

Rezept

Mamas saftiges Spinat-Börek

Ein Rezept von Mamas saftiges Spinat-Börek, am 28.06.2026

Zutaten

900 g Blätterteig (TK oder Kühlregal)	800 g frischer Spinat
1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl	50 g entsteinte schwarze Oliven
50 g entsteinte grüne Oliven	500 g Schafskäse (Feta)
200 g Sahne	Salz
gemahlener schwarzer Pfeffer	1 Msp. edelsüßes Paprikapulver
1 Msp. rosenscharfes Paprikapulver	1 Ei

Außerdem:

Pflanzenöl für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 930 kcal

Zubereitung

1. TK-Blätterteig bei Zimmertemperatur auftauen lassen.

2. Den Spinat sorgfältig waschen und putzen. Grobe Stiele entfernen und die Blätter trocken schleudern. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Den Knoblauch schälen, 2 Zehen ebenfalls fein würfeln und mit der Zwiebel in einem großen Topf ca. 3 Min. im Olivenöl anschwitzen. Den Spinat dazugeben, zusammenfallen und etwas abkühlen lassen. Die Flüssigkeit abgießen.

3. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen. Ein Backblech mit Öl einfetten. Die Oliven hacken und den Schafskäse zerbröckeln. Beides mit 100 g Sahne unter den Spinat mischen, den restlichen Knoblauch dazupressen und das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

4. Die Hälfte des Blätterteigs auf dem vorbereiteten Backblech auslegen, dabei bei TK-Blätterteig die Ränder der einzelnen Platten etwas zusammendrücken. Den Spinat gleichmäßig auf dem Blätterteigboden verteilen und mit den restlichen Teigscheiben bedecken. Die oberen und unteren Teigblätter mit den Fingern gut zusammendrücken.

5. Das Börek mit einem scharfen Messer rautenförmig ein-, aber nicht durchschneiden. Die übrigen 100 g Sahne mit dem Ei verquirlen und das Börek damit bepinseln. Die Pastete im heißen Backofen (unten) ca. 40 Min. backen, bis die Oberfläche knusprig braun aussieht. Lecker dazu: Knoblauchjoghurt und ein bunter Salat.