



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMUR LOKMA MANTISI

1 paket çabuk maya
1,5 su bardağı su
1 ay kaşığı eker
2 ay kaşığı tuz
2 su bardağı un
Kızartma yağı
Üzeri için:
1 kase yoğurt
2 diş sarımsak
4 orba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı pul biber

Maya, su ve şeker karıştırılır. Üzerine tuz ve un ilave edilir. Cıvık bir hamur olması gerekir. Hamurun üzeri kapatılır, yarım saat kadar dinlendirilir. Sonra tavaya bol yağ konur. Bir tatlı kaşığı yardımıyla hamurlar bırakılır. Altın rengi kızartılır, servis tabağına konur. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve biberle yakılmış sıvıyağ bırakılarak servise sunulur.