



Gibt Wintersportlern Kraft

Spinat-Fladen

Zutaten:

- 1 Fladenbrot
- 1 Päckchen Tiefkühl-Rahmspinat (450 g)
- 100 g Frischkäse
- 50 g Gouda
- 50 g Emmentaler
- 100 g Feta

1 Lasse den Spinat in einem Topf bei niedriger Temperatur vollständig auftauen.

2 Schneide das Fladenbrot mit einem langen Messer quer in zwei Hälften. Belege ein Blech mit Backpapier und setze die untere Fladenbrot-hälfte darauf.

3 Schneide den Feta in kleine Stücke. Den Gouda und den Emmentaler reibst du mit einer Käseibe.

4 Streiche den Frischkäse gleichmäßig auf die untere Hälfte des Fladenbrots. Verteile darauf den Spinat. Dann streue die Fetastücke darüber und zuletzt den geriebenen Käse.

5 Die obere Hälfte des Fladenbrots legst du wie einen Deckel auf die Füllung.

6 Backe das gefüllte Fladenbrot im Ofen bei 180 °C (Umluft) etwa 15 bis 20 Minuten, bis der Käse geschmolzen ist.

