



**Die süsse Überraschung**

# Aprikosen-Kokos-Strudel

Rezept Nr. 34 zum Sammeln [www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)



Eine neue Dessertkreation, die es in sich hat: Der hauchdünne Strudelteig umhüllt süsse Aprikosen, Cranberrys und das exotische Aroma der Kokosnuss.

mit Ingwersauce



Sehen Sie Betty-Bossi-Rezeptredaktorin Claudia Stalder im Video in unserem iPad-Magazin und unter: [www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)

## Aprikosen-Kokos-Strudel mit Ingwersauce

### Zutaten

#### Für 8 Portionen

pro Portion  
ca. 1735 kJ/415 kcal

### SAUCE

1 dl Kokosmilch  
2 dl Wasser  
3 EL Zucker  
1 frisches Ei  
1 EL Maizena  
3 cm Ingwer, in Scheibchen  
1½ dl Rahm

### TEIG

230 g Weissmehl  
½ TL Salz  
2 EL Zucker  
1 frisches Ei  
3 EL Sonnenblumenöl  
¾ dl lauwarmes Wasser

### FÜLLUNG

600 g Aprikosen, in Schnitzchen  
3 EL Cranberrys  
4 EL Zucker  
1½ dl Kokosmilch  
6 EL Kokosraspel  
Puderzucker zum Bestäuben

### Vor- und Zubereitungszeit

ca. 25 Minuten  
Kühl stellen: ca. 1 Std.  
Ruhen lassen: ca. 30 Min.  
Backen: ca. 35 Min.

### Zubereitung

**SAUCE:** Kokosmilch und alle Zutaten bis und mit Maizena mit dem Schwingbesen verrühren. Ingwer beigegeben, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze zum Kochen

bringen. Sobald die Masse bindet, die Pfanne sofort von der Platte nehmen und ca. 2 Min. weiterrühren. Sauce absieben, auskühlen. Rahm steif schlagen, darunterziehen. Sauce zugeeckt ca. 1 Std. kühl stellen.

**TEIG:** Mehl, Salz und Zucker mischen. Ei, Öl und Wasser gut verrühren, beigegeben, mit einer Kelle zusammenfügen, auf wenig Mehl zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Teig unter einer Schüssel bei Raumtemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.

**FÜLLUNG:** Aprikosen, Cranberrys und Zucker mischen.

**FORMEN:** Teig auf wenig Mehl rechteckig, möglichst dünn auswallen, auf ein Tuch legen, mit bemehlten Händen

von der Mitte her sorgfältig ausziehen, bis der Teig durchscheinend ist. Teig mit 1 dl Kokosmilch bestreichen, 4 EL Kokosraspel darüberstreuen. Füllung auf der unteren Teighälfte verteilen, dabei einen Rand von ca. 2 cm frei lassen. Seitliche Ränder einschlagen, Tuch anheben, Strudel locker aufrollen. Strudel mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit restlicher Kokosmilch bestreichen, mit restlichen Kokosraspeln bestreuen.

**Backen:** ca. 35 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auskühlen.

**Servieren:** Strudel mit Puderzucker bestäuben. Ingwer-Sauce dazu servieren.



## Gut zu wissen Ingwer wärmt und erfrischt zugleich



**Martina Lanzendörfer**  
Fachstelle  
Ernährung

Ingwer, der knollige Wurzelstock der südasiatischen Gewürzpflanze, wird schon seit Jahrtausenden in vielen Ländern als Gewürz und Heilmittel verwendet. Er hat ein reiches, wärmendes Aroma und schmeckt würzig-scharf. Eine besondere Note verleiht er auch süssen Speisen und

wird beispielsweise als Backgewürz eingesetzt. In der heutigen Medizin nutzt man ihn auch als Arzneimittel gegen Übelkeit, Erbrechen und Schwindel. Ingwer gibt es in vielen Variationen zu kaufen – frisch, eingelegt, kandiert oder getrocknet. Wenige Stückchen frischer Ingwer im Kräutertee geben diesem einen herrlich erfrischenden Geschmack. Im Kühlschrank aufbewahrt, ist die Knolle mindestens zwei Wochen haltbar.

### Der passende Wein Assemblage du Valais AOC Dessert Hurlevent, 2011

**Preis:** Fr. 19.90/37,5 cl  
**Herkunft:** Wallis  
**Rebsorten:** Pinot Gris, Marsanne Blanche, Petite Arvine, Pinot Blanc  
**Genussreife:** 2-6 Jahre ab Ernte  
**Erhältlich:** in grösseren Coop-Verkaufsstellen oder unter:

link  
[www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch)

