



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## MANTI MAKARNA

1 paket mantı makarna  
750 gram yoğurt  
5 diş sarımsak (orta büyüklükte)  
İsteğe göre nane  
İsteğe göre tuz  
Bir miktar zeytinyağı

Önce geniş bir tencereye su koyun ve kaynamaya bırakın. Su kaynarken biz diğer işlerimizi halledelim. Sarımsakları bir kaptaki iyice ezin. Ezilen sarımsakların üzerine yoğurdu ekleyin. İsteğe göre yoğurt karışımımıza tuz ekleyin. Makarnaları kaynayan suya atın ve pişirin. Ardından pişen makarnaları süzerek geniş bir kaba alın. Makarnaların üzerine yoğurt karışımımızı ekleyin. Tüm bunları yaptıktan sonra sıra yemeğimizin üzerine güzel bir sos hazırlamaya geldi. Tavaya sıvı yağı koyun. İsteğinize göre nane ve pul biber ekleyin. Yağı kızdırdıktan sonra yemeğimizin üzerine yayarak dökün. İşte bu kadar basit. Süre iyi ayarlanırsa en fazla 20 dakikanızı alacaktır.