

AUFWAND  
**klein**

KOCHDAUER  
**15 Min.**

SAISON  
**Frühling**

HERKUNFT  
**Europa**

## BRENNNESSEL-WÄHE MIT YUFKA-TEIG



### KURZ VORGESTELLT

Die oberen vier Blattstände der sehr reichhaltigen Wildpflanze können von März bis Oktober geerntet werden. Die Brennnessel ist wie Spinat einsetzbar, zusätzlich auch als Tee. (+20 Min. goldbraun backen)

### ZUTATEN (4 PERSONEN)

1	Yufka-Teig	2	Ei
2 Bd	Brennnessel	2 dl	Vollmilch
200 g	Saisongemüse		Salz, Pfeffer aus der Mühle

### ZUBEREITUNG

1. Brennnesseln kurz mit kochendem Wasser überbrühen. Auskühlen lassen und in Streifen schneiden.
2. Backofen auf 180° C vorheizen. Backpapier in Backform legen und mit Teig auslegen. Hier wurde Yufka-Teig verwendet. Freistehenden Rand vor dem Backen mit einem neutralen Öl bestreichen. So wird er knusprig.
3. Brennnesseln und nach Belieben weiteres Gemüse auf den Teig geben. Für eine knusprige Wähe Brennnessel zuletzt auflegen. Mit Guss übergießen. Mit etwas fein geriebenem Parmesan bestreuen.
4. Im vorgeheizten Backofen backen bis der Teigrand hellbraun wird.