

Druckversion: http://www.wdr.de/tv/service/essentrinken/inhalt/20060825/b_5.phtml

Servicezeit : Essen & Trinken



Sendung vom 25. August 2006

Spinattaschen

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Dafür nimmt man den dünnen Frühlingsrollenteig, den man im asiatischen Lebensmittelgeschäft bekommt, oder Börekteig vom türkischen Lebensmittelhändler. Für die Füllung braucht man tiefgekühlten Spinat, der natürlich zunächst auftauen muss – entweder nimmt man die Packung rechtzeitig aus dem Eis (wer ohnehin vom Einkauf kommt, lässt ihn einfach unverpackt, sodass der Spinat bereits nahezu aufgetaut ist, bis man zu Hause eintrifft). Oder man bemüht die Mikrowelle.

Zutaten für zwei bis drei Personen:

circa 400 g Spinat (tiefgekühlt)
150 g Magerquark
100 g gekochter Schinken
Salz
Pfeffer
circa 10-12 Frühlingsrollenhüllen oder 2-3 Börekblätter
1/8 l Milch
1 TL Currypulver

Den Spinat hacken, in einer Schüssel mit dem Quark verrühren. Gewürfelten Schinken untermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

Jeweils ein bis zwei gehäufte Esslöffel auf ein Eck der Teighülle setzen und flach streichen, rechts und links die Ecken darüberschlagen, die Füllung nun einwickeln – dabei nicht zu fest rollen, weil sich die Füllung beim Backen ausdehnt und die Hülle zerreißen kann. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Mit Milch einpinseln, die mit Currypulver verquirlt wurde.



Bei 180 Grad Celsius Heißluft (200 Grad Celsius Ober- und Unterhitze) etwa zehn Minuten backen, bis die Taschen schön gebräunt sind.

Beilage: ein grüner oder auch ein Tomatensalat.



Dieser Text gibt den Inhalt des Beitrags der Servicezeit: Essen & Trinken vom 25. August 2006 wieder. Eventuelle spätere Veränderungen des Sachverhaltes sind nicht berücksichtigt.

– Alle Angaben ohne Gewähr –