

Empanády s masem a se špenátem

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 6

- Chlazená těsta na pizzu 2 ks
- Vejce 1 ks
- **Masová náplň**
- Malá cibule 1 ks
- Stonek řapíkatého celeru 1 ks
- Chilli papričky 1.2 ks
- Česnek 2 stroužek
- Olivový olej 2 lžíce
- Drcený římský kmín 1.2 lžička
- mleté hovězí maso 250 g
- Sterilované fazole 100 g
- Nasekaná koriandrová nať 2 lžíce
- Sůl - dle chuti 2 špetka
- **Špenátová náplň**
- Malá cibule 1 ks
- Máslo 20 g
- Česnek 4 stroužek
- Baby špenát 500 g
- Strouhaný sýr 50 g
- Sůl a pepř - dle chuti 2 špetka

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 6

Postup:

Na masovou náplň nakrájejte cibuli, řapík celeru, chilli papričku a česnek nadrobno. V pánvi zahřejte olej a vsypte nakrájenou zeleninu. Restujte asi 4 minuty do změknutí. Pak přidejte římský kmín a po chvílce mleté maso. Restujte a rozdělujte maso, až bude zcela orestované. Sterilované fazole propláchněte, rozmačkejte vidličkou a vmíchejte do masa. Dochutěte nasekaným koriandrem a solí. Na špenátovou náplň orestujte nadrobno nakrájenou cibuli na másle. Pak přidejte podrcený česnek a krátce a lehce orestujte. Přidejte špenát, nechte listy zavadnout a pak duste, až se zbaví vody. Sundejte z ohně a nechte zcela vychladnout. Potom vmíchejte sýr a dochutěte solí a pepřem. Těsto rozložte a rozválejte na tenký plát. Vykrájejte formičkou kolečka. Do středu každého z nich dejte lžičku masové nebo špenátové náplně. Okraje potřete vejcem, přehněte a pak je k sobě poctivě přimáčkněte. uzavřené emponády rozložte na plech s pečícím papírem a potřete zbylým vejcem. Vložte do trouby předehřáté na 200°C a pečte 15 až 20 minut.