



## Griechische Spinatpastete

mit Tomatensalat



30-40min



2 Personen

Mit diesem Rezept holst du dir die griechische Sonne und Leichtigkeit an den Tisch! Eine würzige Spinatpastete, aus frischem Baby-Spinat und cremigem Frischkäse, kommt in einen knusprigen Blätterteig-Mantel. Dazu gibt es einen saftigen Tomaten-Salat, ganz wie ihn die Griechen lieben. Das schmeckt wie im Urlaub auf den Kykladen!



## Was du von uns bekommst

- Blätterteig <sup>1</sup>
- Knoblauchzehe
- rote Zwiebel
- Tomaten
- Babyspinat
- Frischkäse <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei <sup>3</sup>
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backpapier
- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 730.0kcal, Fett 51.8g, Eiweiß 18.7g, Kohlenhydrate 44.9g



### 1. Gemüse vorbereiten

**Hälfte** der **roten Zwiebel** schälen, dann klein hacken. Den **Spinat** gut waschen und anschließend im Sieb abtropfen lassen. Den **Knoblauch** schälen und pressen oder fein hacken. Den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen.



### 4. Füllung vorbereiten

In einer großen Schale den **Frischkäse** mit dem Ei verrühren, dann den **Spinat**, möglichst **ohne die entstandene Flüssigkeit**, hinzugeben und alles gut vermengen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Teig vorbereiten

Den **Blätterteig** quer in der Mitte durchschneiden. Eine Hälfte des Blätterteiges in eine mit Backpapier ausgelegte Auflaufform auslegen, sodass der ganze Boden belegt ist. Nun den Teig ca. 5-7Min. ohne Füllung vorbacken.



### 5. Pastete zusammenstellen

Nun die **Spinat-Füllung** auf dem vorgebackenen **Teigboden** verteilen und anschließend mit der **zweiten** Blätterteighälfte bedecken. Die **Pastete** für ca. 20-25Min. goldbraun backen.



### 3. Spinat andünsten

Inzwischen eine große Pfanne mit 1EL Wasser auf mittelhohe Stufe erhitzen. Die **Zwiebelwürfel** und den **Knoblauch** darin mit einer Prise Salz ca. 1-2Min. glasig anbraten. Anschließend den **Spinat** dazugeben, bei hoher Hitze zusammenfallen lassen und weitere ca. 2-3Min. schmoren. Zum Schluss mit einer Prise Zucker und Pfeffer verfeinern.



### 6. Tomatensalat zubereiten

10Min. vor Backende die **Tomaten** halbieren, Strunk herausschneiden und anschließend in ca. 1cm dicke Spalten schneiden. Die andere **Hälfte der Zwiebel** in feine Streifen schneiden. **Tomaten** nun mit den **Zwiebeln**, 1EL Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren ziehen lassen. Die **Spinatpastete** mit dem **Salat** servieren.