

## Rainer Klutsch Geröstete Gemüse-Maultaschen mit Hummus

Dienstag, 4. Oktober 2022

Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: mittel  
Heimatküche, Vegetarisch, Feine Küche

### Zutaten:

Für den Maultaschenteig:

200 g	Weizenmehl, Type 405
3	Eier (Größe M)
1 TL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Mehl zum Ausrollen
1	Eigelb

Für die Füllung

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	rote Paprika
300 g	Karotten, klein
200 g	Blattspinat
1 EL	Pflanzenöl zum Anbraten
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
etwas	Paprikapulver, edelsüß
80 g	Toastbrot ohne Rinde (vom Vortag)
100 g	Emmentaler (oder Gouda, Cheddar)
½ Bund	Schnittlauch
2	Eier
2 EL	Butterschmalz

Für das Kichererbsen-Püree (Hummus):

1 Dose	Kichererbsen (240 g Abtropfgewicht)
1	Knoblauchzehe
1	Bio-Zitrone
80 g	Sesampaste (Tahini)
etwas	Kreuzkümmel, gemahlen
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
3 EL	Olivenöl

### Zubereitung:

1. Für den Maultaschen-Teig das Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. 3 Eier, Öl und eine Prise Salz zugeben und alles zu einem festen Teig kneten. Den Teig zugedeckt ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
2. In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln.
3. Paprika, Karotten und Spinat putzen, bzw. schälen, abrausen und trockenschütteln.
4. Das Gemüse sehr fein schneiden.



5. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Übriges Gemüse untermischen und ca. 5 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer sowie Paprikapulver würzen und abkühlen lassen.
6. Toastbrot fein zerbröseln.
7. Käse fein reiben.
8. Schnittlauch abrausen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden.
9. Eier, Toastbrotbrösel, Käse und Schnittlauch unter das gegarte Gemüse mischen.
10. Den Teig mit einem Nudelholz oder einer Nudelmaschine ca. 2-3 mm dünn ausrollen.
11. Jeweils 1 Esslöffel der Masse, mit etwas Abstand, auf einer Teighälfte verteilen.
12. Eigelb verquirlen. Die übrige Teighälfte damit bestreichen und anschließend umklappen. Gut andrücken, Maultaschen ausschneiden.
13. In einem Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Herunterschalten. Die Maultaschen darin ca. 5 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Maultaschen herausnehmen und abtropfen lassen.
14. Für das Kichererbsen Püree Kichererbsen abtropfen lassen.
15. Knoblauch abziehen und grob schneiden.
16. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen.
17. Kichererbsen, Knoblauch, Zitronensaft und -schale, Sesampaste, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Öl in einer Küchenmaschine oder mit einem Pürierstab fein pürieren, sodass eine feine Creme entsteht. Ist die Masse zu fest, noch etwas warmes Wasser untermischen und abschmecken.
18. Butterschmalz portionsweise erhitzen. Maultaschen darin ca. 2-3 Minuten rösten.
19. Maultaschen mit dem Kichererbsen-Püree anrichten und servieren.

Pro Portion: 775 kcal/ 3240 kJ  
69 g Kohlenhydrate, 33 g Eiweiß, 40 g Fett