



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTI

www.sefabdullahusta.com

3 su bardağı un
1 yumurta
Yarım bardaktan bir az fazla su
Tuz
300 gr. kıyma
Küçük boy soğan
Tuz
Karabiber
Salça
Yoğurt
4-5 diş sıramsak

Unu derince bir kaba alın. Ortasını havuz şeklinde açın, ortasına yumurtayı tuzu ekleyin ve azar azar undan alarak yoğurmaya başlayın. Bu sırada yavaş yavaş su ilave edin. Unutmayın mantı hamuru sert olur o yüzden suyun en azından yarısını azar azar ilave edin. Yeterli gelirse geri kalan suyu eklemeyebilirsiniz. Kulak memesi kıvamından daha sert bir kıvamda bir hamur elde edin ve dinlenmeye bırakın. Bu sırada iç harcını yapmaya başlayın. Kıymanın üzerine soğanı rendeleyin. Tuzu, karabiberi ve az miktarda salçayı ekleyin ve yoğurun (salça isteğinize bağlı). Dinlenen hamuru açabileceğiniz büyüklükte bezelere ayırın ve çok ince olmamak kaydıyla 1-2 cm kalınlığında açın. Küçük kareler şeklinde kesin ve içlerine küçük parçalar halinde kıymalı harçtan yerleştirin. İçlerini kıymayla doldurduğunuz mantıları üçgen şeklinde kapatın. Biriktirdiğiniz tepsinin altına un serpin ki yapışmasın (ayrıca mantıların üzerlerine de un serpin ki birbirine yapışmasın). Mantıları yaptıktan sonra tuzlu suda haşlayın. Haşlandıktan sonra çıkarıp soğumaya bırakın. Mantılar soğuduktan sonra rendelenmiş sarımsakla karıştırdığınız yoğurdun içine atın ve ezmeden karıştırın. Üzerine yağda kırmızı biber ve nane yakarak ve salçalı sosla servis yapabilirsiniz.

