

MANGOLD-SCHIFFFCHEN



150 g Vollkornmehl
150 g Weißmehl
1 TL Salz
10 g Hefe
1 Prise Zucker
200 ml Milch
1 EL Öl

- verrühren und eine Mulde formen
- verrühren und in die Mulde geben. Alles zu einem Teig kneten und in eine Schüssel geben.
- Ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. In der Zwischenzeit kann die Füllung zubereitet werden.

300 g Mangold
1 Zehe Knoblauch
1 Zwiebel
Öl

50 g Erbsen
50 g Gouda

- waschen und kleinschneiden.
- Schälen und kleinhacken.
- in eine Pfanne geben und Knoblauch, Zwiebeln und Mangold kurz anbraten.
- mit in die Pfanne geben und kurz mitbraten.
- Reiben und in einer Schüssel mit der Masse verrühren.

-
- Den Teig in 8 Teile teilen und zu einem Fladen rollen.
Die Füllung auf die Fladen verteilen und die Ränder ein wenig nach oben einrollen.
Die Schiffchen auf ein Backblech geben und für 20 Minuten bei 180° C Umluft in den Backofen.



GUTEN APPETIT!