



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU MANTI (İZMİR-SEFERİHİSAR)

1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz
Yeteri kadar un
İç i için:
1 su bardağı haşlanmış nohut
1 çay kaşığı tuz
Kızartma yağı
Üzeri için:
Sarımsaklı Yoğurt
Yağ
Pul biber

Hamur malzemesi yoğrulur, yarım saat dinlendirilir. Sonra iki parçaya bölünür. Her parça olabildiğince ince açılır. Kibrit kutusu kadar kare parçalara kesilir. Nohut ezilir, biraz tuzla karıştırılır. Yeteri kadar hamur parçasının kenarına konur ve rulo yapılır, kenarlarına bastırılır. Yağda pembe renkte kızartılır. Sonra kaynayan tuzlu suda 1-2 dakika tutulur ve servis tabağına çıkarılır. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve yağda yakılmış pul biber gezdirilir.