



**Onmisbaar:** een theedoek of groot stuk kaasoek om de strudel voorzichtig mee op te rollen en van je werkblad op het bakblik te leggen. Het risico op gaten in het deeg is anders te groot.



Workshop  
strudeldeeg maken  
winnen? Kijk op  
oostenrijk-  
magazine.nl



## Apfelstrudel

- KLASSIEKER IN EEN MODERN JASJE

**Ingrediënten** Een portie zelfgemaakt strudeldeeg (zie basisrecept op pag. 87) of een rol vers bladerdeeg | 1,5-2 kg goudreinetten | sap en **rasp** van 1 citroen | 100 gr suiker | 1 tl kaneel | 100 gr rozijnen (eventueel in rum geweld) | 200 gr paneermeel, zonder boter goudbruin geroosterd in een pan | poedersuiker naar smaak **Vorbereitung:** 45 min. **Oventijd:** 30-40 min.

Maak als feestelijke variant op de langwerpige strudel ook eens deze surprise-strudel, als eigentijdse variant op de klassieke appelstrudel. Schil de appels, snij ze in flinterdunne schijfjes en vermeng met **citroensap**, kaneel, (vanille) suiker en rozijnen. Snij de uitgerolde deeglap voorzichtig in vierkanten van 15x15 cm. Bestrijk telkens één vierkant met gesmolten boter, leg hierop een tweede vierkant, bestrijk ook dit met gesmolten boter én een beetje paneermeel. Leg in het midden een flinke eetlepel van het appelmengsel en vouw de vier hoeken van het deeg naar binnen en boven in de vorm van een puntmuts of een omgekeerde puntzak. Bestrijk met gesmolten boter en bak goudbruin. Haal het Apfelstrudelpakketje uit de oven en bestrooi dit royaal met poedersuiker. Serveer koud of warm, eventueel met vanillesaus of vanille-ijs.



# Strudeldeeg maken

**Ingrediënten en benodigheden voor twee strudels** | 250 gram bloem | 1 ei (medium) | snufje zout | 1 el zonnebloemolie | 100 ml lauwarm water | Beetje olie om deeg in te smeren | klein tafellaken of andere doek | **bakpapier en bakblik deegroller** | 50 gr gesmolten boter en boterkwastje | bloem |

De hoeveelheid is genoeg voor twee strudels. Gaat het niet in één keer op? Je kunt strudels prima bewaren in de diepvries. Bak ze na het ontdooien kort op in de oven.

Bekijk een  
instructiefilmpje  
op [oostenrijk-  
magazine.nl](http://oostenrijk-<br/>magazine.nl)



1



2



3



4



5



6



7



8



9

## STAP 1

Doe de bloem in een kom, maak een kuiltje in het midden en vul dit met het ei, de olie, een snufje zout en het water. Roer het geheel even om (vanuit het midden) en vorm daarna met je handen snel een zacht deeg. Kneed dit goed en sla het tussendoor herhaaldelijk (ca. 100 keer) op het aanrecht, tot het glad en een beetje fluwelig aanvoelt en niet meer kleeft.

## STAP 2

Verdeel het deeg in twee gelijke porties, vorm balletjes, smeer die in met een beetje olie en laat deze een half uur rusten op een bord onder een warm afgespoelde, omgekeerde kom. Maak intussen de vulling klaar.

## STAP 3

Leg een bebloemde doek klaar. Druk hierop het bolletje deeg al een beetje plat (halverwege omkeren). Rol het vervolgens met een deegroller uit tot een dunne rechthoek.

## STAP 4

Je kunt het deeg nu nog verder uitrollen, maar voor het perfecte dunne deeg drapeer je nu één lange kant van de rechthoek voorzichtig over de knokkels van je gebalde vuist, zodat het overhangende deel enigszins uitrekt. Vervolgens verplaats je het deeg beetje bij beetje met hulp van je knokkels tot het zo ver is uitgerekt dat je er bijna doorheen kunt kijken. Dat klinkt lastiger dan het is. Gewoon

een paar keer oefenen. Bekijk bovendien het instructiefilmpje op [oostenrijkmagazine.nl](http://oostenrijkmagazine.nl)

## STAP 5

Leg het deeg weer op je doek en druk de dikkere randen met je duimen nog eens extra plat (of snij ze weg). Verdeel de vulling op het onderste derde deel (in de breedte) van de rechthoek, maar laat de randen vrij.

## STAP 6

Vouw de randen langs de lange kant naar binnen met hulp van je doek

## STAP 7

Rol de strudel luchtig op door de theedoek telkens ietsje omhoog te trekken. Niet te strak, want

dan breekt de strudel.

## STAP 8

Rol de strudel met de naad naar beneden op een vel bakpapier en til hem met bakpapier en al op het bakblik.

## STAP 9

Bestrijk met gesmolten boter en bak in een voorverwarmde oven (200 graden of 180 graden hete lucht) in 30 tot 40 minuten goudbruin. Het kan gebeuren dat je strudel bij het bakken barst. Geen nood. Schep het vocht dat eruit gekomen is gewoon over de goudbruine strudel voor extra smaak.