



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HANGEL (KARS)

Yaprak mantının hamuru mayasızdır. Hamur hemen yapılır ve açılır. Yufka şeklinde ince açılan hamur, küçük kareler biçiminde kesilir. Daha önceden kaynatılan suya yaprak mantılar atılarak pisirilir. Üzerine soğan, yağ bazen 'de salçayla ateste kavrulmuş sos dökülür. Sarımsaklı yoğurtla lezzetli olur.



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 05.02.2016