

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

www.Heimat-schmeckt.de / [Rezepte](#) / [Lammfleisch](#)

Pikante Lamm - Taschen

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

Zutaten und Zubereitung

(für 6 Personen) Hefeteig: 300 g Weizenvollkornmehl 20 g Trockenhefe 1 Prise Zucker 1/8 l lauwarmes Wasser 1/2 TL Salz 3 EL Rapsöl 1 Ei Füllung: 2 TL Rapsöl 250 g Lammhackfleisch 1/2 kleine Zwiebel, fein gehackt 1/2 kleine grüne Paprika, fein gehackt 1 kleine Möhre, fein gehackt 1 TL gemahlener Zimt 2 TL braunen Zucker 2-3 EL Tomatenmark

Für den Teig alle Zutaten der Reihe nach in eine Rührschüssel geben (ggf. eine Küchenmaschine verwenden) und so lange kneten bis der Teig Blasen wirft. Den Teig kurz gehen lassen und auf ein Blech ausrollen.. Das Rapsöl in einem Topf erhitzen und das Lammhackfleisch und die Zwiebel darin kurz anbraten. Paprika, Möhre und gemahlenden Zimt sowie braunen Zucker und Tomatenmark hinzufügen. Gut mischen und abkühlen lassen. Den Ofen auf 200°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Auf einer bemehlten Fläche den Teig ausrollen. Für die Fertigstellung 6 gleichgroße Kreise ausstechen. Mischung gleichmäßig auf die Kreise verteilen. Die Ränder mit Eiweiß bestreichen und die Kreise zusammenklappen, Ränder fest andrücken und mit Eigelb bestreichen. Die Lammtaschen auf das vorbereitete Blech legen und etwa 20 min backen, bis der Teig eine goldgelbe Farbe bekommt. Sie können mit Kräuter Dip und grünem Salat serviert werden. Als Vorspeise sehr gut zu verwenden.
