



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HAMSİ MANTISI

- 1 kg. hamsi
- 1 tutam taze soğan
- 1 tutam maydanoz
- 1 tutam dereotu
- 1 adet yeşil biber
- 1 adet kuru soğan
- 1 diş sarımsak
- 1 adet yumurta
- 3 yemek kaşığı mısır unu
- 2 yemek kaşığı un
- 1 çay kaşığı Tuz
- 1 çay kaşığı Karabiber
- 5 yemek kaşığı sana klasik yağ

Hamsiyi açıp kılçıklarını çıkarın. İç harcı için karıştırma kabına ince doğranmış maydanoz, dereotu, taze soğan, biber, rendelenmiş kuru soğan, sarımsak, mısır unu ve buğday ununu alarak karıştırın. Tuzunu ve baharatını ayarlayın. Hamsilerin içine bu harçtan koyarak sarın. Fırın kabına dizin. Üzerine sana klasik yağı küp küp keserek koyun. Daha sonra yarım çay bardağı kadar da sıcak su ekleyip fırında pişirin.



Fotoğraf "Saadet" tarafından gönderildi. 09.11.2014