

Kürbis-Feta-Päckchen im Filoteig aus dem Thermomix®



© Kürbis-Feta-Päckchen - Rezept mit Herz



35 Min.



leicht



12 Stück

Super lecker und ideal als Fingerfood oder zum Mitnehmen.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	1 Pck.	Filoteig (250 g, Kühlregal)
<input type="checkbox"/>	1	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	1 Zehe/n	Knoblauch
<input type="checkbox"/>	20 g	Öl
<input type="checkbox"/>	200 g	Schlagsahne
<input type="checkbox"/>	2	Eier
<input type="checkbox"/>	1 TL	Gemüsebrühepaste oder -pulver
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>		Pfeffer
<input type="checkbox"/>	200 g	Kürbis (vorbereitet gewogen)
<input type="checkbox"/>	150 g	Feta
<input type="checkbox"/>		Thymian zum Dekorieren
<input type="checkbox"/>		Fett für das Muffinblech

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C (160 °C Umluft) vorheizen.
2. Vertiefungen eines Muffinblechs einfetten. Filoteig entrollen und in ca. 15 cm große Quadrate schneiden. Jeweils 2-3 Quadrate versetzt übereinander in jede Mulde legen, sodass an allen Seiten etwas Teig übersteht.
3. Zwiebel und Knoblauch abziehen, vierteln. In den Mixtopf geben, 3 Sek./Stufe 5 hacken, herunterschieben. Öl zugeben und 3 Min./100 °C/Stufe 1 dünsten. Sahne, Eier, Gemüsebrühepaste, Salz und Pfeffer zugeben, 10 Sek./Stufe 4 mixen.
4. Kürbis putzen, in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden. Feta ebenfalls würfeln. Kürbis und Feta auf die Mulden verteilen. Sahneguss darübergießen. Im heißen Ofen ca. 20 Min. goldbraun backen. Kurz abkühlen lassen, dann Päckchen vorsichtig aus den Formen herauslösen. Mit Thymian dekoriert servieren. Dazu schmeckt Salat.

Nährwertangaben

Pro Stück: ca. 185 kcal – 6 g E – 11 g F – 15 g KH