

Leichte Gemüse-Pie

Bei 8 Stücken pro Stk 6 SmartPoint Punkte

Zutaten für den Teig:

- 100 g Dinkelmehl Typ 630
- 100 g Weizenmehl Typ 550
- ½ TL Backpulver
- ½ TL Salz
- 80 g Halbfettmargarine
- 30 g Frisch geriebenen, feinen Parmesankäse
- 1 Ei
- 3 EL Wasser

Zubereitung in der Kenwood:

Zuerst den Kneithaken einsetzen und dann alles für ca. 2 Min auf Stufe 1 zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

Zubereitung im TM:

Die Zutaten in den Mixtopf geben und 2 Minuten auf Knetstufe kneten.

Den Teig dann zu einer Kugel formen und in Klarsichtfolie einpacken.
Für 30 Min im Kühlschrank ruhen lassen.

Zutaten für die Füllung:

- 250 g braune Champignons, mit dem kleinen Küchenhobel auf Stufe 1 in dünne Scheiben schneiden
- 1 Rote Paprika, ebenfalls mit dem Küchenhobel auf Stufe 1 in dünne Scheiben schneiden.
- 4 Lauchzwiebeln, in Ringe schneiden
- 150 g magere Katenschinkenwürfel
- 6 Cocktailtomaten, ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

Zutaten für den Guss:

200 g Frischkäse 0,2 % Fett

2 Eier

1 rote Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten

50 ml Milch, 1,5% Fett

75 g Schafskäse light, diesen zerbröseln

Salz, Pfeffer, Paprika, Thymian, Oregano, ein paar Gartenkräuter

Alle Zutaten für den Guss mit dem Schneebesen verrühren.

Zubereitung:

Den Backofen auf 220 Grad O/U Hitze vorheizen.

Nun die Pieform leicht fetten und den Teig bis zum Rand mit dem Teigroller ausrollen.

Dann die Zutaten für die Füllung einfüllen und den Guss drüber gießen.

Als Abschluss den Schafskäse drüber verteilen.

Für ca. 30 Min auf dem unteren Rost fertig backen und anschließend in Stücke schneiden und genießen.

TIPP:

Da das Gemüse, vor allem die Champignons viel Flüssigkeit während des Backens abgeben, würde ich beim nächsten Mal die Zutaten für die Füllung erst in einer Pfanne „fettfrei“ anbraten, so dass die ganze Feuchtigkeit verkocht ist und dann die Füllung auf den Teig geben.

Guten Appetit wünscht Euch Judith