

## Manti

(Türkische Ravioli)

Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.

Ruhen lassen: ca. 1 Std.

Kühl stellen: ca. 30 Min.

ergibt ca. 45 Ravioli

### Ravioliteig

250 g Weissmehl

1 Teelöffel Salz

1 dl Flüssigkeit: 1 frisches Ei mit 2 Esslöffel Öl und ca. 1 Esslöffel Wasser, verklopft

1. Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. 2. Flüssigkeit darunter mischen, zu einem geschmeidigen, elastischen Teig kneten. 3. Zu einer Kugel formen, in einer heiss ausgespülten Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. ruhen lassen.

### Füllung

250 g gehacktes Rindfleisch

1 kleine Zwiebel, fein gehackt

1 Bund glattblättrige Petersilie, fein gehackt

3 Esslöffel Wasser

½ Teelöffel Salz

Pfeffer aus der Mühle

Alles in einer Schüssel von Hand sehr gut mischen, zugedeckt kühl stellen.

**Ravioli formen:** 1. Ravioliteig halbieren, die Hälfte zugedeckt beiseite legen. 2. Die andere Hälfte auf wenig Mehl ca. 2 mm dick, rechteckig auswallen. Dabei den Teig immer wieder von der Arbeitsfläche lösen und diese mit wenig Mehl bestäuben. 3. Teig in ca. 5 cm grosse Quadrate schneiden. 4. Die Hälfte der Füllung in nussgrossen Portionen auf die Quadrate verteilen. 5. Teig diagonal über die Füllung legen, sodass Dreiecke entstehen, Ränder gut andrücken. 6. Ravioli auf ein mit Mehl bestäubtes Backblech legen, ca. 30 Min. kühl stellen. Mit der anderen Teighälfte gleich verfahren.

**Ravioli kochen:** portionenweise im knapp siedenden Salzwasser ca. 6 Min. ziehen lassen.



### Sauce

50 g Butter

1 Teelöffel Paprika

360 g Joghurt nature

1–2 Knoblauchzehen, gepresst  
getrocknete, gemahlene Pfefferminze  
(siehe Hinweis)

1. In der Zwischenzeit die Butter mit dem Paprika in einer Pfanne flüssig werden lassen. 2. Joghurt mit dem Knoblauch verrühren. 3. Beides mit den Ravioli anrichten, Pfefferminze darauf verteilen.

**Hinweis:** getrocknete Pfefferminze ist in türkischen oder arabischen Spezialitätenläden erhältlich. Sie kann nicht durch frische Pfefferminze ersetzt werden.

**Pro Person:** 32 g Fett, 24 g Eiweiss, 49 g Kohlenhydrate, 2432 kJ (581 kcal)

