



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTI

Un, su ve tuz ile, bazen de yumurtalı hazırlanan basit bir hamurun açılıp türlü şekillerde kesilip katlanarak içinin bir harç ile doldurulması ve suda haşlanması pek çok ülke mutfağında olan bir gelenek. Ancak Orta Asya'dan neredeyse tüm yönlerde dağılan bu geleneğin kökeninde mantı olduğu söylenebilir. Manti bu bağlamda Asya'dan Anadolu'ya uzanan bir kültür köprüsü gibidir. Günümüzde çoğu kez sarımsaklı yoğurtlu olarak yenir, üzerine kırmızıbiber ile erimiş tereyağı gezdirilince lezzeti tamamlanır.

Bölgelere göre çok çeşitleri vardır, haşlama dışında fırında da yapılabilir. Manti tek başına bir öğündür, sofrada mantı olunca başka yemek aranmaz.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 13.02.2024