

ANKARA

Börek

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Backen: ca. 30 Min.

Ergibt 4 Stück

Füllung

500 g geschnetzeltes Pouletfleisch

180 g Feta, in Würfeli

3 Bundzwiebeln mit dem Grün, in Ringen

1 Teelöffel Paprika

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

2 Päckli Strudelteig (je 120 g)

60 g Butter, flüssig

1. Für die Füllung Poulet und alle Zutaten bis und mit Pfeffer mischen.

2. Teige sorgfältig auseinanderfalten, ein Teigblatt mit flüssiger Butter bestreichen, mit einem zweiten Blatt bedecken.

3. Börek füllen und formen (siehe «Gewusst wie»). Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit dem restlichen Teig, der Hälfte der Butter und der Füllung drei weitere Böreks zubereiten. Mit restlicher Butter bestreichen.

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.

Pro Person: 27 g Fett, 43 g Eiweiss, 40 g Kohlenhydrate, 2405 kJ (575 kcal)



Gewusst wie: Ein Viertel der Füllung längs auf einen Teig verteilen, dabei seitlich einen Rand von ca. 4 cm frei lassen, von der Füllung her satt aufrollen, Schnecke formen.

