



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEKLİ MANTI

Milli Eğitim Bakanlığı

Hamuru için:

3 su bardağı un

Su

1 yumurta

Tuz

İçi için:

1 su bardağı yeşil mercimek (önceden ıslatılmış)

Tuz

Karabiber

Sosu için:

4 su bardağı yoğurt

4-5 diş sarımsak

1 çay bardağı sıvı yağ

Kırmızıbiber

Un elenir.

Elenmiş unun ortası açılır; yumurta, su, tuz eklenir, kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edene kadar yoğrulur.

Hamurdan yumurta büyüklüğünde bezeler hazırlanır üzeri nemli bezle örtülür ve 20 dakika dinlendirilir.

Bu arada ıslatılmış mercimekler iyice pişene kadar haşlanır.

Mercimekler süzildükten sonra tuz ve karabiber eklenir ve iyice karıştırılır.

Bezeler unlanmış bir zeminde ince bir şekilde açılır.

Açılan hamurlar 2 cm'lik kareler halinde kesilir.

Karelerin ortasına hazırlanan iç malzemesi konulup mantı şeklinde sıkıca kapatılır.

Hazırlanan mantılar yağlanmış bir tepsiye dizilir, ocak üzerinde ya da fırında kızartılır.

Bir tencereye bolca su konup içine sıvı yağ ve tuz eklenir kaynatılır.

Mantıları tencereye aktarılıp yumuşayana kadar haşlanır.

Haşlanan mantılar kevgir ile servis tabağına alınır.

Sarımsaklar tuzla ezilerek yoğurda ilave edilir ve iyice karıştırılır.

Mantıların üzerine sarımsaklı yoğurt ilave edilir.

Bir tavada yağ kızdırılır, kırmızıbiber eklenir.

Hazırlanan yağ, mantının üzerine gezdirilerek servis edilir.



© lezzetler.com tarif no:145773 • adi:Mercimekli Manti • gönderen:ay ışığı • indirme tarihi:19.04.2024 - 17:33