



Spanakopita, griechischer Spinat - Schafskäse-Auflauf

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Fleischlos für jeden Tag, Zeit sparend durch T.K. - Spinat und Fertig Teig, herzhaft und lecker

Zutaten

- 450 g Blätterteig aus dem Supermarkt (Geht auch mit Filotteig)
- 200 g griechischer Schafskäse, zerbröckelt
- 850 g T. K. Blattspinat, aufgetaut, ausgedrückt
- 125 g Butter
- 2 El Olivenöl
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- ½ Bündchen frischer Dill, gehackt
- 2 El Olivenöl
- 30 g Sesamsaat
- 2 ganze Eier
- 5 El Milch
- 2 El Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den T. K. Blattspinat zunächst auftauen und trocken ausdrücken, grob hacken. (Enthält oft noch Auftauwasser)

Schritt3

Der Ansatz:

Schritt4

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch in Olivenöl und einem ausreichend großen Topf glasig anschwitzen und den Spinat dazu geben.

Schritt5

Salzen, pfeffern und mit Muskatnuss herzhaft würzen, kurz „aufstoßen“ lassen, Topf zurückziehen.

Schritt6

Die Eier mit der Milch und dem Dill „verklappern“ und unter den Spinat rühren, etwas zum Einstreichen der obersten Blätterteigschicht zurück lassen.

Schritt7

Der Aufbau:

Schritt8

Eine ausreichend große Auflaufform ausbuttern und mit den Semmelbröseln austreuen.

Schritt9

Die erste Schicht Teig verteilen, anpassen, die Ränder etwas hoch stehen lassen und mit flüssiger Butter bestreichen.

Schritt10

Dann folgt eine Schicht Spinat, darüber die Hälfte des Ziegenkäses bröckeln.

Schritt11

Den Vorgang wiederholen und mit einer Blätterteigschicht enden. Für 25 - 30 min. in den auf 175 ° C Umluft vorgeheizten Backofen schieben. Nach 20 min. mit der übrigen Eiermilch bestreichen und mit der Sesamsaat gleichmäßig bestreuen.

Schritt12

Anrichtevorschlag:

Schritt13

Heiß aus dem Ofen zu Tisch geben, dazu reiche ich eine Knoblauch - Joghurtsauce und Zitronenecken.

Tags: preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spanakopita-griechischer-spinat-schafskaese-auflauf/>