

# Schneckenkringel

## Zutaten | 5 Portionen

1 Paket	frischer Blätterteig aus dem Kühlregal (ca. 270g)
300 g	Frischkäse
100 g	Schinkenwürfel
100 g	geriebener Gouda
1	Eigelb

Zubereitungszeit: 15 Min., Backzeit: 15 Min.

## Zubereitung:

- Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.
- Den Blätterteig ausrollen.
- Frischkäse cremig rühren und Schinkenwürfel und geriebenen Gouda unterheben.
- Die Käsemasse gleichmäßig auf dem Blätterteig verstreichen, dabei oben an der langen Seite einen 3 cm breiten Rand lassen.
- Den Blätterteig vorsichtig nach oben aufrollen, die Rolle in ca. 1 cm breite Stücke schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- Ein Eigelb verquirlen und die Schneckenkringel damit bestreichen.
- Die Kringel ca. 15 Minuten im Backofen goldgelb backen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 158 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
578 kcal	48,2 g	17,9 g	19,4 g	254 mg