



Filostave med spinat og feta

Lækre filoruller som er helt perfekte, som mellemmåltid eller som en del af et frokostbord.



Bedøm opskrift



30 min



Apr – Okt



Vegetar

Ingredienser

8 stk

2 fed knust hvidløg

1 **rødløg**

olivenolie

250 g **spinat**

150 g feta eller salatost

4 plade filodej

25 g smør

1 spsk sesamfrø

250 g græsk yoghurt 10%

1 bundte **dild**

Opskrift og styling: Gitte Heidi Rasmussen

Foto: Betina Hastoft

Tilberedning

- 1 Tænd ovnen og stil temperaturen på 210°C.
- 2 Hak hvidløg og rødløg og svits det i lidt olivenolie.
- 3 Kom spinaten ved og steg til det falder sammen.
- 4 Krydr med salt og peber og bland med smuldret feta.
- 5 Del filodejspladen i to aflange firkanter.
- 6 Læg lidt af fyldet i den ene ende, fold siderne ind over fyldet og rul stramt sammen til en lang stav. Læg den på en bageplade, pensl med smeltet smør og drys med sesam.
- 7 Bag dem straks ca. 15 min. til de er gyldne og sprøde.
- 8 Rør yoghurt og hakket dild sammen og smag til med salt og peber.
- 9 Server dippen til de lune filostave.

