



Türkisches Käse-Spinat-Börek

mit gemischtem Salat



40-50min



2 Personen

In Deutschland ist Börek durch türkische Einwanderinnen und Einwanderer bekannt geworden und inzwischen ein Standardimbiss. In dieser vegetarischen Variante wird feiner Strudelteig mit einer Eiercreme-Feta-Spinat-Mischung gefüllt und im Ofen gebacken. Das Ergebnis kann sich sehen lassen und macht schön satt. Und vielleicht bleibt ja auch noch etwas für das nächste Mittagessen übrig.

- 1 Zwiebel
- 1 Packung Fetakäse ⁷
- 1 Packung Babyspinat
- 2 Eier ³
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 1 Packung Strudelteig ^{1,6}
- 1 Packung gemischter Salat

- 1EL Honig
- Olivenöl
- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroße Pfanne

Allergene
Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 905kcal, Fett 40.9g,
Kohlenhydrate 101.2g, Eiweiß 30.5g



1. Zwiebel schneiden

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen und in möglichst feine Würfel schneiden. Den **Käse** mit den Fingern oder einer Gabel zerkrümeln.



2. Füllung vorbereiten

Die **Zwiebeln** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anschwitzen. Den **Spinat** hinzugeben und so lange mitbraten, bis er zusammengefallen ist. Die Pfanne vom Herd nehmen und beiseitestellen.



3. Eiercreme mischen

1 Ei mit der **1/2 des Joghurts**, 1EL Olivenöl und ausreichend Salz und Pfeffer verrühren. Das zweite **Ei** und der **restliche Joghurt** werden für dieses Rezept nicht benötigt. Aus 2EL Olivenöl, 1EL Essig, 1EL Honig, **1EL Senf** und 1EL Wasser ein **Dressing** anrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



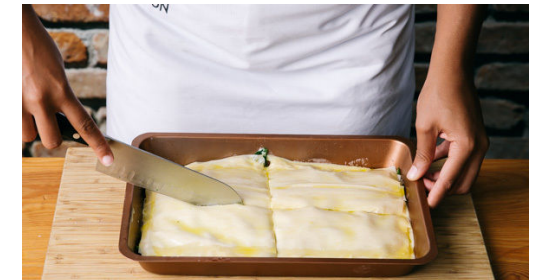
4. Teig vorbereiten

Den **Teig** ausrollen, einmal mittig halbieren und in drei etwa gleich große Stapel teilen. **Zwei Blätter Teig** in einer Auflaufform auslegen und mit **3EL Eiercreme** bestreichen. So weiter schichten, bis der erste Stapel aufgebraucht ist, mit einer **Teiglage** abschließen und leicht festdrücken.



5. Börek füllen

Die **1/2 des Spinats** auf dem **Teig** verteilen, mit der **1/2 des Käses** belegen und mit dem **zweiten Stapel Teig** und **Eiercreme** wie in **Schritt 4** bedecken. Sobald dieser Stapel ebenfalls aufgebraucht ist, den **restlichen Spinat** und **Käse** darauf verteilen, festdrücken und den **letzten Teigstapel** mit der **restlichen Eiercreme** aufbrauchen. Mit einer **Teiglage** enden.



6. Börek backen

Die oberste **Teigschicht** mit 1-2EL Olivenöl bestreichen. Mit einem scharfen Messer in der Auflaufform vierteln, damit der **Teig** besser durchbackt. Dann für 25-30Min. im Ofen backen, bis der **Teig** aufgeht und goldgelb ist. Vor dem Servieren 2-5Min. auskühlen und einfallen lassen. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und mit dem **Börek** servieren.