



Börek mit Feta-Spinat-Füllung

und Salat mit Gurke, Birne und Minze



30-40min



2 Personen

Wir lieben gefüllten Teig - erst recht, wenn es sich dabei um knusprigen Blätterteig mit einer feinen Spinat-Feta-Füllung handelt. Zu unserer Variante des türkischen Klassikers Börek servierst du einen fruchtigen Salat mit Birne, frischer Gurke und Minze. Lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Babyspinat
- 1 Packung Fetakäse ⁷
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen Za'atar-Gewürzmischung ¹¹
- 1 Packung Blätterteig ¹
- 1 Päckchen Sesam ¹¹
- 1 Zitrone
- 5g frische Minze
- 1 Birne
- 1 Minigurke

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ³
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- mittelgroße Pfanne
- Küchenpinsel
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 987kcal, Fett 66.2g, Kohlenhydrate 67.6g, Eiweiß 26.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ca. **2/3 des Spinats** grob hacken, den **restlichen Spinat** beiseitestellen. Die **1/2 des Fetas** mit den Fingern zerkrümeln, der **restliche Feta** wird nicht benötigt. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



2. Füllung zubereiten

Die **Zwiebeln** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. darin glasig anbraten. Den **Knoblauch** und **Gewürzmischung nach Geschmack** hinzugeben und 1Min. mitbraten. Den **gehackten Spinat** zugeben und zusammenfallen lassen. Die **Füllung** aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen, dann den **Feta** und 1 Ei untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Börek füllen

Den **Blätterteig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und in **4 gleich große Streifen** schneiden. Die **Füllung** jeweils auf der oberen Hälfte eines Streifens verteilen, dabei überschüssige Flüssigkeit zurückhalten. Die **Füllung** mit der unteren Hälfte des Streifens bedecken und den **Teig** am Rand mit einer Gabel fest verschließen.



4. Börek backen

Die **Böreks** mit der **übrigen Flüssigkeit** der **Füllung** bestreichen und mit dem **Sesam** bestreuen. Im Ofen 15-20Min. backen, bis die **Böreks** goldbraun sind und gar sind.



5. Dressing anrühren

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Minzeblätter** abzupfen und fein schneiden. Mit 1EL Olivenöl, **1EL Zitronensaft**, **1TL Zitronenschale** sowie Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



6. Birne schneiden

Die **Birne** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Gurke** ebenfalls in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den **restlichen Spinat** mit den **Birnen-** und **Gurkenwürfeln** sowie dem **Dressing** vermengen. Die **Böreks** mit dem **Salat** anrichten und servieren.