



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKMEK MANTISI

- 1 adet ekmeđ
- 2 adet yumurta
- 1 demet maydanoz
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 tane kuru soğan
- 50 gr tereyağı
- 1 su bardağı yoğurt
- 1 diş sarımsak

Bütün malzemeleri bir kaba koyup iyice yoğuruyoruz. Çiğ köfte sıkır gibi şekil veriyoruz. Kızgın yağda kızartıyoruz. Üzerine sarımsaklı yoğurt yapıp döküyoruz. Üzerine tereyağı ile kırmızı biberi yakıp nane ekleyip gezdiriyoruz.