



Lammfilet im Strudelteig

auf Gemüse

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)



Zutaten:

Füllung:
2 Lammrückenfilets je ca. 200 g
10 g Chinesische Mu-Err Pilze
1 Karotte
1 Lauch
2 Zweige Stangensellerie
1 kleine Zwiebel
Salz, Pfeffer
2 - 3 EL Olivenöl
1 TL Currypulver
2 EL Sojasauce
etwas Sambal Olek

Currysauce:
1 kleine Zwiebel
25 g Butter zum andünsten
1 EL Currypulver
1 dl Weisswein
1 dl Hühnerbouillon
1 EL Kokosflocken
1/2 Apfel
1/2 dl Rahm
1 EL Butter zum binden
1 TL Mehl
Salz und Pfeffer

Strudelteig:
175 g Mehl
1/2 TL Salz
1 kleines Ei
knapp Wasser lauwarm
1 EL Öl
60 g Butter zum bestreichen

Gemüse:
1 Lauch
2 Karotten

Zubereitung:

Für den Strudelteig Mehl und Salz in einer Schüssel mischen und in der Mitte eine Vertiefung drücken. Ei, Wasser und Öl verquirlen und in die Mehlmulde geben. Mit dem Mehl nach und nach vermischen. Dann den Strudelteig mindestens 10 Minuten von Hand durchkneten, damit er geschmeidig und gleichmässig elastisch wird. In Klarsichtfolie wickeln und zugedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

Für die Füllung die Mu-Err Pilze in heissen Wasser einweichen, spülen und hacken. Gemüse würfeln, Zwiebel schälen und hacken.

Die Lammrückenfilets halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Im heissen Olivenöl rundum nur gerade 1 Minute anbraten, damit sich die Poren schliessen; das Fleisch muss dabei nicht bräunen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Wenn nötig etwas Öl zum Bratsatz geben, das Gemüse und die Pilze für die Füllung darin andünsten. Mit Sojasauce und etwas Sambal Olek pikant abschmecken. Auskühlen lassen.

Für die Sauce Zwiebel schälen, hacken und andünsten, Curry darüberstreuen und kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und leicht einkochen lassen. Die Hühnerbouillon und die Kokosflocken beifügen. Den ungeschälten Apfel an einer feinen Raffel dazureiben. Die Sauce auf kleinem Feuer etwa 10 Minuten kochen lassen. Dann durch ein Sieb giessen und die Rückstände gut auspressen. In den Topf zurückgeben. Den Rahm zur Sauce geben. Die weiche Butter mit Mehl verkneten und in die leicht kochende Sauce geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Den Strudelteig vierteln. Jede Portion dünn auswallen, dann auf ein bemehltes Tuch legen und mit den Händen möglichst dünn zu einem länglichen Rechteck ausziehen. Das ausgekühlte Gemüse auf der unteren Hälfte der Teigrechtecke verteilen, die Filets darauflegen und den Teig mit Hilfe des darunter liegenden Küchentuchs aufrollen. Die Seiten wie ein >Bonbonpapier drehen. Die Teigtaschen mit der Nahtseite nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und die Strudel mit geschmolzenem Butter bestreichen. Den Strudel im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen 20 Minuten backen. Während des Backens noch einmal mit Butter bestreichen.

Gemüsegarntur: Den Lauch und die 2 Karotten in Streifen schneiden und in Budder bissfest andünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vor dem Servieren die Currysauce nochmals aufkochen, den Strudel auf vorgewärmten Tellern auf den Gemüsestreifen anrichten und etwas Currisauce darübergiessen.