

Rezept

Millirahmstrudel mit Powidl-Füllung

Ein Rezept von Millirahmstrudel mit Powidl-Füllung, am 28.06.2026

Zutaten

Für den Strudelteig:

200 g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben
Salz

1 zimmerwarmes Eigelb (M)
2 EL Sonnenblumenöl + etwas Öl zum Bestreichen

Für die Füllung:

1/2 Bio-Zitrone
90 g Zucker
3 Eier (M)
300 g Magerquark
40 g Mehl
100 g Powidl

175 g zimmerwarme Butter + etwas Butter für die Form
Salz
3 Eigelb (M)
225 g saure Sahne
3 EL gemahlene Haselnüsse

Für den Millirahmguss:

3 EL Zucker
125 ml Milch
Puderzucker zum Bestäuben

2 Eier (M)
125 g Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 kleine Strudel (je ca.30 cm Länge) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal

Zubereitung

- 1.** Für den Strudelteig Mehl, Eigelb, 1 Prise Salz, Öl und 75 ml lauwarmes Wasser in einer Schüssel verkneten. Den Teig auf der Arbeitsfläche 5 Min. kräftig durchkneten, zu einer Kugel formen und mit kreisenden Bewegungen »schleifen«, bis die Oberfläche samtig glatt ist. Den Teig mit wenig Öl bestreichen und mit Klarsichtfolie bedeckt bei Zimmertemperatur mindestens 30 Min. ruhen lassen.
- 2.** Inzwischen für die Füllung die Zitrone heiß waschen, abtrocknen und die Schale abreiben. 90 g Butter mit 1 EL Zucker, 1 Prise Salz und der Zitronenschale 5 Min. in einer Schüssel mit dem elektrischen Handrührgerät dickschaumig aufschlagen. Die Eier trennen und die insgesamt 6 Eigelb nach und nach unter die Butter rühren. Den Quark in einem feuchten Passier- oder Küchentuch ausdrücken, mit der sauren Sahne unter die Eimasse rühren und das Mehl untermischen. Die Eiweiße mit 75 g Zucker steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.
- 3.** Den Backofen auf 160° vorheizen. Ein großes Küchentuch ausbreiten und mit Mehl bestäuben. Den Teig darauf zu einem Rechteck ausrollen und mit den bemehlten Handrücken vorsichtig zu allen Seiten ausziehen, bis er sehr dünn ist. Dicke Ränder abschneiden.

4. Die restliche Butter in einem Topf schmelzen lassen. Den Teig quer halbieren, mit Butter bestreichen und mit Nüssen bestreuen. Die Füllung jeweils auf einer Längsseite der Teigstücke im inneren Viertel verteilen. Den Powidl mit dem Spritzbeutel (oder einem Löffel) auf die Quarkstreifen geben. Die seitlichen Teigränder einschlagen und die Strudel mithilfe des Tuchs aufrollen. Eine große Auflaufform mit Butter einfetten, die Strudel mit der Naht nach unten hineinlegen und im Ofen (Mitte, 140° Umluft) in 45-50 Min. goldbraun backen.
-
5. Für den Millirahmguss den Zucker mit den Eiern verrühren. Milch und Sahne aufkochen lassen und unter Rühren zu den Eiern geben. Den Guss nach 25 Min. Backzeit über die Strudel gießen. Nach 40 Min. und am Ende der Backzeit die Strudel mit der restlichen Butter bestreichen. Zum Servieren mit Puderzucker bestäuben.