



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTI

Hamuru için:

6 su bardağı un

3 adet yumurta

İki buçuk su bardağı soğuk su

Tuz

İçi için:

200 gram kıyma

1 adet küçük boy soğan

Yarım demet maydanoz

Tuz, karabiber

Haşlamak için:

6 su bardağı su

Tuz

Üzeri için:

3 su bardağı yoğurt

4-5 diş dövülmüş sarımsak

2 çorba kaşığı tereyağı

1 çay kaşığı toz biber

Hamuru için, unu bir kaba eleyin ve ortasını havuz şeklinde açın. Yumurtaları, suyu ve tuzu koyarak sert bir hamur elde edene kadar yoğurun. Hamuru 4 bezeye ayırın ve yarım saat dinlenmeye bırakın. Derin bir kabın içinde kıyma, rendelenmiş soğan, ince kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiberi karıştırarak iç harcı hazırlayın. Her bir bezeyi yufka büyüklüğünde açın. Yufkaları önce enine sonra boyuna küçük kare parçalar elde edecek şekilde kesin. Kestiğiniz küçük karelerin ortasına parmağınızla kıymalı harçtan koyup, karelerin 4 köşesini birleştirerek kapatın (üçgen de yapabilirsiniz). Mantıları tuzlu kaynar suda haşlayıp süzün. Servis tabağına alıp, üzerine sarımsaklı yoğurt dökün. Yağda kızdırılmış toz kırmızıbiber gezdirerek sıcak servis yapın.

