



Würzige Hackfleischtaschen

dazu Tomaten-Gurken-Salat mit Joghurt



ca. 40min



3-4 Personen

Welche köstliche Überraschung sich wohl in diesen knusprigen Blätterteigtäschchen versteckt? Die heimliche Kostprobe verrät eine nach Zimt, Kardamom und Nelken duftende Füllung aus Rinderhackfleisch und Pinienkernen. Ein frischer Salat mit Limetten-Minze-Dressing stellt seine Reize hingegen ganz offen zur Schau: Beträufelt mit fruchtiger Granatapfelmelasse ist er auch wirklich eine Augenweide!

Was du von uns bekommst

- 20g Pinienkerne
- 2 Zwiebeln
- 400g Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen Spekulatiusgewürz
- 2 Packungen Blätterteig¹
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Minze
- 2 Becher Joghurt⁷
- 1 Gurke
- 3 Tomaten
- 2 Päckchen Granatapfelmelasse

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter⁷
- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 998kcal, Fett 64.5g, Kohlenhydrate 69.5g, Eiweiß 31.6g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Pinienkerne** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



4. Hackfleischtaschen backen

Die **Hackfleischtaschen** 15-18Min. im Ofen backen, bis sie goldbraun sind. **Tipp:** Wer mag, verquirlt 1 Ei und pinselt es vor dem Backen über die **Hackfleischtaschen**, so glänzen sie besonders schön.



2. Hackfleisch braten

Die **Zwiebeln** in der Pfanne mit 3EL Butter bei mittlerer Hitze 3-4Min. anschwitzen, dann das **Hackfleisch** dazugeben und 2-3Min. mitbraten. Während der letzten Minute das **Spekulatiusgewürz** unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die **Pinienkerne** dazugeben.



5. Dressing anrühren

Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die **Minze**, die **Limettenschale**, **2EL Limettensaft**, den **Joghurt** und **2TL Honig** zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Teigtaschen füllen

Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen und jeweils in **4 gleich große Rechtecke** schneiden. Das **Hackfleisch** gleichmäßig auf jeweils einer Hälfte der **Teig-Rechtecke** verteilen, dabei den **Bratensaft** in der Pfanne zurückhalten. Die freie Hälfte der **Teig-Rechtecke** jeweils über die **Füllung** klappen und die Ränder mit einer Gabel fest zusammendrücken.



6. Salat zubereiten

Die **Gurke** längs halbieren, mit einem Löffel die Kerne auskratzen, dann in kleine Würfel schneiden. Die **Tomaten** vierteln und ebenfalls fein würfeln. Die **Gurken** und die **Tomaten**, möglichst ohne Kerne und Saft, mit dem **Dressing** vermengen, ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Salat** mit der **Melasse** garnieren und mit den **Hackfleischtaschen** servieren.