



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVUNYA MANTISI (ÇANAKKALE)

<http://www.ebruomurcali.com.tr>

1 paket filiz erişte
Yarım tavuk
1 su bardağı nohut
2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet kuru soğan
1 tatlı kaşığı domates salçası
2 adet domates
Tuz, karabiber

Tavuğu 8 su bardağı suda haşlayın, suyunu kullanmak üzere ayırın.
Nohutu akşamdan ıslatın ve ertesi gün tavuk suyunda yumuşayıncaya kadar haşlayın.
İnce kıyılmış soğanı tereyağında kavurun.
Salça ve domatesi ekleyerek 10 dakika soteleyin.
Haşlanmış tavuk etleri ve nohutları 1 su bardağı tavuk suyu ile beraber soğanlara ekleyin ve kısık ateşte yarım saat pişirin.
Baharatını serpin ve süzölmüş erişteyle harmanlayarak servis yapın.

Erişte Hazırlanışı:

5 lt. suyu kaynatın.

Tuzunu ekleyerek karıştırın.

Kaynayan suya eriştelere ilave edin, kapağı açık olarak tekrar kaynamaya bırakın ve arada sırada karıştırın.

Arada sırada kontrol ederek 8 - 10 dakika haşlayın.

Haşlanan erişteyi süzün.

Not: Avunya, (Ağunya, Agonya) Çanakkale'nin Yenice ilçesinden Balıkesir'in Gönen ilçesine kadar olan ve Kazdağları'nın arkasındaki bölgeye verilen isim. Avunya bugünkü Kayatepe eski adıyla Engeci olan köyden başlamaktadır. Bunun için oraya Avunya kapı adı da verilmektedir. Yörenin Avunya Mantısı ve halısı ünlüdür. Hazırlanışigeleneksel tarifinde erişte yerine hamur un, tuz ve suyla yoğurularak hazırlanır. Hazırlanan hamur yufka şeklinde açılır ve ince uzun şeritler kesilerek fırın tepsisine yerleştirilir. Üzerine zeytinyağı gezdirilerek harmanlanır ve fırında ara sıra karıştırılarak kızartılır. Hazırlanan sos ile karıştırılarak servis yapılır. Yemeğinizi hazırlarken tavuk yerine kuşbaşı et de kullanabilirsiniz. Arzu ederseniz servis yaparken sarımsaklı yoğurtla sunabilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:137822 • adı:Avunya Mantısı (Çanakkale) • gönderen:barış savar • indirme tarihi:06.04.2025 - 08:59