

Herzhafter Strudel mit Schafskäse

Zutaten | 4 Portionen

500 g	Hähnchenbrustfilet
1 EL	Tomatenmark
1 TL	Oregano
2 Stangen	Lauch
2	Zwiebeln
2	Koblauchzehen
je 1	rote und gelbe Paprika
2	Möhren
1 Bund	Petersilie
200 g	Schafskäse
2 Rollen	Blätterteig
1	Eigelb

Zubereitungszeit: 90 Min.

Zubereitung:

- Das Fleisch in kleine Stücke schneiden, mit etwas Öl in der Pfanne gar braten und mit Tomatenmark und Oregano würzen.
- Lauch waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprika waschen und in feine Würfel schneiden. Möhren schälen und ebenfalls fein würfeln. Das gesamte Gemüse anschmoren und die Flüssigkeit anschließend abgießen.
- Petersilie waschen und fein hacken. Den Schafskäse in feine Würfel schneiden.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- Strudelblätter ausrollen und auf das Backpapier legen. Auf die Hälfte des Teigs Fleisch, Gemüse, Schafkäse und Petersilie geben. Strudel zusammenklappen und an den Enden vorsichtig verschließen.
- Den Strudel mit Eigelb einstreichen und im vorgeheizten Backofen bei 170°C ca. 50 Minuten backen.

Tipp:

Dazu schmeckt ein würziger Tzatziki aus Joghurt, Gurken, Olivenöl und reichlich Knoblauch.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 405 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
284 kcal	9 g	13 g	32 g	123 mg