



Artischocken-Blätterteigtasche

mit Kirschtomaten-Spinat-Salat



30-40min



2 Personen

Wir lieben Artischocken! Du auch? Mit diesen gefüllten Teigtaschen wirst du auch deine Freunde und Familie überzeugen können. Die Artischocken werden mit Spinat, Frischkäse, Lauchzwiebeln, Knoblauch und Käse als köstliche Füllung von einem feinen Blätterteig ummantelt und im Ofen goldbraun gebacken. Dazu gibt es einen frischen Salat aus Kirschtomaten und zartem Babyspinat.

Was du von uns bekommst

- Lauchzwiebel
- Hartkäse^{3,7}
- Frischkäse
- Artischocken
- Knoblauch
- Babyspinat
- Kirschtomaten
- Blätterteig¹

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Küchenpinsel
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb
- Wasserkocher

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Kochtipp

Falls etwas Füllung übrig bleibt, kann diese am nächsten Tag mit frisch gekochter Pasta in einer Pfanne aufgewärmt und verzehrt werden.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 860.0kcal, Fett 64.3g, Eiweiß 18.3g, Kohlenhydrate 49.9g



1. Spinat zubereiten

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **1/2 des Spinats** für den **Salat** beiseitelegen. 1L Wasser in einem Wasserkocher zum Kochen bringen und den **restlichen Spinat** damit übergießen, ca. 1-2Min. ziehen lassen, in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.



4. Taschen füllen

Den **Blätterteig** ausrollen und vierteln, das Papier zum Backen aufheben. Die **Füllung** jeweils auf einer Hälfte der **Blätterteigstücke** verteilen, die andere Hälfte darüberklappen. Den Rand einschlagen und mit den Fingern oder einer Gabel festdrücken.



2. Artischocken schneiden

Die **Artischocken** in einem Sieb abtropfen lassen, mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 1-2cm große Stücke schneiden. Die **Lauchzwiebel** in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Den **Käse** grob reiben.



5. Taschen backen

Die **Teigtaschen** auf ein mit dem Papier ausgelegtes Backblech geben, mit etwas Olivenöl bestreichen und ca. 20-25Min. im Ofen backen, bis der **Teig** goldgelb und knusprig ist.



3. Füllung mischen

Den **abgetropften Spinat** mit den Händen leicht auswringen und mit dem **Frischkäse**, den **Artischocken**, dem **Knoblauch**, den **Lauchzwiebeln** und dem geriebenen **Käse** mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



6. Salat mischen

Aus 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig und 1 Prise Salz ein **Dressing** anrühren. Die **Kirschtomaten** halbieren und mit dem **restlichen Spinat** und dem **Dressing** vermischen. Den **Salat** zu den **Artischocken-Blätterteigtaschen** servieren.