



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MANTI BÖREK

- 1 yumurta
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 su bardağı süt
- 3 su bardağı un
- 1 çay kaşığı tuz
- İçi için :
  - 100 gram kıyma
  - 1 soğan
- Üzeri için:
  - 1 su bardağı yoğurt
  - 1 çorba kaşığı tereyağı

Hamuru için öncelikle un, süt ve yumurtayı bir kabın içinde karıştırıp yoğurun. Tuzunu da ekleyip sert bir hamur yapın. Hamuru açıp büyük kareler halinde kesin. İç malzemesi için kıyma ve rendelenmiş soğanı, tuz ve karabiberle tatlandırın. Bu iç malzemeyi biraz sulandırıp açtığınız yufkaların içlerine paylaşın. Paçanga böreği yapar gibi 2 parmak eninde katlayıp fırın tepsisine dizin. Suyu kaynatıp tuz ekleyin. Bu suyu 2 bardak olarak tepsideki böreklerin üzerine dökün. 200 derecedeki fırında 20 dakika pişirin. Daha sonra tereyağını eritip üzerine gezdirin. 5 dakika da tereyağı ile birlikte pişirin. Tepsiyi çıkartıp üzerine iyice çırpılmış yoğurdu gezdirin. İstenirse yoğurdun içine sarımsak ve nane konulabilir.

---