



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## MANTI

500 gr. un  
500 gr. az yağlı kıyma  
2 adet yumurta sarısı  
1 kilo yoğurt  
5-6 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı margarin  
Yeterince kırmızıbiber, tuz

Genişçe bir kaptan unun ortasını açın, bir tutam tuz serpin ve azar azar su ilave ederek katıca bir hamur yapın. Hamurun ne çok kaskatı ne de çok yumuşak olmalıdır. Hamurdan bezeler yaparak, bunları teker teker, hazır yufkadan daha kalınca olarak açın. Diğer tarafta içine az karabiber karıştırılıp hafifçe yoğurulmuş kıyma hazırlayın. Kıymadan kopardığınız fındık iriliğinde parçaları ikişer parmak arıyla açtığınız yufkanın üzerine koyun. İkinci yufkayı bunun üstüne kapayıp, kareler halinde kesin. İsterseniz tek yufkanın kıymasına üçgen şeklinde de kapatabilirsiniz. Mantılar hazır olunca kaynayan suya atarak 15 dakika pişirip süzgeçle alın. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve biberli yağ koyarak servis edin.

[ML® Tembел Mantısı için tıklayın](#)

[ML® Tembел Mantısı \(görsel\)](#)

---