



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

İÇİ BOŞ MANTI

3 yufka
2 orba kaşığı tereyağı
1 su bardađı et ya da tavuk suyu
3 diř sarımsak
1 su bardađı yođurt
Kırmızı pul biber

Yufkanın birini rulo şeklinde sıkıca sarın. Tepsiye dizin. Diđer yufkaları daha aynı şekilde hazırlayın. 200 derecedeki fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. zerine 1 orba kaşığı tereyağı gezdirin, ardından sıcak et suyunu döküp 5 dakika daha fırınlayın. Yođurda sarımsakları rendeleyin. Servis tabağına aldığınız kızarmış yufkaların üzerine gezdirin. Bir orba kaşığı tereyağını eritip içine pul biber ekleyip yakın, üzerine gezdirin.
