

Rezept

Grüne Börek-Schnecke

Ein Rezept von Grüne Börek-Schnecke, am 28.06.2026

Zutaten

250 g Yufkateig (ca. 10 rechteckige Blätter; ersatzweise Filoteig)	750 g Mangold
1 Knoblauchzehe	1 große Zwiebel
Salz	4 EL Bratöl
1 TL Gemüsebrühe	Pfeffer
1 Bund Frühlingszwiebeln	200 g Feta-Schafskäse
3 Msp. edelsüßes Paprikapulver	1 Bund glatte Petersilie
50 ml Milch	100 g türkischer Joghurt (10 % Fett; ersatzweise griechischer Joghurt)
3 EL Olivenöl	1 Ei (M)
	1 TL Schwarzkümmel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Yufkateig 30 Min. Zimmertemperatur annehmen lassen. Inzwischen Mangold waschen und putzen. Stiele klein würfeln, Blätter in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. In einer Pfanne 3 EL Bratöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin goldgelb andünsten. Mangoldstiele zugeben und unter Rühren anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Gemüsebrühpulver würzen, 4-5 EL Wasser untermischen und die Stiele 10 Min. dünsten. Mangoldblätter untermischen und alles weitere 5-7 Min. dünsten. Lauwarm abkühlen lassen.
3. Währenddessen den Schafskäse fein zerkrümeln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und samt Stielen fein schneiden. Alles mit dem Mangold mischen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.
4. Den Backofen auf 180° vorheizen. Eine Tarteform (28 cm ø) mit Bratöl ausstreichen. Joghurt, Milch, Ei und Olivenöl verquirlen. Die Teigblätter gleichmäßig dünn damit bestreichen, etwas Joghurtmischung übrig lassen. Die Mangoldmasse in zehn Portionen teilen. Jeweils eine Portion als Streifen unten auf der Längsseite eines Teigblattes auslegen, dabei nach unten 3 cm, an den Seiten jeweils 2 cm frei lassen. Die Ränder links und rechts über die gesamte Teigblattlänge über die Füllung schlagen, anschließend den Teig von unten nach oben aufrollen.
5. So den gesamten Teig und die Füllung verarbeiten. Die Rollen mit der Naht nach unten von außen nach innen schneckenförmig in die Form legen. Die Oberfläche mit der übrigen Joghurtmischung bepinseln und mit Schwarzkümmel bestreuen. Die Börek-Schnecke im heißen Ofen (Mitte) in ca. 35 Min. goldbraun backen.