



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PİRİNÇLİ MANTI (KASTAMONU)

Kastamonu İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

2 su bardağı un  
1 su bardağı su  
1.5 su bardağı et suyu  
İç malzemesi:  
1 su bardağı pirinç  
1/2 demet maydanoz  
1 adet soğan  
1/2 su bardağı su  
1/2 çay bardağı sıvıyağ  
Tuz  
Karabiber

Un tuz su yoğrularak çok sert bir hamur yapılır. Diğer tarafta soğan küçük küçük doğranır, yağda pembeleşene kadar kavrulur. Pirinçler ilave edilir ve bir iki dakika daha kavrulur. Su tuz karabiber eklenir ve suyunu çekene kadar pişirilir. Ateşten aldıktan sonra maydanoz ilave edilir. Hamur açılır küçük kareler halinde kesilir. Ortalarına iç malzemesi konur. Karelerin dört kenarından tutarak ortada birleştirilir. 200 dereceye ayarlanmış fırında 50 dakika pişirilir. Üzerine 1.5 su bardağı et suyu dökülür, sade veya yoğurtla birlikte servis edilir.