













# Offener Spitzkohlstrudel mit Bacon und Apfel dazu Blattsalat und Kresse-Dip

Family 35 – 45 Minuten • 4332 kJ/1035 kcal • Tag 5 kochen



-  Frischer Butter-Blätterteig
-  Spitzkohl
-  Knoblauchzehe
-  Zwiebel
-  Bacon (Streifen)
-  grüne Kresse
-  Gewürzmischung „Hello Muskat“
-  Schmand
-  mittelscharfer Senf
-  Apfel
-  Pflücksalat
-  Buttermilch-Zitronen-Dressing



Natürlicher Geschmack

- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Was Du benötigst

1 Backblech, 1 große Pfanne, 1 kleine Schüssel und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Frischer Butter-Blätterteig <b>7) 15)</b>	1	1,5**	2
Spitzkohl	400 g	600 g	600 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	2	2
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
grüne Kresse	20 g	20 g	20 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10)</b>	5 g	7,5 g**	10 g
Schmand <b>7)</b>	150 g	225 g**	300 g
mittelscharfer Senf <b>9)</b>	10 ml	15 ml**	20 ml
Apfel <b>NL   PL   XS</b>	1	2	2
Pflücksalat	50 g	75 g	100 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing <b>7) 8) 9)</b>	50 ml	75 ml**	100 ml
Öl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\*Gut, im Haus zu haben

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 670 g)
Brennwert	649 kJ/155 kcal	4332 kJ/1035 kcal
Fett	9,08 g	60,65 g
– davon ges. Fettsäuren	3,84 g	25,68 g
Kohlenhydrate	11,82 g	78,93 g
– davon Zucker	4,00 g	26,74 g
Eiweiß	3,08 g	20,55 g
Salz	0,545 g	3,638 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **10)** Sellerie **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **ES:** Spanien **NL:** Niederlande **NZ:** Neuseeland **PL:** Polen **XS:** Serbien



## Kleine Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

**Blätterteig** bis Schritt 4 im Kühlschrank lassen.

**Spitzkohl** längs halbieren, Strunk herausschneiden, dann **Spitzkohl** in 1 cm breite Streifen schneiden.

**Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen und fein würfeln.

**Apfel** achteln, Kerngehäuse entfernen und jedes Achtel in dünne Scheiben schneiden.

**Kresse** abschneiden.



## Füllung zubereiten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl\* erhitzen.

**Bacon**, **Zwiebel** und **Knoblauch** darin 2 – 3 Min. bei mittlerer Hitze dünsten, bis die **Zwiebeln** glasig sind.

**Spitzkohl** dazugeben und ca. 6 – 8 Min. unter Rühren andünsten. Etwas auskühlen lassen.



## Füllung würzen

Die Hälfte der **Apfelscheiben**, die Hälfte der **Kresse**, **Gewürzmischung „Hello Muskat“**, die Hälfte vom **Senf** und die Hälfte vom **Schmand** unter den **Spitzkohl** rühren.

Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Strudel füllen

**Blätterteig** mit dem Papier auf einem Backblech ausrollen.

**Kohl**mischung mittig darauf verteilen.

Zuerst die kurzen Seiten des **Blätterteigs** einschlagen, danach die längeren Seiten darüberklappen, sodass in der Mitte ein schmaler Streifen offen bleibt. **Strudel** auf der mittleren Schiene im Backofen 15 – 18 Min. backen, bis die Oberfläche braun ist.



## Salat zubereiten

Währenddessen in einer kleinen Schüssel restlichen **Schmand** mit restlicher **Kresse** verrühren.

In einer großen Schüssel **Buttermilch-Zitronen-Dressing** mit restlichem **Senf**, **Pflücksalat** und den restlichen **Apfelscheiben** verrühren.

Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Anrichten

**Spitzkohlstrudel** in 4 Stücke schneiden, mit **Salat** auf dem Teller anrichten. Restlichen **Kresse-Dip** dazu genießen.

## Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:  
Lade Deine Freunde jetzt mit  
einem frischen Einstiegsrabatt von  
mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

