

Strudelpäckchen mit Lauch und Pilzen

Stärkt das Immunsystem und das Milz Qi

(Vegetarisch, laktosearm, fruktosearm, histaminarm)

Zutaten *(für 5-6 Personen als Vorspeise)*

- 2-3 EL Olivenöl und ca 50 g geschmolzene Butter zum Bestreichen (Erde)
- 300g Pilze z.B. Champignons, Austernpilze, Saitlinge etc (Erde)
- 1 Stange Lauch (Metall)
- 40 g geriebenen Parmesan (Wasser)
- Etwas Zitronensaft (Holz)
- $\frac{1}{2}$ TL edelsüßen Paprika (Feuer)
- Salz, Pfeffer (Wasser, Metall)
- 2 Päckchen Strudelteig (2x2, 120 g) (Erde)

Zubereitung ca. 60 Minuten

1. Lauchstange der Länge nach halbieren und gründlich waschen (ist oft sehr sandig). Anschließend in feine Ringe schneiden
2. Pilze putzen, vorsichtig waschen und mit Küchenpapier trocknen. Pilze blättrig schneiden.
3. Olivenöl in einer geräumigen Pfanne erhitzen und Lauch darin ca 1-2 Minuten anbraten. Pilze hinzufügen und braten, bis sie Flüssigkeit lassen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen
4. Parmesan reiben und unter das Gemüse mischen
5. Backrohr auf 160° C Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier auslegen.
6. Butter in einem kleinen Topf bei geringer Hitze schmelzen
7. Strudelteig auf der Arbeitsplatte auflegen. Immer 2 Teigblätter übereinanderlegen
8. Teigquadrate mit ca 15cm Breite/Länge schneiden (jeweils 9 pro Teigblatt). Zwischen die beiden Teiglagen etwas Butter pinseln und jeweils 2 Teigquadrate versetzt übereinanderlegen. Auf jedes Teigquadrat 1,5 Esslöffel Fülle verteilen und die Ecken mit Butter bepinseln. Die Ecken in der Mitte zu Päckchen zusammendrehen und aufs Backblech setzen. Rundherum noch mit flüssiger Butter bestreichen
9. 15 - 20 Minuten backen bis die Päckchen leicht gebräunt sind.

