



Pelmeni – Nudeltaschen mit Hackfüllung

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Schwierig



Zutaten

für 4 Portionen

Weizenmehl, Type 405	280 g
Eier	1 St.
Salz	
Wasser	75 ml
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Rinderhackfleisch	250 g
Paniermehl	1 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Gemüsebrühe	1 L
Schnittlauch, frisch	10 g
saure Sahne	100 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf

1. In einer Schüssel Mehl, Ei, Salz und Wasser verkneten, bei Bedarf esslöffelweise mehr Wasser zufügen. Teig auf wenig Mehl so lange kneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Zugedeckt ca. 30 Min. kühl stellen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.
3. In einer Schüssel Zwiebel und Petersilie mit Hackfleisch und Paniermehl verkneten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Teig portionsweise auf wenig Mehl dünn ausrollen. Etwa 16 Kreise (ca. 10 cm Ø) ausstechen und die Ränder dünn mit Wasser bestreichen. Jeweils etwas Hackfüllung daraufgeben, Teig darüber zu einem Halbkreis zusammenklappen und Ränder mit einer Gabel gut festdrücken. Pelmeni nebeneinander auf ein mit Mehl bestäubtes Brett setzen und mit einem Küchentuch zudecken, bis alle vorbereitet sind.
5. In einem Topf Gemüsebrühe aufkochen. Pelmeni darin portionsweise zugedeckt ca. 5 Min. gar ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.
6. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein hacken. Pelmeni aus der Brühe nehmen und auf Teller verteilen. Jeweils etwas Brühe, einen Klecks saure Sahne und Schnittlauch daraufgeben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	470 kcal
Kohlenhydrate	62 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	13 g