

Mantis

(raviolis turcs)

Mise en place et préparation: env. 50 min

Temps de repos: env. 1 heure

Mise au frais: env. 30 min

pour env. 45 raviolis

Pâte à raviolis

250 g de farine blanche

1 c. à café de sel

1 dl de liquide: 1 œuf frais avec 2 c. à soupe d'huile et env. 1 c. à soupe d'eau, légèrement battu

1. Mélanger farine et sel dans une terrine. **2.** Incorporer le liquide, pétrir jusqu'à obtenir une pâte souple et élastique. **3.** Façonner en boule, laisser reposer env. 1 heure à couvert à température ambiante dans une terrine rincée à l'eau très chaude.

Farce

250 g de hachis de bœuf

1 petit oignon, finement haché

1 bouquet de persil plat, finement haché

3 c. à soupe d'eau

½ c. à café de sel

poivre du moulin

Bien mélanger tous les ingrédients à la main dans une terrine, réserver au frais à couvert.

Façonnage des raviolis: **1.** partager la pâte en deux, réserver une moitié à couvert. **2.** Abaisser l'autre moitié en rectangle sur un peu de farine, sur env. 2 mm d'épaisseur, en décollant régulièrement l'abaisse du plan de travail et en farinant légèrement ce dernier. **3.** Découper l'abaisse en carrés d'env. 5 cm. **4.** Répartir sur les carrés la moitié de la farce, en tas de la grosseur d'une noix. **5.** Rabattre la pâte en diagonale sur la farce, de manière à obtenir des triangles, bien appuyer pour souder les bords. **6.** Poser les raviolis sur une plaque farinée, réserver env. 30 min au frais. Procéder de même avec l'autre moitié de pâte.

Cuisson des raviolis: pocher par portions env. 6 min dans l'eau salée frémissante.



Sauce

50 g de beurre

1 c. à café de paprika

360 g de yaourt nature

1 ou 2 gousses d'ail, pressées

menthe séchée moulue (voir «Remarque»)

1. Entre-temps, faire fondre le beurre avec le paprika dans une casserole. **2.** Mélanger le yaourt et l'ail. **3.** Dresser le tout avec les raviolis sur les assiettes. Saupoudrer de menthe.

Remarque: la menthe séchée est vendue dans les épiceries turques ou arabes. On ne peut pas la remplacer par de la menthe fraîche.

Par personne: lipides 32g, protéines 24g, glucides 49g, 2432 kJ (581 kcal)

1
Le cœur des raviolis: une farce exquise à base de viande.

2
La pâte doit reposer 1 heure à couvert à température ambiante.

3
Découper l'abaisse en carrés d'env. 5 cm.

4
Rabattre la pâte en diagonale sur la farce et bien presser sur les bords.

5
Maintenant Deniz Bruhin met les raviolis au frais pendant 30 minutes encore.

6
Les mantis sont servis traditionnellement avec une sauce acidulée au yaourt et à l'ail.

