



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## GÜL MANTI

500 gr. un  
2 yumurta  
Tuz  
Biraz ılık su  
İÇİ:  
250 gr. kıyma  
1 adet çok ince kıyılmış soğan  
Tuz  
Karabiber  
ÜSTÜ:  
4 su bardağı yoğurt  
3 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı tereyağı  
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber  
2,5 su bardağı soğuk et suyu

Kıyma, elde ince kıyılmış soğan, tuz, karabiber bir kaptaki karıştırılır. Un hamur kabında elenir, ortası açılır içine yumurta ve tuz konup azar azar su ilave ile sert bir hamur yapılır/Bezeler ayrılır. Üzeri ıslak bez ile örtülerek 1 saat dinlendirilir. Oklavayla bezeler açılır. Çay bardağı yardımı ile daireler kesilip yan yana ve üst üste gelecek şekilde üç parça konur. Üzerine bir çay kaşığı dolusu kıyma konur, rulo sarılıp ortadan ikiye kesilir ve gül şekli verilerek yağlanmış tepsiye dizilir. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 20 dakika pişirilir. Fırından çıkar çıkmaz üzerine soğuk et suyu dökülüp tekrar fırına konur ve kapatılır. 10 dakika fırının içinde tutulur. Bu sırada et suyunun çekmesi sağlanır, fırından alınır, servis tabağına sarımsaklı yoğurt konur, üzerine mantılar yerleştirilir. Daha sonra kırmızı biberle yağ gezdirilir, nane serpilerek servis yapılır.