



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTI

Hamuru için:

2.5 su bardağı un

1 çay kaşığı tuz

1 su bardağı süt

İçi için:

200 gram kıyma

1 adet soğan

Tuz, karabiber

Üzeri için:

1 su bardağı yoğurt

2 diş sarımsak

1 çorba kaşığı tereyağı

Kırmızı pul biber ve nane

Hamuru yapmak için derin bir kabın içine, unu, tuzu koyup yavaşça sütü ekleyip sert bir hamur yapın. (Manti hamuru sert olmalıdır ki pişerken dağılıp bozulmasın ve lezzetli olsun.)

Hamuru 30 dakika dinlendirin. Sonra unlanmış tezgahta oklava yardımıyla ince açın. 2 cm'lik uzun şeritler kesin. Aralarına un serperek şeritleri üst üste koyun ve kareler halinde kesip elinizle dağıtın. Kıyma, rendelenmiş soğan ve karabiberle içi hazırlayın. Hamurların içine parmağınızın ucuyla kıymalı içten koyup uçlarını ortada biriktirin. Hepsini bitince tencereye 4 bardak su koyup kaynatın ve tuz ekleyin. Bu suya mantıları 15 dakika haşlayın. Mantıları delikli bir kepçe yardımıyla servis tabağına alın, üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirin. Tereyağlı kırmızı biber sosunu da döküp neneyle süsleyerek servise sunun.
