



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## POMAK MANTISI

Edirne İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 Yumurta  
Yoğurt  
Un  
Sarımşak  
Pulbiber  
Tuz  
Yağ

1 yumurla, un ve tuz karıştırılır ve hamur haline getirilir, daha sonra yufka halinde açılır ve kare şeklinde küçük küçük kesilir.

Kesilenler kurutulur, sonra kaynayan suya atılıp pişirilir.

Daha sonra başka bir kaptaki sarımşaklı yoğurt yapılır ve süzölmüş mantıların üzerine dökölüp karıştırılır. En sonda pul biber ile kızdırılmış yağ serpilir.

---