Pide mit Spinat

Zeit gesamt
1h 30min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Hefe, frisch	0.5 St.
Wasser	350 ml
Weizenmehl, Type 405	500 g
Salz	
Olivenöl	30 ml
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Blattspinat	500 g
Feta	100 g
Dill, frisch	20 g
Öl	2 EL
Pfeffer, schwarz	
Rosinen	20 g
Pinienkerne	20 g
Eier	1 St.
Sesam, weiß	50 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Schüssel, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Hefe zerbröckeln und in lauwarmem Wasser auflösen. In einer Schüssel Mehl und Salz mischen, Hefewasser und Olivenöl zufügen und alles glatt verkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.

2. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Knoblauch schälen und hacken. Spinat waschen und abtropfen lassen. Feta mit den Händen zerbröseln. Dill waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken.

3. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel mit Knoblauch ca. 2 Min. anbraten. Spinat zugeben und ca. 3 Min. zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Pfanne vom Herd nehmen Feta, Dill, Rosinen und Pinienkerne unterheben.

4. Ofen auf 220 °C (Umluft) vorheizen. Teig vierteln und auf wenig Mehl jeweils oval (ca. 16 x 26 cm) ausrollen. Je 2 Fladen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Füllung mittig darauf verteilen, Teigränder leicht über die Füllung klappen und an den Enden spitz zusammendrücken. Ränder mit verquirltem Eigelb bepinseln, alles mit Sesam bestreuen. Im Ofen nacheinander ca. 20 Min. goldbraun backen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	796 kcal
Kohlenhydrate	111 g
Eiweiß	26 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	27 g