



Blätterteigkissen mit Bratwurst-Gemüsefüllung

Zutaten für vier Personen

4 Blätterteigplatten (TK)
400 g feine Bratwurst
60 g Paprikawürfel (bunt)
40 g Zucchiniwürfel
40 g Kohlrabiwürfel
1 EL Olivenöl
2 EL gehackte gemischte Kräuter

Eistreiche:

1 Eigelb
3 EL Milch
1 EL Sesam

120 g gemischte Blattsalate
1 Bund Radieschen
1 Schale verschiedene Sprossen
80 g Schalotten
3 EL Obstessig
2 EL Apfelsaft
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 35 Minuten)

Bratwurstbrät aus dem Darm streifen. Gemüsewürfel ganz kurz in heißem Olivenöl ansautieren, erkalten lassen und mit Brät und gehackten gemischten Kräutern gut vermengen. Mit Pfeffer würzen.

Teigplatten auf mehlierter Arbeitsfläche auflegen und ganz sanft ausrollen. Zwei Platten mit Gemüsebrät bis zum Rand bestreichen und mit zweiter Platte abdecken. Etwas andrücken, mit Eistreiche einpinseln, mit Sesam bestreuen und mit Rollerschneider oder Messer vierteln. Auf Backblech mit Backpapier legen und im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad circa 18 bis 20 Minuten goldgelb ausbacken.

Gemischte Blattsalate zerpfückt mit Scheiben von Radieschen und verschiedenen Sprossen gut vermengen. Als schönes Bukett auf Tellern anrichten und mit einer Marinade aus Obstessig, Apfelsaft, Olivenöl, Schalottenwürfel, Salz und Pfeffer überziehen. Blätterteigkissen mit ansetzen.

Nährwert pro Portion

701 kcal – 58 g Fett - 26 g Eiweiß – 20 g Kohlenhydrate – 1,5 BE

Dieses Gericht ist lactosefrei.