



Börek mit Spinat und Feta

dazu Gurkensalat mit 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. Ein kleines Fest für alle Sinne ...

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 150g Babyspinat
- 150g Feta⁷
- 1 Päckchen Schwarmaw-Gewürzmischung
- 1 Packung Blätterteig¹
- 1 Päckchen Sesam¹¹
- 1 unbehandelte Zitrone
- 10g Minze
- 1 Birne
- 1 Minigurke

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei³
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- große Pfanne
- Küchenpinsel
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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 983kcal, Fett 64.8g, Kohlenhydrate 68.8g, Eiweiß 26.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Ca. **2/3 des Spinats** grob hacken, den **restlichen Spinat** beiseitestellen. Den **Feta** mit einer Gabel oder den Fingern zerkrümeln.



2. Füllung zubereiten

Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anschwitzen. Den **Knoblauch** und **die 1/2 der Gewürzmischung** ca. 1Min. mitbraten, dann den **gehackten Spinat** zugeben und zusammenfallen lassen. Die **Füllung** aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen. Den **Feta** und 1 Ei unterrühren, mit Salz, Pfeffer und ggf. mehr **Gewürzmischung** abschmecken.



4. Böreks backen

Die **übrige Flüssigkeit** mit einem Pinsel auf den **Böreks** verstreichen. Mit dem **Sesam** bestreuen und die **Böreks** 15-20Min. im Ofen backen, bis der **Teig** goldbraun und knusprig ist.



5. Dressing anrühren

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. **1EL Zitronensaft, 1TL Zitronenabrieb** und 1EL Olivenöl mit der **Minze** verrühren, das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Böreks füllen



6. Birne schneiden

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