



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AVUNYA MANTISI (ERİŞTEDEN)

MALZEMELER

1/2 Kg Eriste
1 Kase Nohut
2 Çorba Kasığı tereyağı
250 gr Kusbasi Et
1 Adet Sogan
1 Adet Domates
2 Su Bardağı Yoğurt
3 Dis Sarmisak
Tuz, Karabiber
Kirmizibiber

YAPILIŞ TARİFİ

Eristeyi tuzlu suda haslayın. Tepsiyeye yayıp, önceden isitilmiş 200 dereceli fırında 10 dakika tutun. Gecedan islattığınız nohutları haslayın. 1 çorba kasığı tereyağını tavaya alın. Eriyince yemeklik doğranmış soğan ile eti tavaya ekleyin.

Domatesi küp küp doğrayıp tavaya alın. Tuzunu ve karabiberi ayarlayın.

Firından aldığınız eristelerin üzerine eti yayın. Dövmüş sarmisakla yogurdu karıştırıp, dökün. Kalan 1 çorba kasığı tereyağında kirmizibiberi yayın. Mantinin üzerine gezdirip servis yapın.