



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİN MANTISI

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

Hamur için:

2 su bardağı un

3/4 su bardağı ılık su

1 çay kaşığı tuz

İç harcı için:

200 gram kıyma veya doğranmış tavuk

1 su bardağı ince doğranmış lahana

2 yemek kaşığı ince doğranmış taze soğan

1 tatlı kaşığı rendelenmiş zencefil

1 diş rendelenmiş sarımsak

1 yemek kaşığı soya sosu

1 tatlı kaşığı susam yağı

Tuz ve karabiber

Sos için:

2 yemek kaşığı soya sosu

1 tatlı kaşığı sirke (pirinç sirkesi tercih edilir)

1 tatlı kaşığı susam yağı

1 çay kaşığı kırmızı pul biber

Geniş bir kaba unu ve tuzu koyun.

Ilık suyu yavaş yavaş ekleyerek yumuşak bir hamur elde edene kadar yoğurun.

Üzerini nemli bir bezle kapatarak 20-30 dakika dinlendirin.

Bir kaseye kıyma veya tavuk, lahana, taze soğan, zencefil ve sarımsağı koyun.

Üzerine soya sosu, susam yağı, tuz ve karabiber ekleyerek iyice karıştırın.

Dinlenen hamuru ince bir şekilde açarak küçük yuvarlaklar (yaklaşık 8-10 cm çapında) kesin.

Her yuvarlağın ortasına 1 tatlı kaşığı kadar iç harç koyun.

Hamurun kenarlarını ortada birleştirerek sıkıca kapatın.

Buhar tenceresine pişirme kağıdı veya hafif yağlı bir bez serin.

Mantıları birbirine değmeyecek şekilde dizin.

Tencerenin alt kısmına su koyarak mantıları 10-12 dakika kadar buharda pişirin.

Küçük bir kasede soya sosu, sirke, susam yağı ve kırmızı pul biberi karıştırarak sosu hazırlayın.

Buharda pişen Çin mantılarını sıcak şekilde servis edin.



© lezzetler.com tarif no:181470 • adı:Çin Mantısı • gönderen:dolu • indirme tarihi:19.04.2025 - 16:09