Rezept

Blätterteigtaschen mit Hähnchen und Gemüse

Ein Rezept von Blätterteigtaschen mit Hähnchen und Gemüse, am 02.05.2024

Zutaten

1 Bund	Frühlingszwiebeln
1	hellgrüne Spitzpaprikaschote
100 g	TK-Erbsen
4 EL	Olivenöl
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 TL	Weinessig
1	Ei
1	Ei
2	Tomaten
	½ Bund glatte Petersilie
250 g	Hähnchenbrustfilets
	Salz
	¼ TL gemahlener Koriander
1	Eigelb
6 Scheiben	TK-Blätterteig
	Mehl zum Verarbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 TASCHEN: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Tomaten kurz überbrühen, häuten und fein würfeln. Die Paprika putzen, waschen, vierteln und in Streifchen schneiden. Petersilie waschen, trockenschütteln und hacken.

2. Die Blätterteigscheiben auf einer bemehlten Arbeitsfläche auftauen lassen. Den Backofen auf 220° vorheizen.

3. Hähnchenbrustfilets in 1,5 cm große Würfel schneiden. Das Öl in der Pfanne gut erhitzen, das Fleisch darin hellbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer bestreuen. Zwiebeln, Tomaten und Paprikaschoten unterrühren und bei Mittelhitze 2 Min. dünsten. Die Erbsen unterrühren und noch 1 Min. weiterdünsten. Alles mit Salz, Pfeffer, Koriander und Essig abschmecken und die Petersilie untermischen. Abkühlen lassen und 1 Eigelb unterrühren.

4. Zwei große Bleche mit Backpapier auslegen. Das Ei trennen. Jede Teigscheibe auf ein Rechteck von 16 × 22 cm ausrollen. Die Ränder mit Eiweiß einpinseln. In die Mitte einen Teil der Füllung legen. Eine Teighälfte darüber klappen, Ränder festdrücken.

5. Die Taschen auf das Blech legen. Das Eigelb mit 1 TL Wasser verrühren. Die Teigtaschen damit einpinseln, mit einer Gabel mehrmals einstechen und im heißen Ofen (Mitte, Umluft 200°) in etwa 25 Min. goldgelb backen. Warm servieren.