

MANTI MIT JOGURT

Zutaten - Teig

- 250g Weismehl
- 1 TL Salz
- 1 dl Wasser, warm
- 1 Ei

Zutaten - Füllung

- 300g Hackfleisch (Rind oder Lamm)
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 ½ EL getrocknete Pfefferminzblätter, zerstoßen
- ¼ TL [Muskat](#)
- ¼ TL [Kreuzkümmel](#)
- ¼ TL [Zimt](#)
- ¼ TL [Jalapeño rot flocken](#)
- ½ TL Salz

Zutaten - Manti und Jogurtsauce

- Salzwasser, siedend
- 180g Jogurt nature
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 2 Prisen Salz
- [Kubebenpfeffer](#)

Zutaten - Butter Tomatensauce

- Salzwasser, siedend
- 180g Jogurt nature
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 2 Prisen Salz
- [Kubebenpfeffer](#)

Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Wasser und Ei begeben, mischen, ca. 10 Min. zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Zu einer Kugel formen, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. ruhen lassen.

Hackfleisch und alle Zutaten bis und mit Salz in einer Schüssel gut mischen, von Hand gut kneten, bis sich die Zutaten zu einer kompakten Masse verbinden.

Teig portionenweise ca. 2 mm dünn auswallen, in ca. 5 cm grosse Quadrate schneiden. Je 1 TL Füllung in die Mitte der Quadrate geben, Ecken in die Mitte falten, Kanten zusammendrücken, dabei eingeschlossene Luft herausdrücken.

Manti portionenweise im siedenden Salzwasser ca. 10 Min. ziehen lassen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, warm stellen. Jogurt und Knoblauch verrühren, würzen.

Butter in einer Pfanne erwärmen, bis sie leicht nussig schmeckt. Tomatenpüree und Minze begeben, unter Rühren ca. 2 Min. dämpfen. Manti auf einer Platte anrichten, Jogurtsauce und Butter-Tomatensauce darauf verteilen.