



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ MANTI

Vedat Başaran

200 gr. dana kıyması  
500 gr. un  
100 gr. yoğurt  
50 gr. tereyağı  
1 tatlı kaşığı kuru nane  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 tatlı kaşığı kekik  
1 yumurta  
1 tatlı kaşığı acısız kırmızı toz biber  
1 adet soğan  
2 diş sarmısak  
1 adet limon  
¼ demet maydanoz  
Tuz  
Karabiber / Arzuya göre  
½ su bardağı zeytinyağı

Unu mermer tezgahın üstüne boşaltın. Ortasını açıp, yarım yemek kaşığı tuz ilave edin. Yumurtayı kırıp, 1 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 tatlı kaşığı limon suyu, çeyrek bardak su katın. Yumurtanın sarısını dağıtarak unu ortaya doğru çekerek yavaş yavaş karıştırın. Karışımı ezerek yoğurun. Hamur haline getirdikten sonra 6-7 dakika daha yoğurmaya devam edin. Silindir şeklindeki hamuru 4 eşit parçaya bölüp, parçaları elinizle ezip, yassılaştırın. Üstlerine nemli bir bez örtterek yarım saat dinlendirin. Kıymayı geniş ve derin bir kabın içine boşaltın. Soğanı küçük parçalar halinde kesip iyice kıyın. Yarım tatlı kaşığı tuz serpip yedirdikten sonra da kıymaya katın. Maydanozu ince ince kıyıp kıymaya ilave edin. 1 tatlı kaşığı tuz, biraz da karabiber ekip kıymayı ezerek iyice karıştırın.

Tezgaha biraz un serpip, hamuru unlayın. Merdane ile yuvarlak şeklini muhafaza etmek için sürekli çevirerek, 2 mm 2.5 milim kalınlığında yufka şeklinde açın.

Yufkaları tek tek tezgahın üzerine yayıp boylamasına ve enlemesine 3 - 4 cm.lik kareler oluşturacak şekilde kesin. Her bir karenin ortasına hazırladığınız harcı koyup köşelerini birleştirerek bohça şeklinde kapatın.

Mantıları tepsiye dizip önceden 200 C derecede kızdırılmış fırında 20 dakika pişirin.

Bir kabın içinde tereyağını eritin. 1 tatlı kaşığı kuru nane, 1 tatlı kaşığı acısız kırmızı toz biber, 1 yemek kaşığı biber salçası koyup, 2 dakika karıştırarak pişirin. 2 adet iri diş sarmısağı dövüp ezin. Yoğurdu, geniş bir kabın içinde karıştırarak sulandırıp sarmısağı ilave edin

Pişen mantıları, fırından çıkarın. Bir tencereye 1.5 litre su, 1 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 tatlı kaşığı tuz koyup kaynatın. Su iyice kaynadıktan sonra mantıları azar azar kaynar suya atıp 8 dakika haşlayın. Haşlanan mantıları süzgece alıp suyunu süzün. Bir tavaya 2 yemek kaşığı zeytin yağı koyup kızdırın. Mantıları kızgın yağda şöyle bir çevirip servis tabağına aktarın. Sarmısaklı yoğurdu üstüne dökün ve tereyağlı baharatlı sosu üstünde gezdirin.