



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

## Tatarische Suppe

Tatar Çorbasi



1 EL Mehl  
1 Teeglas Öl  
1 EL Tomatenmark  
11 Gläser Wasser  
1 ½ KL Salz  
1 ½ KL trockene Minze  
1 Glas Joghurt  
Für den Teig:  
2 Gläser Mehl  
1 Ei  
½ KL Salz  
Aufnehmbare Menge lauwarmes Wasser  
Für die Füllung:  
100 g Hackfleisch  
1 kleine Zwiebel  
3 EL Öl  
½ KL Pfeffer  
½ KL Salz

# Zuerst wird der Teig zubereitet. In eine tiefe Schale 1 ½ Gläser Mehl geben, die Mitte freilegen, das Ei einschlagen, Salz hinzugeben und zusammen mit lauwarmem Wasser und ½ Glas gesiebtes Mehl einen mittelfesten Teig kneten.

# Den Teig zugedeckt eine halbe Stunde ruhen lassen, währenddessen die Füllung zubereiten. In einer Teflonpfanne Öl erhitzen und fein gehackte Zwiebel weichdünsten, danach das Hackfleisch hinzugeben und in eigener Flüssigkeit braten, Salz und Pfeffer einstreuen und vom Herd nehmen.

# Nach einer halben Stunde Ruhezeit den Teig in zwei gleichgroße Stücke aufteilen, jedes Teigstück mit dem Nudelholz dünn ausrollen. Die eine Hälfte des Teiges erbsengroße Hackfleischfüllung mit fingerbreitem Abstand belegen und die andere Hälfte auf die belegte Hälfte überschlagen.

# So dass die Hackfleischkügelchen in der Mitte bleiben zu Rouletts formen oder mit dem Messer Quadrate ausschneiden.

# Die gefüllte Teigstücke ein wenig zum ruhen lassen. In einen Topf einen Teeglas Öl erhitzen und Mehl anbraten bis der mehliges Geruch entweicht. Tomatenmark und Minze hinzugeben und einige Male umrühren.

# Auf diese Mischung 10 Gläser warmes Wasser vorsichtig einfüllen, 1 ½ KL Salz hinzugeben, sobald es anfängt zu kochen die Teigstücke hineinlegen.

# Währenddessen Joghurt und ein Glas Wasser mit dem Schneebesen verrühren, von der Suppe einen Schöpflöffel in diese Joghurtmischung geben. Wenn die Teigstücke auf der Wasseroberfläche schwimmen, dann die Joghurt-Mischung hinzugeben und weitere 5 Minuten kochen und vom Herd nehmen.

**Tipp:** Tatarsuppe sollte kurz vor dem Servieren zubereitet werden, denn wenn die Teigstücke zu lange in der Suppenflüssigkeit verweilen, dann gehen sie auf und die Füllung kann austreten.