




Geflochtener Blätterteig mit Forelle

 Zeit gesamt
45min

 Zubereitungszeit
20min

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Dill, frisch	20 g
Kapern	1 EL
Forelle, geräuchert	250 g
Zitronen	1 St.
Frischkäse, natur	200 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Blätterteig	1 St.
Eier	1 St.

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier, feine Reibe

1. Ofen auf 220 °C (Umluft) vorheizen. Dill waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und hacken. Kapern ebenfalls fein hacken. Forellenfilets zerzupfen. Zitrone waschen und etwa 1 TL Schale fein abreiben.
2. In einer Schüssel Frischkäse mit Dill, Kapern und Forellenfilets vermengen. Mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Blätterteig abrollen und Creme mittig ca. 10 cm breit darauf verteilen. Teig bis zur Füllung von beiden Seiten in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Streifen abwechselnd von jeder Seite so über die Füllung klappen, dass diese davon abgedeckt wird und ein Zopfmuster entsteht.
4. Ei trennen. Zopf auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und mit Eigelb bepinseln. Im Backofen ca. 20–25 Min. goldbraun backen. Geflochtenen Blätterteig mit Forelle lauwarm oder abgekühlt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 447 kcal

Kohlenhydrate 29 g

Eiweiß 24 g

Ballaststoffe 1 g

Fette 26 g
