

## Das März-Rezept 2019 der LandFrauen

Von Doris Weiland vom KreisLandFrauenVerband Ostholstein e. V. <http://www.landfrauen-ostholstein.de>

*„Fix gemacht und sooo lecker“ meint Doris Weiland. Passt zum Osterbrunch, als Vorspeise oder besonderem Abendbrot. Na, dann viel Spaß beim Nachmachen.*

### Grüne Filos



#### Zutaten:

250 g (1 Rolle) Filoteig  
1 große Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
300 g tiefgekühlte Spinatwürfel (oder 750 g frischen Spinat)  
1 TL Zitronenschale  
1-2 Essl. Petersilie  
Muskatnuss, Salz, Pfeffer  
100 g Frischkäse und 80 g geraspelten Gouda oder 100g Fetakäse mit 150 g Ricotta  
2 Eier

1 TL Paniermehl  
Bisschen flüssige Butter

#### Zubereitung:

Spinatmasse zubereiten. Zwiebel in Öl anbraten je nach Geschmack die Knoblauchzehen hinzugeben. Dazu den Spinat ca. 5-10min dünsten. Abschmecken mit der Zitronenschale, Petersilie, Muskatnuss, Salz und Pfeffer. Unter einer der Käsemassen 2 verquirlte Eier rühren.

Filoteig aus dem Kühlregal, 10 min bei Zimmertemperatur in der Packung ruhen lassen. Der Teig trocknet an der Luft schnell aus.

#### Verarbeitung:

Nur 3 Teigblätter aus der Packung holen, vierteln, so dass 12 Quadrate entstehen. Jeweils dünn mit flüssiger Butter bepinseln. Je 2 versetzt aufeinanderlegen und vorsichtig in eine Muffin Form legen. 1 TL Paniermehl auf den „Boden“ streuen und die Spinatmasse einfüllen. Den Teig oben zusammen zu einer Rosette verdrehen. Bei 175 °C O/U-Hitze oder 160 °Umluft ca. 20 min backen. Heiß servieren.

Guten Appetit!