



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

SPANAKOPITA - GRIECHISCHER SPINATKUCHEN



HAUPTZUTAT
Blätterteig

ZUBEREITUNGSZEIT
Unter 1 Stunde

PORTIONEN
8-10

ZUTATEN

- 12 Blatt Filoteig, aufgetaut
- 2 rote Zwiebeln oder 2 Stangen Lauch, in dünne Ringe geschnitten
- 5 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 800 g gehackter Spinat
- 200–300 g Feta
- 50 g Butter
- Olivenöl
- Schwarzer Sesam
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Griechischer Salat zum Servieren

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig die Teigblätter trennen und jedes einzelne mit Olivenöl bestreichen, dann aufeinanderlegen. Benötigt werden vier Portionen mit je drei Blättern. Mit einem feuchten Geschirrtuch abgedeckt beiseitestellen.
2. Für die Füllung den Spinat in einem Topf mit kochendem Wasser blanchieren. Dann in Eiswasser tauchen, um den Garvorgang zu stoppen. Spinat in ein Geschirrtuch geben und gut ausdrücken, um überschüssiges Wasser zu entfernen. Ggf. kleinschneiden. Die Zwiebeln in einer Pfanne mit ein wenig Olivenöl anbraten, bis sie leicht karamellisiert sind. Den Knoblauch hinzugeben und 2 Minuten mitbraten. Die Herdplatte ausschalten und den Spinat hinzufügen und unterrühren. Anschließend alles in eine Schüssel umfüllen und den Feta darüberbröseln, gut mischen und nach Belieben würzen. Mit Bedacht salzen, denn der Feta ist an sich schon recht salzig.
3. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Einen Gourmet-Profitopf (30 cm) von Le Creuset einfetten. Die ersten drei Blätter Filoteig in den gefetteten Bräter geben. Löffelweise ein Drittel der

1/2



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

Spinatmischung darüber verteilen, dann erneut eine Portion Filoteig darauflegen und wieder mit Spinat toppen und wiederholen. Zum Schluss mit den letzten drei Blättern Filoteig bedecken und diese mit ausreichend Olivenöl einpinseln. Die überstehenden Teigseiten nach innen schlagen und mit Sesam bestreuen. 50 Minuten goldbraun knusprig backen. Aus dem Backofen nehmen und mit einem einfachen griechischen Beilagensalat warm servieren.

Copyright Bild/Rezept © 2024 Le Creuset
www.lecreuset.com