



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KROTON MANTISI

4 adet kare milföy hamuru

250 gr kıyma

3 çorba kaşığı sıvıyağ

1 tatlı kaşığı tuz

Üzeri için:

1 kase yoğurt

1 kahve fincanı su

1 çay kaşığı tuz

2 diş sarımsak

En üst için:

1 kahve fincanı sıvıyağ

1 tatlı kaşığı pul biber

Milföy hamurları yağlı kağıt serilmiş tepsinin üzerine konur, ruletle 1 santimlik minik karelere kesilir. 190 derece fırında kızarana kadar pişirilir. Tavaya sıvıyağ konur, kıyma eklenir, tuz serpilir. karıştırarak suyunu bırakıp çekene kadar kavrulur. Pişen minik hamur parçaları tanelenerek servis tabağına konur. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve kızdırılmış pul biber gezdirilir.
