

Marienhof-**Rezept**-Edition: \*Gemüse à la Regionale\*

# Mangold

Foto: Juli 2008

**Marienhof Esperde** 

Gedruckt auf 100%  
Recyclingpapier.

Kniepstr. 3, 31860 Emmerthal-Esperde  
www.marienhof.de Tel. 05157/1225

**Bioland**

# Mangold- torte

## Zutaten

### Teig:

- \*225 g Dinkel
- \*3 EL saure Sahne
- \* $\frac{1}{2}$  TL Salz
- \*130 g Butter
- \*evt. 1-2 EL kaltes Wasser

## Füllung:

- \*500 g Mangold
- \*200 g Champignons
- \*1 Zwiebel
- \*1 Zehe Knoblauch
- \*2 EL Butter
- \*1 Becher Schmand
- \*4 Eier
- \*100 g Parmesan
- \*1 TL Currypulver
- \* $\frac{1}{2}$  TL Salz
- \*1 Msp. Muskat

## Zubereitung

Den Dinkel grob mahlen. Mit den restlichen Teig-Zutaten verkneten und 1 Stunde ruhen lassen.

Inzwischen den Mangold waschen, die Stiele in etwa  $\frac{1}{2}$  cm schmale Streifen und die Blätter in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel fein würfeln, den Knoblauch pressen. Die Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Butter mit dem Currypulver in einer großen Pfanne erwärmen, die Zwiebel und die Mangoldstiele darin glasig dünsten. Anschließend die Champignons und die Mangoldblätter hinzufügen. Mit Salz und Muskat abschmecken.

In einer großen Schüssel die Eier verquirlen, den Schmand und den Käse dazugeben. Das weichgekochte Gemüse unterheben.

Den Teig so groß ausrollen, dass in der gefetteten Springform (24 cm) ein Teigrand entsteht. Die Füllung oben drauf geben.

Im Backofen 45 Minuten bei 200°C backen.