MARLEY SPOON



Manti mit Babyspinat und pochiertem Ei

mit Safranbutter, Kräutern und Pistazien

20-30min 4 Portionen

Manti sind mit Fleisch oder Linsen gefüllte Teigtaschen, die in der Türkei als Spezialität gelten. Unsere Teigtaschen mit Rindfleischfüllung werden mit Babyspinat, pochiertem Ei, aromatischer Safranbutter, frischen Kräutern und knackigen Pistazien serviert. Dieses Rezept der Extraklasse vereint raffinierte Handwerkskunst mit einem Hauch Luxus – perfekt für besondere Genussmomente. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 4 Bio-Eier [1]
- 20g Schnittlauch & Dill
- 30g Pistazienkerne [5]
- 800g Manti mit Fleischfüllung [1,2]
- 2 Becher Joghurt [3]
- 2 Pck. Za'atar-Gewürzmischung [4]
- 200g Babyspinat (ungewaschen)
- 2 Pck. Safran

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter [3]
- Salz und Pfeffer
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- großer Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- Messbecher
- Schaumkelle
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Sesamsamen** (4), **Schalenfrüchte** (5).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse

Nährwertangaben pro Portion
Energie 851kcal, Fett 35.6g, Kohlenhydrate 95.8g, Eiweiß 34.0g



1. Kräuter vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser mit 2EL hellem Essig für die **Eier** zum Kochen bringen. Inzwischen den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden. Die **Dillspitzen** abzupfen.



2. Pistazien hacken

Die **Pistazien** grob hacken.



3. Sauce zubereiten

In einem zweiten großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Manti** zum Kochen bringen. Den **Joghurt** und die **Gewürzmischung** mit 2TL Wasser zu einer **Sauce** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Eier pochieren

Die Hitzezufuhr für den Topf mit dem kochenden Essigwasser reduzieren. Die **Eier** einzeln aufschlagen, in das heiße Wasser gleiten lassen und ca. 3Min. pochieren, bis das **Eiweiß** fest und das **Eigelb** noch flüssig ist. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.



5. Manti kochen

Die **Manti** in den zweiten Topf mit kochendem Wasser geben und bei mittlerer Hitze in 6–9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher **150ml Kochwasser** abschöpfen, dann die **Manti** in ein Sieb abgießen. Die **Manti** im Topf mit dem **Spinat** und dem **Kochwasser** vermengen, bis der **Spinat** zusammenfällt. Abgedeckt warm halten.



6. Safranbutter zubereiten

In einem kleinen Topf 4EL Butter bei niedriger Hitze schmelzen. Den Topf vom Herd nehmen und den **Safran** gut mit der Butter verrühren. Mit 1 kräftigen Prise Salz würzen. Die **Manti** mit den **pochierten Eiern** auf Tellern anrichten und nach Belieben mit der **Joghurtsauce** und der **Safranbutter** beträufeln. Mit den **Kräutern** und den **Pistazien** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**