



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU YOĞURT MANTISI

- 1 su bardağı nohut
- 3 su bardağı un
- 1 adet yumurta
- 1 çorba kaşığı margarin
- 1 adet soğan
- 2 su bardağı yoğurt
- 3 diş sarımsak
- 1 çay tuz, karabiber
- Yeteri kadar su
- 1 tatlı kaşığı salça
- 1 çorba kaşığı margarin

Un, yumurta ve suyu kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edene kadar yoğurun. Hamuru 3 eşit parçaya ayırıp, elinizle yuvarlayın ve üzerini nemli bir bezle örterek 15 dakika dinlendirin. Bu arada bir gece öncesinden suda beklettiğiniz nohutu haşlayın ve süzün. Haşlanmış nohutu blenderden geçirin ve bir kenara alın. Margarinle ince kıyılmış soğanı hafifçe pembeleşene kadar soteleyin. Nohut, tuz ve karabiber ilave edip, karıştırın. Ocağın altını kapatıp, soğumaya bırakın. Dinlenmiş hamurları 2 mm kalınlığında açın. Açtığınız hamurları 3 cm kare olacak şekilde kesin. Karelerin ortasına nohutlu karışımdan koyun ve hamurları önce üçgen şeklinde kapatın. Sonra da iki ucunu birleştirerek kavuşturun. Kaynamış tuzlu suda hamur yumuşayana kadar haşlayın ve kevgirle servis tabağına alın. Yoğurt ve sarımsağı karıştırıp, nohutlu mantının üzerine dökün. Eritilmiş margarinde salçayı çevirin ve mantının üzerine gezdirin.

