



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CINGILLI MANTI

5 bardak un
3 adet yumurta
1 su bardağı su
25 gr. margarin
2 adet tavuk budu
1 adet kuru soğan
Tuz

Bir tencerede tavuk butlarını kuru soğanı ayıklayıp, 8 bardak suda ilave ederek güzelce yumuşayınca kadar pişiriniz. Butlar yumuşadığında tuz atınız.

3 bardak un, 3 adet yumurta, 1 bardak su ve tuzu da atarak katı bir hamur hazırlayınız. Gerektiğinde az, az su ekleyip yoğurmaya devam ediniz. Hamurdan yumurta kadar bezeler yapınız.

Bezelerin altına ve üstüne un serpiniz. Oklavanızla bıçak sırtının kalınlığında yufkalar açınız. Temiz bezin üzerine koyup biraz kurumasını sağlamak üzere bekletiniz.

Yufkanın birisine altını üstünü unlayıp gevşekçe oklavanıza sarınız. Oklavayı aradan çekip çıkarınız. Daha sonra bu yufkayı ince, ince kesiniz. Yufkanız açıldığında uzunca şerit olmuş olacak.sana margarinı eritelim Hamur parçalarınızla harman ediniz. Üzerlerine bastırmayarak genişçe tepsi içerisine diziniz. Yaklaşık 200 derece sıcaklıktaki fırınıınızda hamurları pembeleşinceye kadar pişiriniz. Zaman, zaman hamurları tepsi içerisinde karıştırınız.

Haşlanan tavuk etlerini tiftiniz. Tavuk suyunun kaynar halde kalmasını sağlayınız. Fırından hamurları aldığınız anda üstüne kaynar tavuk suyu gezdiriniz. Tifttiğiniz tavuk etlerini de ilave ediniz ve servis yapınız.