

# Gefüllte Teigtaschen von Froghuddin Sayedy

---

Von Newsdesk

22. Juli 2019, 12:03

Kochbuch





VON

FROGHU

SAYED

AFGHANISTAN

# GEFÜLLT TEIGTASCH



60  
Min.



15  
Pers.

## Zutaten Soße mit Kidneybohnen:

700 g Kidneybohnen ohne Flüssigkeit  
100 ml Öl  
150 g Zwiebeln  
200 g Tomaten  
15 g Ingwer  
2 EL Tomatenmark  
20 g Salz

## Zutaten

7  
2 Würf  
2 Päck

## Zutaten Joghurtsoße:

1,5 kg Joghurt  
Saft von 3 Zitronen  
30 g Knoblauch  
7 EL Zucker oder Puderzucker

1/2 kg

## Zutaten

2

Prise Salz

---



## Zubereitung:

### Teigtaschen:

- Mehl mit Wasser verrühren, sodass keine Klumpen entstehen. Danach die anderen Zutaten (bis auf Lauch und Frühlingszwiebeln) nach und nach hinzufügen und zu einem glatten Teig kneten. Teig mindestens eine halbe bis Dreiviertelstunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit Frühlingszwiebeln

eine Knoblauchzehen fein hacken, danach den Knoblauchsaft hinzugeben. Mit Zucker und

### Soße mit Kidneybohnen

- Öl in einer Pfanne erhitzen, die in kleine Stücke geschnittene Zwiebeln hinzugeben und

und Lauch klein schneiden und mit Butter und Salz andünsten.

- Teig in kleine Kreise ausrollen und zur Hälfte mit Lauch füllen. Andere Hälfte umklappen und am Rand festdrücken. Teigtaschen leicht mit Mehl bestäuben und in gesalzenem Wasser etwa 10 Minuten kochen.

### **Joghurtsoße:**

- Zuerst den Knoblauch in kleine Scheiben schneiden oder durch

Tomatenmark  
Ingwerstücke  
abschmecke  
köcheln lassen  
aus der Dose  
nochmals 12  
köcheln lassen

- In der Zwischenzeit  
klein schneiden  
anbraten.