



Türkisches Käse-Spinat-Börek

mit gemischtem Salat



40-50min



3-4 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.

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Packungen 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

Was du zu Hause benötigst

- 1-2EL Honig
- Olivenöl
- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 616kcal, Fett 32.6g, Kohlenhydrate 55.1g, Eiweiß 24.0g



1. Zwiebeln schneiden

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



2. Füllung vorbereiten

Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1-2EL 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

Die **Eier** mit dem **Joghurt**, 2EL Olivenöl und ausreichend Salz und Pfeffer verrühren. Aus 2-3EL Olivenöl, 1-2EL Essig, 1-2EL Honig, dem **Senf** und 1-2EL Wasser ein **Dressing** anrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



4. Börek 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 belegen

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.