

Rezept

Manti

Ein Rezept von Manti, am 20.04.2024

Zutaten

1 EL Butter	400 g Mehl + Mehl zum Arbeiten
Salz	1 Ei
300 g nicht zu fettes Lammfleisch (z.B. Lammkeule ohne Knochen)	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Möhre
1/4 Bund Minze	1/2 Bund Petersilie
2 EL Pinienkerne	1 getrocknete Chilischote
gemahlener Pfeffer	Salz
1 Prise Zimtpulver	1 TL edelsüßes Paprikapulver
300 g Joghurt (am besten aus Schafmilch)	2 Knoblauchzehen
2 EL Butter	Salz
	2 TL edelsüßes Paprikapulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** schwer | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 345 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig Butter zerlassen. Mehl mit Salz in einer Schüssel mischen. Mit Butter, Ei und etwa 150 ml lauwarmem Wasser zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Er soll nicht an den Fingern kleben, dabei auch nicht trocken sein. Wenn es nötig ist, also noch etwas Mehl oder Wasser unterarbeiten. Den Teig zur Kugel formen, ein Küchentuch leicht anfeuchten und darüber decken. Teig ungefähr 30 Minuten in Ruhe lassen.
2. Zeit für die Füllung: Das Fleisch in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel und Möhre schälen und auch grob würfeln. Fleisch mit Zwiebel und Möhre in die Küchenmaschine oder den Mixer geben und fein zerkleinern.
3. Den Knoblauch schälen und zur Fleischmischung pressen. Die Kräuter waschen und trockenschütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Chilischote fein zerkrümeln, Pinienkerne fein hacken. Kräuter mit Chili und Pinienkernen zur Fleischmischung geben. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Zimt würzen und durchkneten, bis die Masse (wie ein Teig) zusammenhält.
4. Teig noch mal durchkneten und auf der mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte schön dünn ausrollen. Teigplatte in Quadrate von 4 cm Länge schneiden. Jeweils 1/2 TL Fleischfüllung in die Mitte der Quadrate setzen. Und jetzt Hütchen formen: Alle Ecken nach oben biegen, so dass sie sich über der Füllung treffen. Jetzt alle Seitenkanten zusammendrücken. Fertig sind die Hütchen. In einem großen Topf viel Wasser aufkochen, salzen.
5. Währenddessen schon mal für die Sauce den Knoblauch schälen und zum Joghurt pressen. Gut verrühren und salzen. Butter in einem kleinen Pfännchen zerlassen und das Paprikapulver einrühren.

6. Teighütchen ins Wasser werfen und etwa 4 Minuten darin sprudelnd kochen lassen. Abgießen, auf vorgewärmten Tellern verteilen. Auf jede Portion etwas Joghurtsauce löffeln und die Paprikabutter darüber laufen lassen. Schnell auf den Tisch stellen, damit die kalte Sauce die heißen Manti nicht zu sehr abkühlt.