



Knusprige Spinat-Mais-Taschen,

dazu grüner Salat mit Chimichurri-Dressing



HELLO CHIMICHURRI

Ein kleiner Tipp: Am besten und aromatischsten schmeckt Chimichurri, wenn Du sie vorbereitest und ein paar Stunden im Kühlschrank durchziehen lässt.



frischer Blätterteig



Babyspinat



Mais



mittelscharfer Senf



Vollmilch



Petersilie



Oregano



Rotweinessig



Knoblauchzehe



Saisonsalat



geschroteter Chili



Muskatnusspulver



geriebener Cheddar



Zwiebel



Schnittlauch

30 Minuten

Stufe 2

Veggie

Zeit sparen

Rezeptentwickler Marco über seine knusprigen Spinat-Mais-Taschen: „Ich habe Kollegin Julia, die südamerikanische Wurzeln hat, gefragt, was ihre Lieblingsfüllung für eine Empanada ist. Diese wurde dann ‚eingedeutscht‘ zu einem Strudel. Zu der ursprünglichen Empanada-Idee hatten wir aber schon dieses herrlich frische Chimichurri-Dressing entwickelt, das perfekt harmonisiert und nicht mehr fehlen darf.“ Da bleibt uns nur zu sagen: Guten Appetit!

LOS GEHT'S

Wasche **Salat** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 große Schüssel**, **1 kleinen Topf**, ein **hohes Rührgefäß**, einen **Pürierstab** und ein **Backblech**.



1 FÜLLUNG VORBEREITEN

Zwiebel abziehen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. In einem kleinen Topf **Butter*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Zwiebelwürfel** zugeben und 2 – 3 Min. anbraten. Währenddessen **Mehl*** in der **Vollmilch** verrühren. **Mehl-Milch-Mischung** zu den **Zwiebelwürfeln** geben und unter ständigem Rühren ca. 1 Min. köcheln lassen, bis eine dickflüssige Masse entsteht.



2 FÜLLUNG VERFEINERN

Mais abgießen. **Cheddar** unter die **Mehlschwitze** rühren. **Mittelscharfen Senf**, **Muskatnusspulver**, **Mais** und **Babyspinat** hinzufügen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 BLÄTTERTEIG FÜLLEN

Blätterteig auf einem Backblech ausrollen und von der langen Seite her halbieren. **Spinat-Mais-Füllung** jeweils auf der unteren Hälfte der **Teigstücke** verteilen, dabei darauf achten, dass ca. 2 cm Teigrand frei bleibt.



4 TEIGTASCHEN BACKEN

Teig umklappen und den Rand mithilfe einer Gabel festdrücken. Gefüllte **Teigtaschen** im Backofen ca. 15 Min. backen.

★ **TIPP:** Wenn du ein Ei zur Hand hast, verquirlen und auf den Teigtaschen verteilen.



5 DRESSING ZUBEREITEN

Knoblauch abziehen. Blätter von **Petersilie** und **Oregano** abzupfen. **Schnittlauch** grob schneiden, **Kräuter** mit **Rotweinessig**, **Salz**, **Pfeffer**, **Knoblauch**, **Oliveöl*** und **Wasser*** in ein hohes Rührgefäß geben und mithilfe eines Pürierstabs fein mixen. Nach Geschmack **geschroteten Chili** (**Achtung: scharf!**) unterrühren. In einer großen Schüssel **Saisonsalat** mit vorbereitetem **Dressing** vermischen.



6 ANRICHTEN

Spinat-Mais-Taschen aus dem Backofen nehmen, kurz abkühlen lassen, auf Tellern anrichten und zusammen mit dem **Salat** genießen.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zwiebel DE	1	2 (klein)	2
Vollmilch (3,8% Fett) 7)	125 ml	188 ml	250 ml
Mais (Dose)	1	1½	2
geriebener Cheddar 7)	100 g	150 g	200 g
mittelscharfer Senf 10)	10 ml	15 ml	20 ml
Muskatnusspulver 15)	0,5 g	0,75 g	1 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
frischer Blätterteig 1)	1	1½	2
Knoblauchzehe ES	1	1½	2
Petersilie/Oregano/Schnittlauch	10 g	15 g	20 g
Rotweinessig 1) 12)	12 ml	18 ml	24 ml
geschroteter Chili 15)	2 g	3 g	4 g
Saisonsalat	50 g	75 g	100 g
Mehl* 1)	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Oliveöl*, Butter* 7)	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Wasser*	2 EL	3 EL	4 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	1104 kJ/265 kcal	5483 kJ/1316 kcal
Fett	22 g	106 g
– davon ges. Fettsäuren	10 g	49 g
Kohlenhydrate	13 g	64 g
– davon Zucker	3 g	13 g
Eiweiß	6 g	27 g
Ballaststoffe	2 g	6 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 10) Senf 12) Schwefeldioxid und Sulfite 15) kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!