



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## NOHUTLU MANTI (HAZIR MANTIDAN)

### MALZEMELER

4 su bardağı et suyu (bulyon da olabilir) (1 lt)  
1 su bardağı haslanmış nohut (konserve de olabilir)  
300 gr hazır mantı  
1 su bardağı konserve doğranmış domates  
2 adet sivri biber (halka kesilmiş)  
2 çorba kasığı tereyağı  
Kuru nane  
Tuz, karabiber, kırmızı biber  
1 çorba kasığı domates salçası  
2 çorba kasığı su  
Arzuya bağlı olarak sarımsaklı yoğurt

### YAPILIŞI

Mantıları 4 bardak et suyunda, hafif diri kalacak şekilde haşlayın. Mantılarına haslanmış nohut, doğranmış domates ve halka doğranmış sivri biberleri ilave edip 5 dk daha pişirin. Tuz ve karabiberle tatlandırın. Tereyağı, nane ve kırmızı biberi bir kaptan beraberce kızdırın. 2 çorba kasığı suda salçayı eritip ilave edin; bir iki dakika daha ateste tutup, pişmiş mantılarının üzerinde gezdirin. Dilerseniz mantının üzerine sarımsaklı yoğurt da döküp servis yapabilirsiniz.