

Rezept

Manti mit Joghurtsauce

Ein Rezept von Manti mit Joghurtsauce, am 23.04.2024

Zutaten

400 g Mehl	Salz
10 g Butter	1 Ei (Größe M)
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 kleine Möhre	1/2 Bund Petersilie
1/4 Bund Minze	300 g Lammhackfleisch
Salz	Pfeffer
je 1 TL rosenscharfes und edelsüßes Paprikapulver	2 Knoblauchzehen
300 g Joghurt	Salz
2 EL Butter	1 TL rosenscharfes Paprikapulver
Mehl zum Arbeiten	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig das Mehl mit 1 gestrichenen TL Salz in einer Schüssel mischen. Die Butter zerlassen. Mit Ei und gut 100 ml lauwarmem Wasser in die Schüssel geben und alles mit den Händen zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig in ein Küchentuch hüllen und bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.
2. Inzwischen für die Füllung Zwiebel, Knoblauch und Möhre schälen und sehr fein hacken oder in der Küchenmaschine fein zerkleinern. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Das Lammhackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch, Möhre, Kräutern, Salz, Pfeffer und den beiden Sorten Paprikapulver verkneten.
3. Den Teig mit den Händen noch einmal durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche oder in der Nudelmaschine dünn ausrollen. Den Teig mit dem Messer in ca. 4 x 4 cm große Quadrate schneiden. Jeweils ca. 1/2 TL Füllung daraufgeben. Bei jedem Teigquadrat die vier Teigecken sternförmig nach innen klappen und die Teignähte zusammendrücken.
4. Für die Sauce den Knoblauch schälen und durch die Presse zum Joghurt drücken. Den Joghurt mit Salz würzen. Die Butter zerlassen und das Paprikapulver einrühren.
5. Reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Manti darin in 3-4 Min. bissfest garen. Die Teigtaschen abgießen, abtropfen lassen und auf tiefe Teller verteilen. Jeweils etwas Joghurt über die Manti geben und mit der Paprikabutter beträufeln.