

Morgenland-Knuspersnack

Sachbezeichnung

Vegetarischer Gemüse-Snack mit Frischkäse und Kräutern



Ausbeute

20 Stück zu 78 g



Zeitplanung

Zubereitung: 35 Minuten

Ruhezeit: 120 Minuten

Backzeit: 15 Minuten/180°C fallend, Umluft



Nährwerte (100 g oder 100 ml)

Energie: 1'120 kJ/268 kcal;

Fett: 14 g, davon ges. Fettsäuren 4.5 g;

Kohlenhydrate: 25 g, davon Zucker 1.7 g;

Eiweiss: 9.1 g; Salz 1.5 g

Zutaten

Filoteig (755 g)

300 g	Weizenmehl 400
200 g	UrDinkelmehl 720
225 g	Wasser
20 g	Rapsöl <i>nach 1 Minute Mischen begeben</i>
10 g	Speisesalz <i>gegen Ende der Mischzeit begeben und den Teig plastisch auskneten</i>

Teigruhe: 2 Stunden bei Raumtemperatur entspannen lassen. Dieser Teig trocknet sehr schnell aus. Deshalb den Teig, wenn er nicht gerade bearbeitet wird, immer mit Folie bedeckt halten.

Gemüse-Frischkäse-Füllung (802 g)

10 g	Olivenöl
55 g	Zwiebeln, gehackt <i>andünsten</i>
135 g	Spinat, TK, gehackt <i>auftauen, abtropfen</i>
150 g	Auberginen-Püree
140 g	Zucchini <i>fein würfeln</i>
170 g	Ziegenfrischkäse
110 g	Frischkäse
12 g	Basilikum-Blätter, gehackt
7 g	Pfefferminzblätter, gehackt
8 g	Speisesalz
5 g	Tabasco, rot

Für das Auberginen-Püree 200 g Auberginen verwenden, den Stielansatz entfernen und die Auberginen längs halbieren. Mit der Schnittfläche nach unten auf Bleche mit Silikonpapier legen und in einem milden Ofen gar rösten. Anschliessend die Schale lösen und entfernen. Aubergine pürieren und direkt weiterverarbeiten oder portionieren und auf Vorrat im Tiefkühler lagern.

Zutaten (330 g)

40 g	Butter, flüssig
50 g	Weizendunst (zum Stauben)
80 g	Eierstreiche
160 g	Pistazienkerne, grob gemahlen

Herstellung

1

Füllung

Olivöl in einer Bratpfanne erhitzen, gehackte Zwiebeln andünsten und den Spinat kurz mitdünsten. Restliche Zutaten begeben und alles mischen. Direkt weiterverarbeiten. Die Masse ist tiefkühlstabil.

2

Filoteig schichten und schneiden

Teig in drei gleich schwere Stücke teilen. Das erste Stück auf 0.2 mm ausrollen und dünn mit flüssiger Butter bestreichen. Dann den zweiten Teig ausrollen und ohne Lufteinschlüsse auf den vorbereiteten Teig abrollen. Wieder mit flüssiger Butter bestreichen und die letzte Teigschicht darauf abrollen.

Geschichteter Filoteig mit einem scharfen Messer in Quadrate von 12x12 cm schneiden. Mittlerer Bereich der Quadrate (ausser dem Rand) mit Eistriche bestreichen.

3

Füllung portionieren

Je 40 g Gemüse-Frischkäse-Füllung darauf portionieren.

4

Aufarbeiten

Diagonal zwei Ecken hochfalten und über der Füllung zusammendrücken, mit den anderen zwei Ecken ebenso verfahren. Wichtig ist, dass die Ränder selbst nicht zusammengedrückt werden, so dass sich die Schichten während dem Backen gut entfalten können.

5

Backvorbereitung

Alle vier Seiten mit Ei bestreichen, mit grob gemahlene Pistazien bestreuen und die Teiglinge auf Bleche mit Silikonpapier absetzen.

6

Backen

In einem milden Umluftofen bei fallender Temperatur die Snacks goldbraun knusprig backen.