

Krautstrudel

„VEGAN“ und „Kalorienarm“

<u>Zutaten:</u>	3 EL	Rapsöl
	1	Zwiebel
	400 g	Weißkohl oder Spitzkohl
	100 ml	Gemüsebrühe
	1 TL	Curry
	1 TL	Kümmel
	4 EL	Rosinen
	1	Blätterteig TK (ohne Butter)
		Salz, Pfeffer und Muskat



Zubereitung:

Zwiebeln schälen, würfeln und in heißem Öl in der Pfanne anschwitzen.

Weißkohl in feine Streifen schneiden und dazu geben.

Nun alles mit Curry bestäuben, kurz mit anschwitzen und mit Gemüsebrühe ablöschen.

Rosinen und Kümmel hinzu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Kohlgemüse garen bis es bissfest ist, eventuell etwas Flüssigkeit angießen.

Das fertige Kraut ein wenig abkühlen lassen bevor es in ein aufgetautes Blatt Blätterteig eingeschlagen wird.

Im vorgeheizten Backofen auf 180°C 12-15 min. backen.

*Viel Spaß beim Zubereiten und Guten Appetit wünschen Euch Eure
Solveig Bartels und das Rebonal-Team!!!*