



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTI (KARAMAN)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Un 7 kahve fincanı
Su 1 kahve fincanı
Yumurta 2 adet
Tuz 1 çorba kaşığı
İçi için:
Kıyma 200 gr.
Margarin 1 çorba kaşığı
Soğan 3 adet
Tuz
Karabiber
Maydanoz 1 tutam
Üzeri için:
Margarin 4 çorba kaşığı
Kırmızıbiber 1 tatlı kaşığı
Yoğurt 250 gr.

Un, su, 2 adet yumurta ve tuz bir kaptaki bir hamur halinde yoğrulur ve 1 saat dinlenmeye bırakılır. Bir saat sonra hamuru hafifçe unlayarak bıçak sırtı inceliğine gelinceye kadar hamuru açarak büyütmelidir. Sonra hamur 3'er cm'lik parçalara kesilir.

İçi için; kıyma, rendelenmiş soğan, tuz, karabiber ve ince kıyılmış maydanoz iyice yoğrulur. Önceden hazırlanan iç hamur parçalarına eşit olarak bölünür. Kare kesilmiş hamurun 4 ucu da üst kısımda birleştirilip sıkılır. (yapışma sağlanmalıdır). Hazırlanan mantılar yan yana tepsiye dizilir, fırına sürerek 25 dakika pişirilir. Sonra kaynayan 6 bardak suda, az kuvvetteki ateşte pişirilir. Hamurlar suyunu çekince tabağa alıp, sırasıyla kızdırılmış margarin, çirpılmış yoğurt ve sonra da az kızdırılmış ve içine kırmızı biber katılmış tereyağı dökülür.

