

Samosa



Zubereitungszeit

40 Minuten + abkühlen lassen + ca. 25 Minuten backen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 170 kcal

Eiweiss: 4 g

Fett: 10 g

Kohlenhydrate: 17 g

Zutaten für 10 Stück

0.5	Zwiebel
100 g	Kartoffel, gekocht
2 EL	Erdnussöl
100 g	tiefgekühlte Erbsen
1 EL	milder Curry
1 TL	Madras-Curry
0.25 TL	Salz
	Pfeffer
1	rechteckig ausgewallter Kuchenteig à 320 g
	Mehl zum Auswallen
180 g	Joghurt nature

Zubereitung

1. Zwiebel fein hacken. Kartoffel schälen und in Würfelchen schneiden. Mit der Zwiebel in der Hälfte des Öls dünsten. Nach ca. 5 Minuten Erbsen begeben. Mit beiden Currysorten würzen und einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Masse abkühlen lassen.
2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Teig auf Mehl etwas dünner zu einem Rechteck à ca. 30 × 42 cm auswallen. In Rechtecke à ca. 21 × 30 cm schneiden. Diese in Streifen à ca. 6 cm Breite schneiden. Je 1 EL Füllung auf ein Ende der Streifen geben. Teig von einer Ecke aus so darüberschlagen, dass die Füllung durch ein Teigdreieck bedeckt wird. Das Dreieckkissen sorgfältig zum verbleibenden Teigstreifen hin weiter einwickeln, bis beide offenen Kanten geschlossen sind. Zum Schluss Teig mit etwas Wasser bepinseln und andrücken. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Rundum mit dem restlichen Öl bepinseln und in der Ofenmitte ca. 25 Minuten knusprig backen. Mit Joghurt servieren.