

# Sauerkrautbörek mit grünen Salat.



## Zutaten

Im Folgenden sind die Zutaten für zwei Personen (zumindest hier zu Hause, aber wir essen ordentlich).

### Für den Teig:

- 250 Gramm feines Mehl
- 1/8 Liter Wasser
- 0,05 Liter neutrales Öl
- Salz

### Für die Füllung:

- 1 Tasse Walnuss
- 1 Tasse getrocknete Aprikosen
- 1 Tasse rote Linsen
- 1½ Tassen Sauerkraut
- 2 Teelöffel Koriandersamen
- Salz, schwarzen Pfeffer

### Für den Salat:

- 2 Handvoll grünen Salat der Saison (Postelein, Feldsalat, Blattsalat)
- Gerne frische Wildkräuter aus den Garten – Giersch geht fast immer, im Frühling geht ganz viel.
- Ganzkornsenf oder eine andere milde, nicht süße Senf
- Apfelessig
- Olivenöl

- Salz

## Zubereitung

### Schritt 1: Füllung und Teig

- Die Linsen mit 2 Tassen Wasser und Salz auf den Herd setzten und zum Kochen bringen.
- Die Walnüsse klein machen und in einen größeren Topf mit Bratöl auf den Herd setzen, salzen und Herd einschalten nicht vergessen.
- Das Sauerkraut klein schneiden und zu den Walnüssen geben, wenn die anfangen, schön zu riechen. Ab hier: regelmäßig rühren, damit nichts anbrennt.
- Die Aprikosen klein schneiden und zum Sauerkraut geben.
- Die Koriandersamen mahlen/mörsern und zum Sauerkraut geben Auch der schwarze Pfeffer dazu geben.
- Wenn die Linsen gar sind, das überschüssige Wasser in einer Tasse abgießen (aber die Linsen nicht trocken sieben!) und die Linsen zum Sauerkraut geben, rühren. Die Masse sollte weder nass noch trocken sein, wenn trocken, dann noch etwas vom abgegossenen Wasser dazugeben.
- Die Masse auf ganz niedriger Hitze ziehen lassen und den Teig machen: die Zutaten in einem Teigschüssel zusammenrühren und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zu einem Ball formen.
- Den Teig mit einem Tuch abdecken und warm abstellen, zum Beispiel dadurch, dass der Topf mit der Sauerkrautmasse auf den Schüssel mit Teig gestellt wird. (Voraussetzung sind dann natürlich eine metallene Teigschüssel und einen passenden Topf.)
- Eine halbe Stunde warten

### Schritt 2: Börek machen

- Der Ofen wird auf 180° vorgeheizt.
- Der Teig wird auf eine mit Mehl bedeckte Arbeitsfläche ausgerollt oder ausgezogen, so dünn wie möglich, zu einer mehr oder weniger runde oder zumindest abgerundete Form.
- Die Füllung wird auf den Teig verteilt, die äußere zwei Zentimeter des Teiges bleiben frei.
- Der Freie Rand wird auf die Füllung gelegt und ab da wird immer weiter nach innen gerollt. In der Mitte angekommen ist ein länglicher Ring entstanden, diese wird noch einmal Hufeisenförmig umgeklappt, mit Öl bestrichen und auf ein Backblech gelegt. (Die Unterseite sollte noch gut mit Mehl bestäubt sein!)
- Das Backblech geht in den Ofen und bleibt da 30 bis 40 Minuten.
- Eine halbe Stunde warten

### Schritt 3: den Abschluss

Nach eine halbe Stunde kannst Du schon mal kontrollieren, ob Dein Börek etwas bräunt. Und du machst den Salat.

- Öl, einen Schuss Essig, einen halben Teelöffel Salz und einen Teelöffel Senf in der Salatschüssel zu einer cremige Masse rühren.
- Salat und Wildkräuter dazu geben und rühren
- Börek aus den Ofen nehmen, wenn angebräunt und das ganze auftischen.

**Guten Appetit!**