

Montag

Gefüllte Teigtaschen, rote Beete-Joghurt-Salat

4 gekochte rote Beete
1 Bund glatte Petersilie
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone

auf einer Reibe grob reiben
klein hacken
klein hacken
auspressen

3 Bechern Joghurt
Salz
Pfeffer

Alle Zutaten mit
vermischen, mit
und
würzen und durchziehen lassen.

150g Mehl
1 TL Salz
100ml Wasser

und
in eine Schüssel geben
dazu geben und alles zu einem geschmeidigen Teig
verkneten. Aus dem Teig 12 gleich große Bällchen
formen, auf ein Brett legen, mit einem Tuch zudecken
und für 30 Minuten ruhen lassen.

300g Blattspinat

Inzwischen
verlesen und waschen trocken schleudern und klein
schneiden.

1 Bund glatte Petersilie
150g Schafskäse

klein schneiden.
mit einer Gabel zerdrücken. Schafskäse und Petersilie
gut miteinander vermischen.

4 EL Olivenöl

Die Teigbällchen auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu
Rondellen von ca. 20cm Durchmesser ausrollen. Auf
jedes Rondell einen Löffel Käse und einen Löffel
Spinat setzen, zusammen klappen und die Ränder mit
einer Gabel gut festdrücken. In einer Pfanne
erhitzen und die Teigtaschen darin portionsweise von
jeder Seite bei mittlerer Hitze 5 Minuten braten.