

Teigtaschen mit Fleischfüllung

Teigtaschen mit Fleischfüllung sind ein tolles [Fingerfood Rezept](#), das einfach zu machen ist, lecker schmeckt und sehr gut aus der Hand zu Essen ist.

Zutaten: für 4 Personen

Für den Quark- Blätterteig:

300 g Mehl
250 g Quark (Magerstufe)
180 g kalte Butter
1 gestrichener TL Salz
Oder ersatzweise gekauften Blätterteig
aus der Kühltheke oder tiefgekühlt

Für die Füllung:

250 g Rinderhackfleisch
2 EL Öl zum Anbraten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 TL Currypulver
1 TL Mehl
1 TL Tomatenmark
Salz und Pfeffer
Etwas Fleischbrühe
1 gewürfelten oder geriebenen Apfel

Zum Panieren:

2 Eier
Mehl
Semmelbrösel oder Paniermehl
Öl zum Ausbacken

Zubereitung:

Bei diesem Rezept für Teigtaschen mit einer herzhaften Fleisch- Curry- Füllung kommt es auf die Würzung der Füllung an.

Beim Würzen der Füllmasse sollte man nicht zu sparsam mit den Gewürzen sein.

Zuerst aus den Zutaten einen Quark- Blätterteig zubereiten.

Wenn es schnell gehen muss, kann man auch einen gekauften frischen oder gefrorenen Blätterteig dazu verwenden.

Für die Teigzubereitung Mehl mit Salz auf einer Arbeitsfläche vermischen.

Kalte Butter in kleinen Stückchen darauf legen.

Mit den Fingern nun Mehl mit Butter krümelig vermischen, damit Streuseln entstehen.

Den Quark hinzu geben und zügig alles zu einem Quark- Blätterteig zusammendrücken.

Blätterteig niemals kneten, sondern alles immer wieder zusammen drücken, bis das ganze Mehl eingearbeitet ist. Die sichtbaren Butterstückchen sind Absicht, denn diese verschwinden später beim mehrmaligen Auswellen des Teiges ganz.

Den Teig in Folie eingewickelt entweder über Nacht oder für mindestens 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Fleischfüllung vorbereiten:

Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden.

2 EL Öl in einem Topf erhitzen.

Die Zwiebel darin hellgelb anbraten, den Knoblauch hinzu pressen.

Das Hackfleisch hinzu geben und alles gut verkrümelt durchbraten.

Den Topf zur Seite ziehen, das Fleisch salzen, das Currypulver, das Mehl und das Tomatenmark unterrühren und mit etwas Fleischbrühe ablöschen.

Den Topf wieder auf die Kochstelle zurück stellen und alles langsam etwa 15 Minuten durchschmoren lassen.

Einen Apfel schälen, entweder in kleine Stückchen schneiden oder den Apfel mit der Reibe raspeln und zur Hackfleischsoße geben.



Alles nochmals gut durchkochen lassen, mit Curry und Pfeffer nach eigenem Geschmack nochmals pikant würzen.

Die Fleischfüllung sollte soweit eingekocht werden, damit sie gerade so viel Flüssigkeit enthält, damit die Soße nicht anbrennt.

Sofort aus dem Topf in eine Schüssel umfüllen und für später zum Füllen der Teigtaschen aufbewahren.

Bei Verwendung von gekauftem Blätterteig kann man diesen gleich auswellen, mit einem breiten Glas oder einer kleinen Schüssel Kreise von etwa 10 - 12 cm ausstechen.

Etwas Fleischfüllung auf jedes Teigstück in die Mitte legen.

Die Ränder mit etwas kaltem Wasser bestreichen, den Teig in der Mitte umlegen, damit die Form eines Halbmondes entsteht.

Für die Fertigstellung des vorbereiteten Quark - Blätterteiges, diesen aus dem Kühlschrank nehmen und mit dem Wellholz etwa 3 - 4 mm dick auswellen.

Die Teigplatte jeweils rechts und links einmal bis zur Mitte einschlagen, danach in der Mitte nochmals zusammenklappen, damit das Teigstück dreimal gefaltet wird.

In Folie gewickelt für 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Danach diese Vorgehensweise noch dreimal wiederholen.

Jedes Mal den Teig erneut auswellen, dreimal zusammen umschlagen, einwickeln und kühlen.

Nach dem vierten Auswellen ist der Teig schön geschmeidig und für die Fertigstellung des Gebäcks einsatzbereit.

Anschließend wie oben beschrieben füllen.

Zuletzt die Teigtaschen wie Schnitzel panieren.

Drei Teller oder kleine Schüsseln auf den Tisch stellen.

In das erste Teller das Mehl einfüllen. In das zweite Teller die zerquirten Eier und in das dritte Teller Semmelbrösel einfüllen.

Die geformten, gefüllten Teigtaschen nacheinander zuerst im Mehl, anschließend im Ei und zuletzt in den Semmelbröseln wälzen.

Entweder in der Friteuse oder in einem Topf in heißem Öl schwimmend, hellbraun ausbacken.

Tipp:

Diese Fleischtäschchen mit herzhafter Fleischfüllung schmecken gut als [Vorspeise](#) oder zum Abendessen.

Besonders gut eignen sie sich als [Fingerfood](#) für eine zwanglose, gemütliche Runde mit Freunden zu einem Glas Bier, wobei man die Teigtäschchen ohne weiteres zusammen mit einer Papierserviette, aus der Hand essen kann.

Kalorienangaben

Ein Teigtäschchen mit Fleischfüllung hat ca. 60 kcal und ca. 3.1 g Fett