

Türkische Mant mit Minz-Joghurt und Gewürz-Butter

Für zwei Personen

Für den Teig:

250 g Weizenmehl, 00 1 Ei 1 TL Salz

Für die Füllung:

250 g Rinderhackfleisch 1 kleine Zwiebel 1 Knoblauchzehe

80 g glatte Petersilie 1 TL Paprikapulver 1 TL Salz

$\frac{1}{2}$ TL schwarzer Pfeffer

Für die Fertigstellung: Salz

Für den Minz-Joghurt:

$\frac{1}{4}$ Knoblauchzehe $\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft 250 g Joghurt, 3,8%

5 Zweige Minze 2 TL Salz

Für die Gewürz-Butter:

100 g Butter 1 TL Tomatenmark 2 TL scharfes Paprikapulver

1 TL Sumach

Für den Teig:

Das Mehl und 110 ml Wasser mit dem Salz und dem Ei vermengen.

Bei Bedarf noch zusätzlich Wasser hinzugeben und Teig kneten, bis er glatt und homogen ist. Anschließend im Kühlschrank mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Füllung:

Petersilie fein hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen, reiben und mit dem Salz, Paprikapulver, Pfeffer, Petersilie und Hackfleisch vermengen.

Für die Fertigstellung:

Den Teig nach ausreichend Ruhezeit vierteln, ausrollen und in 2x2 cm große Quader schneiden. Jeweils ein kleines Stück Fleischmasse auf den Teigplatten verteilen, dann die Spitzen der Vierecke in der Mitte über dem Fleisch pyramidenartig zusammenbringen und die Kanten seitlich verschließen. Anschließend in gesalzenem Wasser für 3 Minuten kochen lassen.

Für den Minz-Joghurt:

Einige Minzblätter für die Garnitur beiseitelegen und restliche Minze fein hacken. Knoblauch abziehen und ganz fein hacken. Zitrone auspressen und Saft mit Joghurt, Minze, Knoblauch und Salz vermengen. Bei Bedarf zusätzlich mit Salz abschmecken.

Für die Gewürz-Butter:

Butter mit Paprikapulver, Sumach und Tomatenmark in einem kleinen Topf langsam erhitzen. Gut verrühren und leicht schaumig köcheln lassen.

Die Manti mit dem Minz-Joghurt vermischen, auf Teller anrichten und großzügig die geschmolzene Gewürz-Butter darüber verteilen. Mit Minzblättern garniert servieren.

Antonie Letizia Tür am 30. Juni 2025