



Orientalische Hackfleischtaschen

mit Tomaten-Gurken-Salat und Joghurt



30-40min



2 Personen

Es ist immer wieder eine köstliche Überraschung, gefüllte Teigtaschen zu servieren. Heute ist es eine saftig-fruchtige Füllung aus Rinderhack und getrockneten Aprikosen, verfeinert mit leckeren orientalischen Gewürzen und frischer Petersilie, die sich im knusprigen Blätterteig verbirgt. Dazu gibt es einen leichten Tomaten-Gurken-Salat mit Lauchzwiebeln und cremigen Joghurt.

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 10g Petersilie
- 1 Packung getrocknete Aprikosen ¹²
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Ras-el-Hanout-Gewürzmischung
- 1 Packung Blätterteig ¹
- 2 Tomaten
- 1 Gurke
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Becher Joghurt ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- große Pfanne

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1078kcal, Fett 69.2g, Kohlenhydrate 72.8g, Eiweiß 37.1g



1. Füllung vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **getrockneten Aprikosen** fein würfeln.



2. Füllung zubereiten

Das **Hackfleisch**, die **Zwiebeln** und die **Aprikosen** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 4-5Min. anbraten. Die **Petersilie** unterrühren und mit Salz und Pfeffer sowie der **Gewürzmischung** abschmecken.



3. Teigtaschen füllen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und in **4 Quadrate** schneiden. Das **Hackfleisch** jeweils auf einer dreiecksförmigen Hälfte verteilen und die andere Hälfte darüberklappen. Die Kanten gut zusammendrücken. Die **gefüllten Teigtaschen** anschließend 10-12Min. im Ofen goldbraun backen.



4. Salat vorbereiten

Inzwischen die **Tomaten** achteln. Die **Gurke** halbieren, ggf. das Kerngehäuse ggf. mit einem Löffel herauskratzen und die **Gurke** in 1-2cm breite Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden.



5. Dressing anrühren

Aus 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit den **Gurken**, den **Tomaten** und den **Lauchzwiebeln** vermengen.



6. Joghurt würzen

Den **Joghurt** mit 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Hackfleischtaschen** mit dem **Salat** anrichten und mit dem **Joghurt** servieren.