



Mettbällchen-Käse-Spieße mit Dips

Perfekter Party-Snack aus dem Blog „Stiletto & Sprouts“



Portionen
4



Zubereitungszeit
45 Minuten (inkl.
Backzeit)



Schwierigkeitsgrad
Mittel

ZUTATEN

Mettbällchen-Spieße:

- 2 kleine bis mittelgroße Zwiebeln
- 600 g Mett
- 2 TL Paprikapulver
- Pfeffer, Salz
- Butterschmalz zum Braten
- 300 g Pizzateig (TK oder selbstgemacht)
- 1 Packung Hochland Sandwich Scheiben mit Gouda

Avocado-Spinat-Frischkäse-Dip:

- 1 Avocado
- ½ Zitrone (Saft)
- 1 Schuss Olivenöl
- 2 Handvoll junger Spinat
- 1 Lauchzwiebel, in Ringe geschnitten

ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Mett mit Paprikapulver und Pfeffer würzen. Die Zwiebelwürfel zum Mett geben und alles mit den Händen verkneten. Aus der Masse zirka 36 kleine Bällchen formen, diese auf einem großen Teller beiseite stellen.
3. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Bällchen ggf. in zwei Portionen ca. 2-4 Minuten unter Schwenken scharf anbraten. Die Bällchen auf Küchenkrepp abtropfen und etwas abkühlen lassen.
4. Den Pizzateig ausrollen und mit den Sandwich Scheiben belegen. Anschließend in 12 Streifen schneiden. Nun die Bällchen mit dem Pizzateig in Wellen umwickeln, sodass der Käse immer auf der Innenseite ist (Teig, Bällchen, Teig, Teig, Bällchen, Teig, Teig, Bällchen, Teig). Pro Spieß 3 Bällchen benutzen. Die fertigen Spieße auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und für ca. 12-15 Minuten in den Ofen schieben.
5. In der Zwischenzeit die Dips zubereiten. Für den Avocado-Spinat-Frischkäse-Dip die Avocado schälen und in Stücke schneiden. In ein hohes Gefäß geben, Zitronensaft, Olivenöl, Spinat und Lauchzwiebelringe dazugeben. Alles salzen & pfeffern und mit einem Pürierstab oder Mixer zu einer glatten Masse pürieren. Frischkäse zugeben und mit einem Löffel unterheben, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.



- 100 g Frischkäse (z.B. Almette Natur)
 - Salz, Pfeffer
6. Für den Joghurt-Curry-Dip alle Zutaten in eine Schüssel geben und verrühren, mit wenig Salz und Zitronensaft abschmecken. Die Mettbällchen-Käse-Spieße direkt aus dem Ofen mit den Dips und Lauchzwiebelgrün servieren.

Joghurt-Curry-Dip:

- 150 g Griechischer Joghurt
- 2 EL Curry-Mango-Sauce
- 1 EL Mayonnaise
- ½ TL Zitronensaft
- 1 TL scharfe Chilisauce
- Salz

Tipp

Die Dips können ganz individuell zubereitet werden. Beispielsweise kann man beim Avocado-Spinat-Frischkäse-Dip auch weniger Spinat nehmen, dafür mehr Frischkäse – oder umgekehrt. Für den Joghurt-Dip eignet sich auch eine Cocktail-Sauce. Wer es nicht scharf mag, lässt die scharfe Chilisauce einfach weg bzw. dosiert vorsichtig.

Das Rezept wurde für Hochland von Bloggerin Katja entwickelt. Dieses und weitere Rezepte sind in ihrem Blog „Stiletos & Sprouts“ unter www.stilletosandsprouts.de zu finden.

Eine Portion (3 Spieße mit Dips) enthält im Durchschnitt

Brennwert: 4245 kJ (1014 kcal)

Kohlenhydrate: 39 g

Fett: 73 g

Eiweiß: 50 g