



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BODRUM MANTISI

Hamuru için:

1 adet yumurta
3 su bardağı un
½ su bardağı su
1 çay kaşığı tuz

İçi için:

300 gram kıyma
1 adet orta boy soğan
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

Üzeri için:

1 kase süzme yoğurt
2 diş sarımsak

Sosu için:

3 yemek kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı biber salçası
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
1 çay kaşığı kuru nane
½ çay kaşığı karabiber
½ çay kaşığı tuz

Üzeri için, süzme yoğurdun içine sarımsağı rendeleyin ve karıştırın.

Sos için, tereyağını tavada eritin ve kızdırın. Kızan tereyağına biber ve domates salçasını ekleyip kokusu çıkana kadar kavurun. Salçayı kavurduktan sonra baharatları da ekleyip, sosu ocaktan alın.

İçi için, soğanı rendeleyin ve suyunu sıkın. Suyunu sıktığınız soğanların üzerine kıymayı, tuz ve karabiberi koyup yoğurun.

Hamur için, derin bir yoğurma kabına unu eleyin ve üzerine tuzu serpin. Unun içine çukur açıp içine yumurtayı kırın ve suyu ekleyin. Elinize yapışmayacak kıvama gelene kadar yoğurun.

Yoğurduğunuz hamuru eşit bezelere ayırın ve dinlendirin.

Her bir bezeyi büyük bir yuvarlak olacak şekilde açın.

Açtığınız hamuru dikey ve yatay şekillerde kesip küçük kareler elde edin.

Her bir karenin ortasına hazırladığınız kıyma karışımından koyun.

Kıymayı koyduktan sonra hamur karelerini her bir uçtan karşılıklı gelecek şekilde kapatın ve bohça şekli elde edin.

Bir tavaya zeytinyağı dökün ve kızdırın.

Kızdırdığınız zeytinyağının içinde hazırladığınız mantıları kızartın.

Mantılar kızardıktan sonra servis tabağına alın.

Kızaran mantıların üzerine yoğurt döküp üzerine sosu da ekleyip servis edin.



© lezzetler.com tarif no:162990 • adı:Bodrum Mantisı • gönderen:Doctor • indirme tarihi:07.04.2025 - 20:58