

Blätterteig-Zwiebel-Stangen



Zutaten (ca. 10 Stück):

- 1 Pkt. Blätterteig
- 1 rote Zwiebel
- 100 g Kräuterfrischkäse
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad Celsius Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Dann den Blätterteig entrollen, dünn mit dem Frischkäse bestreichen und darauf die Zwiebelwürfelchen verteilen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und den Blätterteig von der langen Seite her einklappen, sodass die Frischkäsesseiten aufeinander liegen.

Den gefüllten Blätterteig in 10 ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Jeden Streifen zur Spirale eindrehen, auf das vorbereitete Backblech legen und in ca. 15 Minuten im Backofen goldbraun backen.

Die Blätterteig-Zwiebelstangen nach der Backzeit aus dem Backofen holen und auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Nährwertangaben: 131 kcal p.P., 11 g KH p.P.