

Rezept

# Teigtaschen mit Spinat

Ein Rezept von Teigtaschen mit Spinat, am 16.05.2025

## Zutaten

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>225 g</b> Mehl           | Salz   |
| <b>1(1/8 l)</b> Olivenöl    | <b>300 g</b> Spinat                                    |
| <b>200 g</b> Feta           | <b>1/2 Bund</b> glatte Petersilie                      |
| Pfeffer                     | <b>3 Stängel</b> frische oder 1/2 TL getrocknete Minze |
| <b>2</b> kleine Eiertomaten | <b>1</b> Ei  |
| Mehl zum Ausrollen          |  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 635 kcal

## Zubereitung

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben und eine Vertiefung eindrücken. ½ TL Salz, 1 EL Öl und 100 ml Wasser nach und nach unterkneten, sodass ein geschmeidiger Teig entsteht. Den Teig zu einer Kugel formen und in Folie gewickelt 30 Min. ruhen lassen.
2. Den Spinat putzen, waschen und in einer heißen Pfanne bei starker Hitze zusammenfallen lassen. Dann abtropfen lassen, etwas ausdrücken, grob hacken und leicht salzen. Den Käse mit der Gabel zerdrücken. Die Kräuter waschen, die Blättchen hacken und unter den Käse mischen, pfeffern. Die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden.
3. Den Teig in zwölf gleich große Bällchen teilen und auf einer bemehlten Fläche zu runden Fladen (12 cm Ø) ausrollen. Auf jedes Teigblatt Spinat und Käse geben, je 2 Tomatenscheiben auflegen. Ei mit 2 EL Wasser verquirlen, die Ränder damit einpinseln und mit einer Gabel zusammendrücken. Das Öl in einer breiten Pfanne gut erhitzen und die Taschen darin bei mittlerer Hitze portionsweise von beiden Seiten zartbraun braten. Sie schmecken warm und kalt gleich gut.