Fingerfood



Empanadas mit Hähnchenfüllung

ca. 20 kleine Teilchen

Zutaten

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 100g grüne Oliven mit Mandeln, 30 g getrocknete Tomaten in Öl, 250 g Hähnchenfilet, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 2 Stiele glatte Petersilie, 250 g Magerquark, 75 ml Milch, 75 ml Öl, 3 Eier, 400 g Mehl, 1 Päckchen Backpulver, Backpapier

Zubereitung

Füllung:

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würflen.
2. Oliven grob hacken.
3. Tomaten abtropfen lassen und fein schneiden
4. Fleisch waschen, trocken tupfen und in sehr kleine Würfel schneiden
5. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin 2-3 Minuten anbraten und dabei wenden.
6. Zwiebel, Knoblauch, Tomaten und Oliven dazugeben und ca. 5 Minuten mitbraten.
7. Mit Salz und Pfeffer würzen
8. Petersilien waschen, fein hacken und dazugeben.
9. Füllung abkühlen lassen.

Teig:

10. Quark, Öl, Milch, 1TL Salz und 1 Ei mit dem Schneebesen des Handrührgerätes verrühren. 400 g Mehl und Backpulver darübersieben und mit den Knethaken zu einem geschmeidigen Teig verrühren.
11. Teig auf ein wenig Mehl 3-4 mm dünn ausrollen. Mit einer Tasse (ca. 10 cm Durchmesser) Kreise ausstechen. Jeweils 1-2 EL Füllung darauf verteilen. Rand lassen. Zum Halbkreis zusammenklappen, die Ränder nach oben biegen und so die Empanadas verschließen.
12. Backofen vorheizen auf 200°C Umluft.
13. Empanadas auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche legen.
14. Teigtaschen mit dem verquirlten Eiern

bestreichen.

Zeitbedarf

Vorbereitung: 1 Stunde
Backzeit: 15 - 20 Minuten

dazu paßt

grüner Salat, Sour Cream