

Biohanf-Apfelstrudel

500 g Bio-Äpfel, säuerlich
50 g Brösel
50 g Biohanfmehl
100 g Rohrzucker
80 g geschälter Biohanfsamen
1 Ei
Rosinen, 1 Schuss Rum
Zimt
1 Packung Blätterteig

Zubereitung: Äpfel schälen und blättrig schneiden. Brösel mit dem Hanfmehl trocken, leicht anrösten. Die Äpfel mit Zucker, Zimt, Rum, Rosinen sowie den gemischten Bröseln vermengen.

Den Blätterteig ausrollen, die Hälfte des Teiges mit den Apfelscheiben belegen und vorsichtig einrollen. Den Apfelstrudel mit dem versprudelten Ei bestreichen, den geschälten Biohanfsamen darüberstreuen und im vorgeheizten Rohr bei 160° ca. 35 Minuten backen.

