

Rezept

Gemüsestrudel mit Tomatensauce

Ein Rezept von Gemüsestrudel mit Tomatensauce, am 09.06.2026

Zutaten

200 g Mehl	350 ml Milch
4 Eier	Salz
600 g Spinat	1 kleine Zwiebel
1 Möhre	1 Stange Staudensellerie
ca. 4 EL Butter	100 g frisch geriebener Bergkäse
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
800 g reife Tomaten	1 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen	1 TL heller Honig
etwas getrockneter Thymian und Oregano	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 575 kcal

Zubereitung

1. Für die Pfannkuchen das Mehl nach und nach mit der Milch glatt rühren, 3 Eier unterrühren, den Teig salzen und ca. 30 Min. quellen lassen.
2. Den Spinat verlesen und harte Stiele entfernen. Die Blätter gründlich waschen. In kochendem Salzwasser 2-3 Min. blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
3. Die Zwiebel und die Möhre schälen und fein hacken. Den Staudensellerie waschen, entfädeln und ebenfalls sehr klein würfeln. In einem Topf 1 EL Butter erhitzen und die Gemüsewürfel bei schwacher bis mittlerer Hitze hellgelb andünsten. Den Spinat gut ausdrücken, hacken und zugeben. Den Topf vom Herd nehmen, das Gemüse etwas abkühlen lassen. Das übrige Ei und drei Viertel vom Käse untermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
4. Für die Sauce die Tomaten überbrühen, häuten, halbieren und entkernen. Den Stielansatz entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln. Das Olivenöl in einer Kasserolle erhitzen. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Den Honig darüberträufeln und kurz andünsten. Die Tomatenwürfel zugeben, mit Thymian und Oregano würzen und bei schwacher Hitze ca. 20 Min. dünsten.
5. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen. In einer großen Pfanne etwas Butter aufschäumen lassen. Aus jeweils 1 Suppenkelle Teig einen großen, sehr hellen Pfannkuchen backen. Aus der Pfanne heben und etwas Gemüse Mischung darauf verstreichen, den Pfannkuchen aufrollen und in die Form legen. Wenn alle Pfannkuchen gebacken, gefüllt und aufgerollt sind, die Rollen mit dem restlichen Käse bestreuen. Etwas Butter zerlassen und über die Rollen gießen.

6. Im heißen Ofen (Mitte) 10-15 Min. überbacken, bis der Käse leicht bräunt. Die Gemüsestrudel schräg in dicke Scheiben schneiden und anrichten. Die Tomatensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, um die Strudelscheiben gießen, servieren.