Teigblätter

Kategorie
Mehlspeisen, Fertigprodukte

Beschreibung

Filoteig
Am bekanntesten in Deutschland ist seine Verwendung wohl als Baklava, der süßen Nachspeise aus dem östlichen Mittelmeerraum. Während der hauchdünne Teig in der Türkei vor allem für süße Teilchen verwendet wird, findet er sich auf manch griechischem Tisch auch herzhaft gefüllt mit Spinat, Käse oder Hackfleisch z. B. Spanakopita.
Die Herstellung von Filoteig, in der fertigen Form im Supermarkt oft auch als Strudelteigblätter bezeichnet, ist eine Aufgabe für geduldige und ruhige Hände. Bis zu zehn Schichten aus Teig werden hauchdünn ausgerollt und anschließend aufeinander gestapelt. Beim Rollen wird Speisestärke verwendet, damit der Teig dabei nicht reißt und schön dünn wird.

Yufkateig
Das türkische Wort yufka bedeutet ursprünglich »dünn«, »zerbrechlich«, »brüchig«. Da sowohl der Yufka-Teig als auch das Yufka-Fladenbrot sehr dünn sein müssen, um als gelungen zu gelten, wurde der Begriff auf beide übertragen. Yufkateig ist eine etwas dickere Variante des Filoteigs. Der klassische Yufka-Teig zur Herstellung von Pasteten und Kuchen besteht wie Yufka-Fladenbrot nur aus Mehl, Wasser und ein wenig Salz. Nach dem Kneten und Ruhen, werden aus den Teig mandarinengroße Bälle geformt. Anschließend wird er dünn ausgerollt. Yufka wird ähnlich wie Filoteig verarbeitet, hauptsächlich zur Herstellung herzhafter (salziger) Backwaren, wie z. B. Börek und Gözleme verwendet.
Der Teig besteht aus Mehl, Wasser sowie etwas Salz und Olivenöl. Beim Blätterteig wird Butter statt Öl verwendet.

Blätterteig
Die Schichten des Blätterteigs (auch Feuilletage genannt) sind wesenlich dicker als die des Filoteigs, zwischen die einzelnen Schichten wird zudem jede Menge Butter eingearbeitet. Während die Teigschichten aufeinander gelegt werden, muss der Blätterteig immer wieder in den Kühlschrank. In der Fachsprache nennt man das mehrfaches Ausrollen und Zusammenschlagen mit Butter Tourieren. Erst dadurch geht der Blätterteig beim Backen in vielen Schichten auf. Das entfällt beim Filoteig. Der Blätterteig sollte dann aber einen Tag ruhen, bevor er zum Endprodukt verarbeitet wird. Insbesondere bei Schweinsohren sollte der Blätterteig »entspannt« sein.Die Filoteig-Blätter werden nach dem Ausrollen mit Butter bestrichen und mit der Füllung in eine Form gestapelt.
Man unterscheidet Blätterteige nach der Art und Weise, in der das Fett eingearbeitet wird:

- Deutscher Blätterteig: die Fettschichten liegen innen, der Grundteig umschließt ihn (enthält nach den Leitsätzen für Feine Backwaren des deutschen Lebensmittelbuches mindestens 62 Kilogramm Butter, Milchfetterzeugnisse oder Margarine oder praktisch wasserfreie Fette, bezogen auf 100 Kilogramm Getreideerzeugnisse)

- Französischer Blätterteig: die Fettschichten umschließen den Grundteig (wird selten angewendet, Vorteil: da das Fett außen liegt, kann der Teig nicht austrocknen oder verkrusten),

- Holländischer Blätterteig: das Fett wird würfelförmig (kühl) in den Teig gearbeitet, ohne Ruhepausen touriert (daher auch: Blitzblätterteig genannt) und vor allem zu Blätterteigböden verarbeitet, da er nicht so gut aufgeht (hochzieht).

Das fertige Gebäck darf nicht nach Fett schmecken. Blätterteiggebäcke sollen splittern und rösch

© 2026 coquina.de

sein und können daher nach dem Backen nicht geschnitten werden. Daher werden sie vor dem Backen portioniert. Holländischer Blätterteig nimmt durch seine kompakte Struktur eine Sonderstellung ein, denn das Gebäck kann nach dem Backen geschnitten werden. Durch diese Kompaktheit sind die Teige für spezielle Gebäcke, wie Prasselkuchen, Tortenböden, Tortendecken, gut geeignet.
Der Unterschied zu Plunderteig besteht darin, dass für den Grundteig keine Backhefe verwendet wird.

Nährwerte von Blätterteig pro 100 g

Kalorien	422
Eiweiß	4,12 g
Fett	32,38 g
Kohlenhydrate	28,82 g
Ballaststoffe	1,06 g

Herkunft

Man vermutet, dass die Blätterteig-Herstellung auf das Osmanische Reich zurück geht.
Yufka zur Herstellung von süßen und salzigen Pasteten und Kuchen ist außer in der Türkei auch in Ländern des Balkans und der Levante weit verbreitet, ebenso die Zubereitung des klassischen Yufka-Fladenbrotes auf einem heißen Blech. In den arabischen Ländern der Region und Israel ist Yufka unter der Bezeichnung »Lafa«, »Tabun«, »Markuk« und »Schrak« bekannt, in Griechenland und Teilen der westlichen Welt als Fyllo- oder Filoteig. Das Wort »Filo« kommt aus dem Griechischen und bedeutet »Blatt«. In der gehobenen europäischen Küche wird er seit den 1990er Jahren zunehmend als Umhüllung für zarte Fleisch- und Fischstücke geschätzt, die so sanft gebraten oder gebacken werden können, wobei der Saft des Bratguts in der Pastete bewahrt bleibt und dieses weich und saftig wird.

Aroma

Blätterteig ist, abhängig vom Eigengeschmack der verwendeten Fette, weitgehend geschmacksneutral und wird meist ohne Zuckerzusatz hergestellt. Dadurch eignet er sich sowohl für süße als auch für herzhafte Gebäcke.

Verwendung

Filoteig und Blätterteig können für Rezepte schwerlich miteinander getauscht werden, da die Blätter beim Backen unterschiedlich reagieren, also aufgehen und sich in ihrer Dicke deutlich unterscheiden. Während der Blätterteig eher fächrig aufgeht, wird Yufka- bzw. Filoteig eher knusprig.
Yufka-Teigblätter sind sehr fragil und trocknen schnell aus. Daher die Packung erst aufreißen, wenn man sie benötigt. Am Besten nimmt man sie einzeln aus der Packung oder legt ein leicht befeuchtetes Baumwolltuch darauf.
Füllen kann man die türkischen Teigblätter nach Belieben mit Fleisch oder Vegetarisch. Mit Käse und Kartoffeln, mit Spinat, mit Mangold und Reis, mit Hackfleisch, mit Lauch und Käse, mit Zucchini, oder vegan mit Linsencreme und Datteln. Übliche Beilagen zu Börek sind Salat und Joghurtcremes.
Yufka-, Filo- und Blätterteig unterscheiden sich, wenn auch minimal. Man kann kein Filoteig, geschweige denn Yufka, statt Blätterteig verwenden und umgekehrt.

Einkauf / Aufbewahrung

Teigblätter werden im gut sortierten Supermarkt und im türkischen Lebensmittelgeschäft angeboten. Die Yufkablätter sind meist gefaltet und in Folie geschweißt. So kann man sie besser transportieren und lagern.
Beim Kauf sollte darauf geachtet werden, dass sich die Packung einfach biegen lässt und sich der Inhalt somit weich anfühlt. Je weicher sich die Teigblätter anfühlen, desto frischer sind sie. Selbst ausgerolltes Yufka legt sich geschmeidig um die Hand wie ein Stück Stoff.
Hervorzuheben sind die frischen Yufka-Teigbläter (taze yufka) aus der Türkei. Sie sind frisch

zubereitet und tiefgefroren. Superweich, geschmeidig und handgefertigt. Man muss sie nur 1 bis 2 Stunden langsam auftauen lassen.
Den Filoteig gibt es meistens in 500 g Packungen sowohl in der Kühltheke als auch in der TK-Abteilung. Den aus der Tiefkühlung sollte man langsam auftauen lassen.

Ersatz

Arabischer Strudelteig

Vorbereitungszeit: 2 Stunde(n)
Zubereitungszeit: 10 Minuten
Zutaten für 16 Stück
225 g Weizenmehl
125 ml Wasser
½ TL Salz
1 EL Olivenöl
100 g Kartoffelmehl zum Ausziehen

Zubereitung

Das Mehl mit Salz mischen und 125 ml Wasser einarbeiten. Das Öl hinzufügen und den Teig kräftig kneten, bis er geschmeidig ist. Je länger man knetet, desto besser lässt er sich später ausziehen. Zugedeckt 2 Stunden bei Zimmertemperatur stehenlassen. Dann in Bällchen teilen und jedes gut durchkneten.
Ein Küchentuch mit etwas Stärkemehl bestreuen und die Teigbällchen darauf nacheinander zu großen, sehr dünnen Fladen auswellen. Übereinanderlegen und jeweils zwischen die einzelnen Teigfladen ein dünnes Tuch legen. Bis zur Weiterverarbeitung bei Zimmertemperatur stehenlassen. Eine darüber gedeckte Plastikfolie schützt die Teiglagen vor dem Austrocknen.

Geschichte

Kulturhistoriker sind sich überwiegend darin einig, dass das Prinzip der Blätterteigherstellung aus dem östlichen Mittelmeerraum stammt und von Teilnehmern der Kreuzzüge in Mitteleuropa bekannt gemacht wurde. Ob es in Altägypten bereits Gebäck aus mehrlagigem Teig gab, ist unklar. Der internationale Begriff Filo für papierdünne Teiglagen ist griechischen Ursprungs. Bereits im 11. Jahrhundert enthält ein türkisches Wörterbuch den Begriff yufka für ein Gebäck, das aus mehrfach gefalteten Teiglagen bestand. Daraus entwickelte sich wahrscheinlich Baklava. Im Laufe der Zeit wurden die Teigschichten immer dünner. Der papierdünne Blätterteig ist vermutlich in der Hofküche des osmanischen Sultans im Topkapı-Palast in Istanbul entstanden. Die Janitscharen erhielten jedes Jahr zu Ramadan im Palast Baklava als Geschenk. Der Marsch zurück in die Kaserne wurde als Baklava-Prozession bezeichnet.
Seit der Zeit der Kreuzzüge wird Blätterteig auch vereinzelt in Europa erwähnt, zum Beispiel 1311 in einem Freibrief des Bischofs von Amiens. Etwa zu dieser Zeit sollen die Mönche der Benediktinerabtei in Cluny das Gebäck schon regelmäßig gegessen haben. Der Rat von Venedig erließ 1525 ein Verbot für bestimmte Luxusspeisen bei Hochzeiten und anderen Familienfesten, darunter auch für Blätterteig. Osmanische Einflüsse wurden bei christlichen Hochzeiten nicht geduldet. Im 16. Jahrhundert tauchen auch Rezepte in europäischen Kochbüchern auf. Marx Rumpolt gibt 1581 eine Anleitung für einen mehrlagigen »Butterteig«, wobei die einzelnen Lagen hauchdünn »wie ein Schleier« sein sollten. Der brandenburgische Hofmediziner Johann Sigismund Elsholtz erwähnt 1682 einen »Bletterkuchen«. Auch der Begriff »touren« für die Teigherstellung war damals schon üblich.

© 2026 coquina.de