Spinat-Blätterteig-Pfännchen mit Cabanossi

Pizza » Quiches

Zutaten (4 Personen)

» 200g Blätterteig
» 800g Blattspinat
» Salz & Pfeffer
» 30g Butter/Margarine
» 30g Mehl
» 350ml Milch
» 100ml Instant-Gemüse-Brühe
» 60g Parmesan
» Muskat
» 200g Champignons
» 1 Zwiebel(n)
» 1 Knoblauchzehe(n)
» 1 EL Olivenöl
» 200g Cabanossi
» 50g Gouda

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Blätterteig auftauen lassen. Spinat putzen, waschen und in kochendem Salzwasser ca. 2min blanchieren. Abtropfen lassen und gut ausdrücken.

2. Fett erhitzen. Mehl darin anschwitzen. Mit Milch und Brühe ablöschen. Unter Rühren aufkochen lassen. Parmesan in die Soße geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

3. Pilze putzen, evtl. waschen und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln. Öl erhitzen, Pilze darin anbraten. Knoblauch und Zwiebel zugeben, ca. 2min mitbraten. Cabanossi in Scheiben schneiden.

4. Vier kleine, runde Auflaufformen (Durchmesser 12cm) fetten, mit Mehl ausstreuen. Teig ausrollen, kreisförmig ausstechen. In die Förmchen legen, mehrfach einstechen. Spinat- und Pilzmischung in die Soße geben, auf die Förmchen verteilen. Mit Cabanossi belegen. Gouda grob reiben, Pfännchen damit bestreuen. Im heißen Ofen bei 175°C ca. 20min backen.

Nährwerte: 730kcal/E33g/F53g/KH29g pro Portion

angelegt am: 27.03.2005 Rezept-Nr: 1714

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke