

Ποντιακά II: Μαντί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo: one-wok.blogspot.gr

της Λεονί Σταφυλά

Παίρνω ένα μικρό τετράγωνο κομμάτι φύλλο. («Μήπως δεν έπρεπε να επενδύσω τόσα πολλά σ' αυτή την ιστορία;»). Βάζω μισή κουταλιά κιμά και το κλείνω σαν μικροσκοπικό πουγκάκι. («Ναι, αλλά αν δεν το είχα κάνει, δεν θα ησύχαζα ποτέ»). Βρέχω λίγο τα δάχτυλά μου και κλείνω καλά το σημείο που ενώνονται οι άκρες του φύλλου. («Και αν αποτύχω;»). Ακουμπάω τα πουγκάκια απαλά, το ένα δίπλα στο άλλο στο βουτυρωμένο ταψί. («Τουλάχιστον θα το έχω προσπαθήσει»).

Ατελείωτες οι ερωτήσεις που κάνω στον εαυτό μου, ατελείωτα και τα μαντί που πρέπει να γίνουν, μέχρι να ολοκληρωθεί η ψυχοθεραπευτική διαδικασία. Δεν το κάνω συχνά, αλλά όταν τα πράγματα έχουν φτάσει στο απροχώρητο, όταν η ένταση χτυπάει κόκκινο, τα μαντί, τα μικρά γεμιστά ζυμαρικά που φτιάχνονται από τον Πόντο μέχρι την Καπαδοκία, είναι μια κάποια λύση. Πιστέψτε με, χαλαρωτική

και αποτελεσματική! Δεν θα πω ψέματα, δεν είναι εύκολο φαγητό. Όχι γιατί έχει ιδιαίτερη δυσκολία στην παρασκευή του, αλλά γιατί απαιτεί ώρες, υπομονή και λεπτοδουλειά. Είπαμε, τα μαντί που μου αρέσουν είναι πολύ μικρά. Δείτε το όμως και αλλιώς: Αν, μετά από δυο ώρες ρουτινιάρικου γεμίσματος ζυμαρικών στο τραπέζι της κουζίνας, καταφέρετε να τα βρείτε με τον εαυτό σας; Αξία ανεκτίμητη!

Μαντί

Για το ζυμαρικό:

- **2 φλιτζάνια αλεύρι για όλες τις χρήσεις και λίγο ακόμη για πασπάλισμα**
- **1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι**
- **2 αυγά ελαφρώς χτυπημένα**
- **1 κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο**
- **½ φλιτζάνι κρύο γάλα**
- **2 φλιτζάνια ζωμό (κότας ή αρνιού)**

Για τη γέμιση:

- **250 γρ. κιμά από αρνί**
- **1 ψιλοκομμένο κρεμμύδι**
- **¼ φλιτζανιού ψιλοκομμένο μαϊντανό**
- **αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι**

Για τη σάλτσα γιαουρτιού:

- **1 και 2/3 φλιτζάνια γιαούρτι**
- **4 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες**
- **αλάτι**

Για το σερβίρισμα:

- **5 κουταλιές της σούπας ανάλατο βούτυρο**
- **1 κουταλάκι σουμάκ**
- **½ κουταλάκι πάπρικα**
- **1 κουταλάκι ξερό δυόσμο**

Τα ζυμαρικά

Κοσκινίζετε το αλεύρι και το αλάτι σε ένα μεγάλο μπολ. Κάνετε μια τρύπα στο κέντρο και προσθέστε τα αυγά, το λάδι και το γάλα και ανακατεύετε καλά. Αδειάστε το μίγμα σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια και ζυμώστε για περίπου 8 λεπτά, αλευρώνοντας τα χέρια σας μέχρι το ζυμάρι για να μην κολλάει. Σκεπάστε τη ζύμη με ένα υγρό πανί και αφήστε την περίπου 45 λεπτά.

Η γέμιση

Ζυμώνετε τον κιμά, το κρεμμύδι και τον μαϊντανό σε ένα μικρό μπολ. Αλατοπιπερώνετε, σκεπάζετε το μπολ και το αφήνετε στο ψυγείο. Βγάζετε τη ζύμη σε μια αλευρωμένη επιφάνεια και ανοίξτε όσο πιο λεπτό φύλλο γίνεται με τον πλάστη (αν υπάρχει μηχανή για ζυμαρικά, όλα γίνονται απλούστερα). Κόβετε το φύλλο σε μικρά ισομεγέθη τετράγωνα (ένα κουπ πατ βοηθάει).



Photo: one-wok.blogspot.gr

Βάζετε μισό κουταλάκι του γλυκού σε κάθε τετράγωνο ζύμης και είτε πιέζετε όλες τις γωνίες μαζί να γίνει σαν “βαρκούλα” είτε το κλείνετε σαν πουγκί - προσοχή πρέπει να είναι μικρά. Βρέχετε λίγο τα δάχτυλα για να κολλήσει το φύλλο στο σημείο που κλείνει.

Βάζετε τα μαντί σε ένα βουτυρωμένο βαθύ ταψί, σε μια στρώση. Τα ψήνετε στους 200ο περίπου 15 λεπτά, μέχρι να αρχίσουν να αρπάζουν. Τα βγάζετε το ταψί και τα περιχύνετε με τον ζωμό που έχετε ζεστάνει. Χαμηλώνετε τη θερμοκρασία στους

160 και ψήνετε για άλλη μισή ώρα ακόμη ή και παραπάνω αν χρειάζεται. (Πριν τα βγάλετε δοκιμάστε ένα για να σιγουρευτείτε ότι ψήθηκε ο κιμάς - την έχω πατήσει και δεν τρωγόταν).

Σε ένα μικρό κατσαρολάκι λιώνετε το βούτυρο και ανακατεύετε την πάπρικα, το σουμάκ και τον δυόσμο. Με τρυπητή κουτάλα βγάζετε τα μαντί σε ζεστή πιατέλα. Ανακατεύετε το γιαούρτι με το σκόρδο και το αλάτι, το αραιώνετε με λίγο ζωμό από το ταψί και περιχύνετε τα μαντί. Από πάνω περιχύνετε το βούτυρο με τα αρωματικά.

Υ.Γ.: Έχω δοκιμάσει διάφορες συνταγές για μαντί. Αυτή προέρχεται από το τούρκικο βιβλίο μαγειρικής "[The Sultan's Kitchen](#)" και είναι η αγαπημένη μου. Εάν έχετε ανάγκη ψυχοθεραπείας σε φάση που δεν έχετε στο πρόγραμμα κάποιο τραπέζι, μην ανησυχείτε. Φτιάξτε τα μαντί σας και βάλτε τα στην κατάψυξη για αργότερα (στην αρχή πάνω σε δίσκο στρωμένο με αντικολλητικό χαρτί και όταν παγώσουν τα μεταφέρετε σε σακούλα). Τα ξεπαγώνετε πάνω σε πετσέτα για να μην κολλήσουν μεταξύ τους.

Υ.Γ. 2: Όση προτίμηση τρέφω για τα ποντιακά Μαντί άλλη τόση για την [τάρτα με κιμά](#) που έφτιαχνε παλιά, και κρατώ ακόμη τη συνταγή, η Καλλίστη της οδού Ασκληπιού.

Πηγή: bostanistas.gr