



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İTALYAN MANTISI

1. Mantıyı hazırlayıp açın. Bardak ağzı veya bir kalıpla hamurdan yuvarlaklar kesin.
2. Her bir yuvarlağın ortasına haşlanmış ıspanak ve kaşar peynir rendesi karışımı koyun. Kenarları su ile ıslatın. İkiye katlayın ve kenarlarını bastırın. Uçlarını yuvarlıyarak birleştirin.
3. Kaynayan tuzlu suda 4-5 dakika haşlayın. Delikli kepçe ile alıp sularını iyice süzün.
4. Suyu ile birlikte servis yapın.

