



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

---

## SOSYETE MANTISI

300 gr kıyma  
3 adet yufka  
1 adet soğan  
3-4 diş sarımsak  
500 gr yoğurt  
tuz  
karabiber  
kırmızı biber  
nane  
1-2 çorba kaşığı sıvıyağ  
temiz bir tülbent

Soğanı pembeleştirin,içine kıymayı ekleyip kavurun. İçine tuz ve karabiber ekleyin. Soğumaya bırakın. Üç yufkayı aralarını sıvıyağla yağlayarak üstüste koyun. En üste hazırladığınız kıymalı harcı yayıp bir uçtan başlayarak rulo yapın. Temiz ve renksiz (sırf bu iş için kullanılan) tülbentin üzerine hazırladığınız ruloyu koyup, bir de tülbente sarın.Tülbentin iki ucunu bir araya getirip bağlayın. Simit gibi olsun. Büyük bir tencerede su kaynatın. Tülbente sarılı mantınızı suya bırakın . Kaynasın. Pişince bir süzgece koyup süzün . Süzülen mantıyı dikkatlice tülbentten çıkarıp servis tabağına alın. Üzerine yoğurt dökün, nane ve k. biber kızdırın,üzerine gezdirin. Dilimleyerek servis yapın.

[ML® Yağ Mantısı için tıklayın](#)