



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ MANTARLI KİŞ

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

Hamur:

1 paket Dr. Oetker Glutensiz Sade Un Karışımı

150 g oda sıcaklığında tereyağı

2 yemek kaşığı yoğurt

0,5 çay kaşığı tuz

1 yumurta akı

Dolgu:

500 g mantar

3 yumurta

1 yumurta sarısı

0,5 su bardağı süt

0,5 çay kaşığı tuz

2 yemek kaşığı sıvı yağ

1,5 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

0,5 demet dereotu

0,5 çay kaşığı karabiber

Kalıp:

6 adet pişirme kalıbı (Ø 14 cm)

Mantarları yıkayıp suyunu iyice süzün, 2-3 mm kalınlığında dilimleyip tavaya alın. Orta ateşte arada karıştırarak pişirin. Suyunu tamamen çekince ocaktan alıp bir tabağa dökün ve soğumaya bırakın. 3 yumurta, 1 yumurta sarısı, süt, tuz, karabiber ve sıvı yağı bir çırpma kabına alın ve el çırpıcısı ile 2 dakika çırpın. Rendelenmiş kaşar peyniri ve dereotunu ilave edip kaşık ile karıştırın. Üzerine soğuyan mantarları ilave edin ve karıştırın. Sade un karışımını derin bir kaba alın. Üzerine tereyağı, yoğurt, tuz ve yumurta akını ilave edip yoğurun. Üzerini kapatıp buzdolabında 15 dakika bekletin.

Fırın kaplarını tereyağı ile yağlayın. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Alt-üst pişirme: 170 °C

Turbo pişirme: 160 °C

Hamuru 6 eşit parçaya bölün. Her birini eliniz ile hafifçe bastırarak kalıpların taban ve yanlarını kaplayacak şekilde yayın. Mantarlı karışımı hamurların üzerine paylaştırın ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 25 - 30 dakika

Fırından çıkarıp ılık servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:169457 • adı:Glutensiz Mantarlı Kiş • gönderen:Gül • indirme tarihi:04.05.2025 - 09:16