



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATESLİ HİNGEL

Hamur için:

2 bardak un

1 bardaktan biraz az ılık su

Tuz

İçi için:

2 haşlanmış patates

Tuz

Baharatlar

Una su ve tuzu ekleyip elinize yapışmayacak hale gelene kadar yoğurun. Ardından 20 dakika bekletin. Haşlanmış patatesleri ezin, baharat, tuz ekleyin. Dinlenmiş hamuru oklavayla açın, küçük bir bardakla yuvarlaklar yapın, üzerine patatesleri küçük küçük koyun, sonra da bohça gibi ya da poğaçaya gibi kapatın. 10 bardak suyu tencerede kaynatın, içine çok az yağ ve tuz koyun. Kaynayınca içine mantıları atın 6-7 dakika kaynasın. Bir tavaya zeytinyağı, baharat koyun mantıları atın içine döndürün.

