



# Mohn- und Nussstrudel

## ZUTATEN:

300g Dinkelmehl, hell  
200g Dinkelvollkornmehl  
2 EL Kokosblütenzucker  
75g Butter  
225ml Reismilch  
1,5 TL Salz  
 $\frac{1}{2}$  Hefe, Würfel

## Mohnfülle:

125ml Reismilch  
2 EL Honig  
150g Mohn, gemahlen  
2 EL Marmelade oder Fruchtmus

## Nussfülle:

125ml Reismilch  
2 EL Honig  
150g Haselnüsse, gemahlen  
30g Semmelbrösel  
Zimt





## SO WIRDS GEMACHT:

1. Butter in einem Topf bei milder Hitze schmelzen. Reismilch und Kokosblütenzucker dazu und Temperatur mit dem Finger testen. Das Ganze sollte lauwarm sein und darf keinesfalls zu heiß sein (nicht über  $40^{\circ}$  ). Wenn die Temperatur passt, die Hefe mit einem Schneebesen gut unterrühren.
2. Mehle und Salz in eine große Schüssel geben und die Flüssigkeit dazugießen. Mit der Küchenmaschine schnell zu einem Teig verarbeiten. Der Teig darf nicht kleben! Wenn er dennoch klebt kann noch 50g helles Dinkelmehl rein!
3. In die Schüssel legen, mit einem feuchten Tuch zudecken und ca. 1 Stunde (etwas kürzer oder länger je nach Temperaturen) rasten lassen.
4. Für die 2 Füllen jeweils Milch mit Honig aufkochen, Nuss/Mohn dazu und kurz einmal aufkochen. Restliche Zutaten dazu - auf die Seite stellen.
5. Der Germteig sollte sich jetzt verdoppelt haben. Teig halbieren, dünn ausrollen und mit der Fülle bestreichen. Oben ein paar Zentimeter frei lassen, weil man durchs aufrollen die Fülle etwas schiebt. Von der langen Seite aufrollen, auf ein Blech legen und mit einem Tuch zudecken.
6. Rohr auf  $180^{\circ}$  Umluft vorheizen und während die Strudel noch kurz rasten dürfen. Strudel mit einem Eigelb bestreichen und ein paar Löcher mit einer Gabel reinstechen. 20-30 Minuten backen bis sie eine schöne Farbe haben.

