



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## HENGEL (AĞRI)

500 gram un  
Tuz  
Aldığı kadar su  
Sosu için:  
1 kase kurut ya da yoğurt  
3-4 diş sarımsak  
Tereyağı  
2 adet kuru soğan

Unu eleyerek yoğurma kabına alın.  
Tuzu da una ilave edin.  
Azar azar ılık su ekleyerek hamuru yoğurmaya başlayın.  
Mantı hamuru kıvamına geldiğinde 15 dakika kadar dinlendirin.  
Dinlenen hamuru bezelere ayırıp açın.  
Yufkaları üç parmak genişliğinde kareler halinde kesin.  
Ardından kareleri ikiye bölüp üçgen haline getirin.  
Bir tencerede su kaynatıp içine tuz ilave edin.  
Hamurları bu suda haşlayın.  
Diğer yanda soğanı ince ince doğrayın.  
Tereyağını tavada kızdırıp soğanları yağda kavurun.  
Varsa ezdiğiniz kurutu yoksa yoğurdu sarımsakla karıştırın.  
Sudan aldığınız hamurların üzerine sarımsaklı yoğurt ve soğan ilave edin.  
Sıcak servis edin.

