



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HINGEL

İhtiyacınız kadar kıyma
1 büyük boy soğan (rendelenmiş)
Doğranmış yarım demet maydanoz (arzuya bağlı)
Tuz
Karabiber
Mantı (hingel) hamuru:
3 su bardağı un
1 yumurta
Bir tatlı kaşığı tuz
Aldığı kadar su
Mantı (hingel) sosu:
Yoğurt
Sarımsak
Kırmızı biber
Nane, sumak (isteğe bağlı)
Tereyağı

Una bir yumurta kırın, su ile kıvamına gelene kadar bir hamur yoğurun. Sonra hamuru oklava ile 5mm kadar, çok ince açın. Hamuru, üzerine hafif un serpiştirilmiş geniş bir kesme tahtasına alın, veya masa üzerinde yapın. Büyük daire şeklinde açtığınız hamuru, bıçak ile enlemesine ve sonra boylamasına yaklaşık 3-4 santim aralıklarla kesin. Sonuçta hamur 3-4cm kareler şeklinde kesilmiş olur.

Kare şeklinde olmayan ve kenarlarda kalan parçaları, ortalarından büzerek, fiyonk makarna şeklinde hazırlayın ve içleri boş olarak pişirmek üzere kenara koyun.

Kıymaya tuz ve karabiber ekleyin. Yıkayıp doğradığınız maydanoz ve ince doğranmış soğan ile karıştırıp, (soğanı kavurmayın) mantının içini hazırlayın.

Bir tencere suya tuz ekleyip, ateşte kaynatın. Diğer taraftan kıyma karışımını küçük parçalar halinde kestiğiniz hamur karelerine tek tek yerleştirin. Mantı tanelerini üçgen şekli alacak şekilde uzak köşelerinden birleştirip, kenarlarını sıkıca kapatın, hafif un serpilmiş bir tepside biriktirin.

Mantı tanelerini kaynayan suyun içine bırakın ve orta ateşte yaklaşık 15 dakika pişirin. Mantı pişmeye başlayınca, bir tane alıp şişip şişmediğini kontrol edin. Sonra açılmamasına dikkat ederek, süzgeç yardımı ile pişirme suyundan süzerek alın.

Ayıklanıp, dövülmüş sarımsağı yoğurt ile karıştırın. Karışımı, tüm mantı yemeğini içine alabilecek genişlikte bir kaba yayın.

Tavada tereyağını kızdırın, süzdüğünüz mantının üzerine az az gezdirin. Şimdi mantıyı, içinde yoğurtlu sarımsak olan geniş kaba ekleyin ve karıştırın. En son bir tavada tereyağını eritip, içine arzu edilen miktarda kırmızı biber ekleyin. Kırmızı biber yanıp, kararmadan önce, tavayı ateşten alın ve yoğurtlu mantı üzerine gezdirin. Sıcak servis yapın.

Not: Mantıyı tencereden süzüp alarak, tabaklara belli bir miktar koyup, servis yapıp, yoğurt ve tereyağını herkesin arzusuna göre sonra tabakların üzerine ekleyebilirsiniz. Ayrıca damak tadınıza göre, mantıya nane ve sumak ilave edebilirsiniz. Not: Öncelikle "mantı" ve "hingel" isimlerini araştıralım. Birçok yerde hingel (hinkel) denildiğinde, hamurun içindeki malzeme patatesten oluşur gibi tarif edilir. Oysa hingel ile mantı arasındaki yegane fark, hingelin parçalarının mantıya nazaran, daha büyük yapılmasıdır. Hingel veya mantı içi'ni nasıl kullanacağınız tamamen damak tadınıza bağlıdır. İster kıymalı, ister patatesli, ister ispanaklı, veya bunların bir karışımı da olabilir, bu size kalmış. Biz aşağıdaki tarifte kıyma kullandık. Eğer patatesli yapmak istiyorsanız, kıyma yerine aynı tarif için patates kullanabilirsiniz.

Patates kullanırsanız, patatesleri soyup haşlayın, sonra ezin, içine altta belirtilen malzemeleri ekleyin ve bu şekilde kullanın. Pişerken dağılmasınlar diye, patatesleri püre olacak gibi haşlamak yerine, biraz daha çiğ bırakırsanız, daha iyi netice alırsınız.



© lezzetler.com tarif no:136410 • adı:Hingel • gönderen:zekai • indirme tarihi:07.04.2025 - 00:31