



## Blätterteig-Empanadas mit veganem Hack

und fruchtig-frischer Tomatensalsa

30-40min 2 Portionen

Heute bereitest du den Star der lateinamerikanischen Streetfoodküche mit feinem Blätterteig zu. Darin verbirgt sich, wie es sich für Empanadas gehört, eine saftig-würzige Füllung. Dieses Mal mit veganem Hack, das tomatig-rauchig verfeinert wird. Perfekt dazu: die frische Salsa aus fruchtig-süßen Tomaten und Petersilie. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Blätterteig <sup>1</sup>
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 grüne Paprika
- 10g Petersilie
- 200g veganes Hackfleisch <sup>2</sup>
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 2 Tomaten

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

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

### Kochtipp

Übrig gebliebene Füllung einfach über Nacht kalt stellen und am nächsten Tag mit 200-300ml Wasser oder passierten Tomaten zu einer Sauce einkochen und mit Pasta servieren.

### Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

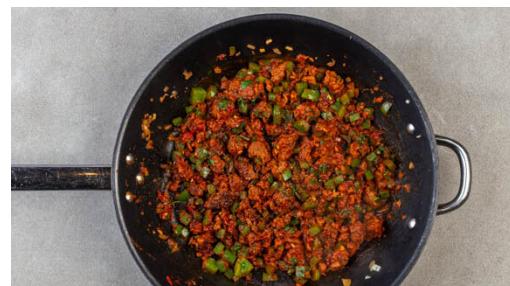
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 998kcal, Fett 60.5g, Kohlenhydrate 81.4g, Eiweiß 27.2g



**1. Zwiebel schneiden**

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Teig** bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in möglichst kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



**4. Füllung fertigstellen**

Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Paprika** zum **Hack** in die Pfanne geben und 2-3Min. mitbraten. Das **Paprikapulver nach Geschmack** und das **Tomatenmark** unterrühren, mit **50ml Wasser** ablöschen und alles 2-3Min. sanft einköcheln lassen. Anschließend ca. **½ der Petersilie** unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



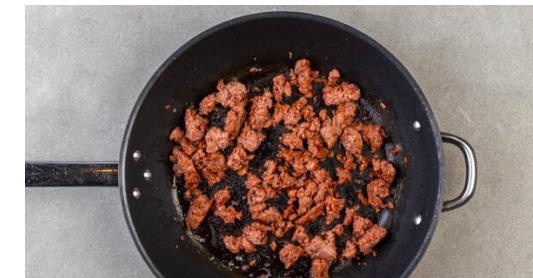
**2. Paprika schneiden**

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



**5. Teigtaschen füllen**

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und in **4 Rechtecke** schneiden. Die **Füllung** auf **je eine Hälfte** eines Rechtecks verteilen, dann die **andere Hälfte** darüberklappen. Die Ränder mit einer Gabel oder den Fingern verschließen und die **Empanadas** im Ofen in 20-25Min. goldgelb backen.



**3. Hack braten**

Das **vegane Hack** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 3-4Min. krümelig anbraten.



**6. Salsa zubereiten**

Währenddessen die **Tomaten** klein schneiden und mit der **restlichen Petersilie**, 1EL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einer **Salsa** vermengen. Die **Empanadas** mit der **Tomatensalsa** servieren.