



Lachs im Blätterteig

🕒 20 Min. + 40 Min. backen 🚫 laktosefrei

- | | |
|--|---|
| <p>1 Lachsrückenfilets ohne Haut (ca. 300 g)</p> <p>½ TL Salz</p> <p>wenig Pfeffer</p> <p>200 g tiefgekühlte Erbsli, aufgetaut</p> <p>125 g Frischkäse (z. B. Cantadou mit Meerrettich)</p> <p>1 Bio-Zitrone</p> <p>½ TL Salz</p> <p>wenig Pfeffer</p> | <p>Ofen auf 200 Grad vorheizen. Lachs in Würfel schneiden, würzen. Erbsli gut abtropfen, mit dem Frischkäse mischen, Schale von der Zitrone dazureiben, würzen.</p> |
| <p>1 Ei</p> <p>1 ausgewallter Blätterteig (32 cm Ø)</p> <p>2 EL gemahlene geschälte Mandeln</p> | <p>Ei verklopfen. Teig füllen und formen (siehe Anwendung), mit Ei bestreichen, Mandeln darüberstreuen.</p> |

Backen: ca. 40 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen.

Dazu passt: Salat.

Portion (¼): 605 kcal, F 42 g, Kh 29 g, E 26 g



Schinkli im Teig

🕒 30 Min. + 30 Min. backen 🚫 laktosefrei

- | | |
|---|--|
| <p>1 Mini Rollschinkli geräuchert (ca. 350 g)</p> <p>1 EL Honigsenf</p> <p>250 g gemischte Pilze</p> <p>½ EL Bratbutter</p> <p>1 EL Zitronensaft</p> <p>½ Bund Petersilie</p> <p>½ TL Paprika</p> <p>¼ TL Salz</p> <p>wenig Pfeffer</p> <p>150 g Frischkäse</p> | <p>Ofen auf 220 Grad vorheizen. Rollschinkli in Würfel schneiden, mit Honigsenf mischen. Pilze fein hacken. Bratbutter in der Bratpfanne warm werden lassen, Pilze andämpfen, Zitronensaft begeben, weiterdämpfen, bis die entstandene Flüssigkeit vollständig verdampft ist. Pfanne von der Platte nehmen. Petersilie fein schneiden, begeben, würzen, auskühlen. Frischkäse gut verrühren.</p> |
| <p>1 Ei</p> <p>1 ausgewallter Pizzateig (28 cm Ø)</p> <p>100 g Rohschinken in Tranchen (8 Stück)</p> | <p>Ei verklopfen. Teig bis auf 32 cm Ø nachrollen. Teig vorbereiten (siehe Anwendung). Rohschinken über die Füllmulden legen, Pilzmasse darauf verteilen, Schinkli darauflegen, Frischkäse darüber verteilen. Rohschinken über die Füllung legen, formen (siehe Anwendung), mit Ei bestreichen.</p> |

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen.

Dazu passt: Salat.

Portion (¼): 571 kcal, F 27 g, Kh 42 g, E 37 g



Ausstechform Ring mit Füllhilfe
Spülmaschinengeeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

Anwendung

- Teig entrollen. Ausstechform fest in eine Hälfte des Teigs drücken.
 - Nach Angaben im Rezept Mulden mit Paniermehl ausstreuen. Die Hälfte der Füllung in die Mulden verteilen.
 - Ausstechform abheben, in die andere Teighälfte drücken. Restliche Füllung in die Mulden verteilen, Ausstechform abheben. Teigländer mit Ei bestreichen.
 - Innere Teigspitzen über die Füllung legen, äussere Teigstreifen über die Füllung ziehen, sodass die Teigstreifen schön übereinander liegen. Wichtig: Gefalteter Rand soll keine Löcher haben.
 - Teig mit dem Backpapier auf ein Backblech ziehen, mit Ei bestreichen, wie im Rezept beschrieben backen.
- Ofentemperaturen:** Gelten für das Backen mit Ober- und Unterhitze. Beim Backen mit Heissluft verringert sich die Back- bzw. Brattemperatur um ca. 20 Grad. Beachten Sie die Hinweise des Backofenherstellers.