



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY MANTI

Hamuru için:

1 yumurta

Bir tutam tuz

Su

3 su bardağı un

İçi için:

200 gram kıyma

1 adet soğan

Pul biber

Tuz

Üzeri için:

200 gram yoğurt

1-2 diş sarımsak

Yarım yemek kaşığı salça

Toz biber

Hamur için hazırladığınız malzemeleri geniş bir kaba aktarın. Elinize yapışmayacak şekilde hamurunuzu yoğurun ve sonra bir süre dinlendirin.

Soğanı incecik doğrayın ve iç malzemelerin tümünü bir kaptan birleştirip, karıştırın.

Hamuru uzunlamasına kesin. Şeritlerin iç kısımlarına kıymalı harçtan ekleyin.

Hamur şeritlerini katlayın ve kenarlarını sıkıca bastırın.

Manti şeritlerini istediğiniz boyutlarda kesin ve kaynayan suya bırakın. 10 dakika pişirdikten sonra süzgeç yardımıyla geniş bir servis tabağına alın.

Sarımsakları incecik kıyıp, yoğurtla karıştırın. Salçayı yağda kavurun, üstüne toz biber ilave edin.

Yoğurdu mantının üzerine gezdirin ve son olarak salçalı karışımı da ekleyip, mantınızı servis edin.



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 13.09.2022