



Mante (Tschetschenische Teigspezialität)

Zutaten für ca. 20 kleine Portionen:

2.5 kg Weizenmehl
8 Eier
3.5 l Wasser
1.25 kg Hackfleisch
1.5 kg Kürbis
250 Gramm Feta
5 Zwiebeln
1 Dose Süssmais
200 ml Öl
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Wasser, Eier, Mehl und Salz in eine Schüssel geben und den Teig herstellen. Den Teig zu Kugeln formen und mit Mehl bestreuen, mit einem Geschirrtuch abdecken und 30 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen Füllung vorbereiten:

½ Carnivor:

Zwiebeln klein schneiden und mit Hackfleisch, Salz und Pfeffer mischen

½ Vegi:

Den Kürbis und die Zwiebeln kleinschneiden und beides in einer Pfanne aufkochen. Den Feta zerbröseln, Süssmais, Salz und Pfeffer dazugeben und alles zu Kürbis und Zwiebeln in die Pfanne geben – nicht mehr weiterkochen lassen.

Den Teig nochmals durchkneten und in ca. 20 Stücke teilen. Jedes Stück auf einer Fläche (mit ein bisschen Mehl) zu einem Kreis ausrollen (ca. 3 – 4 mm dick). Den Kreis zu mehreren Vierecken schneiden und jedes mit ca. 1 EL der Füllung belegen. Zwei gegenüberliegende Ecken zusammenlegen und zusammendrücken, dasselbe mit den zwei restlichen Ecken. Jeden Mante in Öl eintauchen/ bestreichen, damit sie während dem Kochen nicht aneinanderkleben und dann in die Siebeinsätze legen (ca. 3 – 4 cm Abstand lassen). Wasser im Dampfgarer zum kochen bringen (Steamer 100 Grad 45 – 50 Minuten). Sofort servieren.

Zeit: Vorbereitung 2 Std./ Dampfgaren 45 – 55 Minuten

JASS – just a simple scarf | justasimplescarf.ch | tel: 078 790 00 89 | mail: kontakt@justasimplescarf.ch