



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HİNGEL

Aysu Gevrekçi

4 su bardağı un
1.5 su bardağı su
1 çay kaşığı tuz
4 adet patates
Pul biber
5 kaşık tereyağı

Öncelikle patateslerimizi haşlıyoruz ve soğutuyoruz. Bu işlem bittikten sonra patateslerimizi hiç pütür kalmayacak şekilde eziyoruz ve isteğe göre 1 yada 2 çay kaşığı pul biber ve tuz ekliyoruz. Daha sonra hamurumuzu yoğuruyoruz. Bezelere ayırdığımız hamuru tek tek açıp etli mantı gibi patatesli içle dolduruyoruz. İşlemimiz bitince tencerede hazırladığımız kaynar suya atıyoruz patatesli mantılarımızı. Haşlama işlemi bittikten sonra süzgece alıp mantılarımızı tabaklara servis ediyoruz.

