



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HINGEL (SİVAS)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

2 Yumurta
1 Su Bardağı Su
Tuz
2 Yemek Kaşığı Tereyağı
2 Su Bardağı Yoğurt
2 Diş Sarımsak
İçi için:
3 Orta Boy Patates (Haşlanmış, ezilmiş)
1 Orta Boy Soğan (İnce doğranmış)
Tuz
Kırmızıbiber
Karabiber

Su, yumurta ve tuzu katılarak biraz katıca hamur yoğrulur. Yapılan yumaklar 1 mm kalınlığında yufka açılır. 2 cm boyunda kareler şeklinde kesilen yufkanın ortasına iç konularak kenarlarından bastırılarak üçgen şeklinde kapatılır. Kaynar suda, tuz ilavesiyle haşlanır, süzildükten sonra sarımsaklı yoğurt katılır ve üzerine kızdırılmış tereyağı ekilerek sofraya getirilir. Patatesli hingel yoğurtsuz da hazırlanabilir. Kıymalı iç ile yapılmışsa mutlaka yoğurt katılır.

Not: Patates yerine; kıyma, tuz, kırmızıbiber, doğranmış soğan ve maydanoz karışımıyla yapılan iç kullanılarak yapılanına Yapma Sübürâsı denir. Yapma Sübürâsı arzuya göre biraz suluca da süzülebilir. Aynı şekilde, sarımsaklı yoğurt katılıp, tereyağı ekilerek sofraya getirilir.

