



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

JIAOZİ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Hamuru için :
2.5 su bardağı un
Yarım su bardağı su
İç harcı için :
200 gram kıyma
5 adet taze soğan (ince doğranmış)
1 adet havuç (çok küçük küpler halinde doğranmış)
1,5 yemek kaşığı soya sosu
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı zencefil
1 diş sarımsak (rendelenmiş)

Yoğurma kabına un, su ve tuzu ekleyip güzelce yoğurun ve sert bir hamur elde edin, 30 dk dinlendirin. Hamur dinlenirken o sırada kıymanın içerisine sarımsak ,ince doğranmış taze soğan ve çok küçük küpler halinde doğranmış havuçları ekleyin. Üzerine soya sosu, çok az yağ, karabiber ve zencefili ekleyip yoğurun. Hamurdan bir avuç dolusu koparıp beze yapın ve açın (pişmesi için hamur ince olacak)
Geniş ağızlı bir bardak yardımıyla yuvarlak olacağına şekilde kesin, ortasına 1 tatlı kaşığı harçtan ekleyin. Yuvarlağın bir yarısına parmağınızın ucunu su ile ıslatarak sürün ve üst üste gelecek şekilde diğer ucunu katlayın.

Burgu şeklini verdiğiniz mantılarınızı az yağ eklenmiş tavada bir yüzünü kızartın.

Hamurunuz kızardıktan sonra mantılarınızın yarısına gelecek şekilde kaynar su ekleyin ve kapağı kapalı 8-10 dk kadar pişirin. En son soya sos ile servis edin.

