



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAÇAKLI MANTI

Malzemeler

Hamuru için:

1 yumurta

3 su bardağı un

1 kahve fincanı su tuz

Üzeri için:

1/2 tavuk göğsü (haşlanmış)

5 çorba kaşığı sıvı yağ

1 kâse yoğurt

4-5 diş sarımsak

tuz

karabiber

kırmızıbiber

4-5 su bardağı tavuk suyu ve su

Hamur yoğuracağımız kaba unu alalım. Ortasını açıp yumurtayı, suyu ve tuzu ekleyerek kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yoğuralım. Hamurdan yumurta iriliğinde bezeler yapıp üzerine nemli bez örterek 20 dk. dinlendirelim. Bezeleri, unlanmış bir zeminde 0.1 mm. kalınlığında açalım. Yufkaları temiz bir bez üzerine serip ara sıra ters yüz ederek hafifçe kurumalarını sağlayalım. (Yufkaları kolayca kırılacak kadar fazla kurutmayın.) Yufkaların her birini ayrı ayrı rulo yaparak saralım. Her ruloyu yarım cm. eninde şeritler halinde keselim. Fırın kabını margarinle yağlayalım. Şeritleri açarak tepsiye yerleştirelim. Isıtılmış 200° ısıllı fırında şeritler hafifçe pembe -leşip kırılaşana dek kızartalım. Tavuk göğsünü tencereye alıp 4-5 su bardağı sıcak su, tuz ve limon suyu ekleyerek haşlayalım. Etleri kuşbaşı iriliğinde doğrayalım. Yufka şeritlerinin üzerlerine ılıtılmış tavuk suyunu gezdirerek yeniden fırına sürüp şeritlerin hafifçe suyunu çekip yumuşayana dek pişmesini sağlayalım. Mantıyı fırından çıkarıp suyu ile birlikte servis tabağına alalım. Üzerine tavuk etlerini ve karabiberi serpelim. Etlerin üzerine sarımsaklı yoğurdu yayalım. Bir tavada sıvı yağı kızdırıp kırmızıbiber ekleyerek mantının üzerine gezdirip servis yapalım.

[ML® Saçaklı Tavuk için tıklayın](#)