

Empanadas mit Süßkartoffelfüllung

Zutaten für 3 Personen

- 230 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 80 g Margarine
- 100 ml Milch
- 1 Paprika
- 1 Zwiebel
- 200 g Süßkartoffeln
- 1 Bund Petersilie
- 200 g passierte Tomaten
- 250 g Magerquark
- 1 EL Öl
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 TL Kukurupulver
- Pfeffer, Salz



Zubereitung

Für den Teig Mehl, Backpulver, 1 TL Salz, Margarine und 80 ml Milch in einer Schüssel mit dem Mixer kneten. Den Teig in Folie 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Zwiebel und die Süßkartoffel schälen. Die Paprika entkernen. Die Petersilie fein hacken. Zwiebel, Paprika und Süßkartoffel in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und Zwiebel, Kartoffel und Paprika darin 5 Minuten anschwitzen, dann mit den passierten Tomaten ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Kukurupulver würzen. Etwa 5 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen, dann abschmecken und vom Herd nehmen.

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, in 12 gleich große Stücke teilen. Diese werden zu runden Kuchlein mit einem Durchmesser von 10 cm ausgerollt. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Kuchlein auf das Blech legen und mit einem Esslöffel der Füllung mittig legen. Dann die Kuchlein umklappen und die Ränder andrücken. Mit einem Backpinsel die obere Seite mit etwas Milch bestreichen. Die Empanadas etwa 25 Minuten backen.

Den Quark mit einem Teelöffel Salz und der restlichen Milch und der Petersilie verrühren. Die Empanadas auf Tellern mit etwas Quark anrichten.

Guten Appetit