



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI AVUNYA MANTISI

Sahrap Soysal

- 3 adet hazır yufka
- 2 su bardağı konserve nohut
- 2 adet orta boy kuru soğan
- 100-150 gr orta yağlı dana kıyma
- 2 adet yeşil sivri biber
- ½ yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı domates salçası (acı biber salçası da kullanabilirsiniz)
- 5-6 su bardağı tavuk ya da et suyu
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı kırmızı pul biber
- 500 gr yoğurt
- 4 diş sarımsak

Zeytinyağını orta boy bir tencerede kızdırın. Çok ince yemeklik doğranmış soğanlarla beraber incecik halka doğranmış yeşil biberleri ilave edip karıştırarak 2-3 dakika kavurun.

Sonra kıymayı ekleyin ve orta ısı ateşte, sürekli karıştırarak 4-5 dakika daha kavurun. Salçayı da ekleyip orta ısı ateşte karıştırarak 1-2 dakika daha kavurmaya devam edin.

Sıcak tavuk veya et suyunu süzdüğünüz konserve nohutları da tencereye aktarın tuz, kırmızı pul biber ve karabiberi serpiştirerek kaynamaya bırakın. Yemek kaynamaya başlayınca altını kısın ve 15-20 dakika daha pişirip ocağın altından alın.

Diğer taraftan yufkaların her birini ayrı ayrı tezgaha serin. Yufkaların biber ucundan başlayarak sıkıca sarı rulo haline getirin. Sonra da keskin bir bıçakla ince ince kesin. Böylece ince uzun hamur şeritler elde edebilirsiniz. Bu arada fırın tepsisini 2-3 yemek kaşığı sıvı yağla iyice yağlayın. Hazırladığınız uzun makarna gibi hamur şeritlerini tepsiye karıştırarak yayın.

Fırını 175 derece alt-üst konuma getirip 5 dakika önceden ısıtın. Sıcak fırında şerit hamurları, iyice sararıp, hafif kahverengileşinceye kadar en az 45 dakika pişirin.

Çıkarın ve geniş bir servis tabağına aktarın. Üzerine sıcak haldeki kıymalı nohutu aktarın. Bir tepsiyle üzerini 10 dakika kapatın. En üste sarımsaklı yoğurdu gezdirin. İsterseniz salçalı sosla süsleyip servise sunun.