Spinat-Pide

Zutaten

Menge	Einheit	Bezeichnung
160	g	Wasser
40	g	Milch
325	g	Weizenmehl T550
4	g	Trockenhefe
3	EL	Olivenöl
3	g	Salz
1		Zwiebel
1		Knoblauchzehe
250	g	Baby-Spinat
1/2	TL	Kreuzkümmel, gemahlen
1/2	TL	Salz
1/2	TL	Pfeffer, schwarz
80	g	Feta
		Sesamsaat

Portionen: 4

Zubereitung

Wasser, Milch, 1 EL Olivenöl und Salz mischen und mit dem Mehl zu einem homogenen Teig verkneten. Teig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Währenddessen Zwiebeln würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl glasig dünsten. Knoblauch pressen, hinzugeben und ca. 1 Minute mitdünsten. Spinat, Salz und Kreuzkümmel hinzugeben und bei mittelhoher Hitze anbraten, bis der Spinat zusammengefallen und das Wasser verdunstet ist.

Teig vierteln, zu Kugeln aufarbeiten und etwa 1cm dünn länglich-oval auf Backpapier ausrollen.

Geriebenen Feta unter den Spinat heben und auf den Teiglingen verteilen, dabei einen ~3cm breiten Rand lassen.
Ränder auf die Füllung umschlagen und die Spitzen leicht verdrehen, so dass die typische Schiffchenform entsteht.
Ränder mit 1 EL Olivenöl bestreichen und mit Sesam bestreuen.

Im auf 225°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen ~20 Minuten backen.

Ofen, vegetarisch, Spinat

From:
https://www.matthias.moorkamp.info/ - **Swap Space**

Permanent link:
https://www.matthias.moorkamp.info/rezepte:hauptgerichte:spinat-pide

Last update: **2023/10/03 21:48**