

# Vegetarische Piroggi mit Süßkartoffeln

Gesamtzeit **37 Min.** 30 Min. Vorbereitungszeit 7 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**4.418 kJ / 1.056 kcal**

Fett: **48 g** Eiweiß: **26 g**  
Kohlenhydrate: **131 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

Für die Teigtaschen:

**200 g** Weizenmehl  
**0,33 TL** Salz  
**1** Eigelb  
**15 g** zerlassene Butter  
**100 ml** heißes Wasser

Für die Füllung:

**180 g** rote Zwiebel  
**3 EL** Rapsöl  
**2 TL** Honig  
**3 EL** Kikkoman natürlich  
gebraute salzreduzierte  
Sojasauce  
**350 g** gekochte und  
gestampfte  
Süßkartoffeln  
**100 g** Feta-Käse, zerbröckelt  
**1** Knoblauchzehe, gepresst  
**0,5 TL** frisch gemahlener  
schwarzer Pfeffer  
**0,5 TL** getrockneter Majoran  
**0,5 TL** getrockneter Thymian  
**Zusätzlich:**  
**20 g** Walnüsse

## ZUBEREITUNG

**Schritt 1**

**200 g** Weizenmehl - **0,33 TL** Salz - **1** Eigelb - **15 g** geschmolzene Butter - **100 ml** heißes Wasser  
Mehl in eine Schüssel geben, Salz, Eigelb, Butter und Wasser hinzufügen. Mit einer Gabel vermengen, dann kneten, bis ein glatter, elastischer Teig entsteht. Die Schüssel mit einem Tuch abdecken und den Teig ruhen lassen, während die Füllung zubereitet wird.

**Schritt 2**

**180 g** rote Zwiebel - **3 EL** Rapsöl - **2 TL** Honig - **3 EL** Kikkoman natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce - **350 g** gekochte und gestampfte Süßkartoffeln - **100 g** Feta-Käse, zerbröckelt - **1** Knoblauchzehe, gepresst - **0,5 TL** frisch gemahlener schwarzer Pfeffer - **0,5 TL** getrockneter Majoran - **0,5 TL** getrockneter Thymian  
Zwiebel würfeln und im erhitzten Öl glasig dünsten. Honig und 1½ EL Kikkoman salzreduzierte Sojasauce hinzufügen und braten, bis die Zwiebel karamellisiert. Die Hälfte der Mischung zu den Süßkartoffeln geben, dann Feta, Knoblauch, Pfeffer, Majoran, Thymian und die restlichen 1½ EL Kikkoman salzreduzierte Sojasauce hinzugeben. Gut vermischen.

**Schritt 3**

**1 TL** Salz

Den Teig ausrollen und mit einem Glas Kreise ausstechen. 1 EL Füllung in die Mitte geben, den Teig zu einem Halbmond falten und die Ränder zusammendrücken. Die Teigtaschen in kochendes Salzwasser geben, warten, bis sie an die

Oberfläche steigen, und dann etwa 4 Minuten weitergaren.

#### **Schritt 4**

**20 g** Walnüsse

Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen und hacken. Die gekochten Teigtaschen mit den Walnüssen bestreuen und mit der Zwiebelmischung servieren.