



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİNOP MANTISI

1 yumurta
1 su bardağı ılık su
Aldığı kadar un
Tuz
İçi için:
300 gr kıyma
1 kuru soğan
Bir tutam maydanoz
Arzuya göre karabiber tuz
Üzeri için:
Tereyağı
Pul biber
Ceviz

Büyük bir kaba biraz un, yumurta, su ve tuzu ekleyip yoğurun. Hamurun üzerini örtüp dinlendirin. İçini hazırlamak için; kıymanın üzerine soğanı rendeleyin ve maydanozu doğrayıp ekleyin. Karabiber ve tuzu ekleyip karıştırın. Hamuru ikiye bölün. Yufka gibi incecik açın. Büyük kareler keserek iç harçtan ekleyin. Katlayıp bu işleme devam edin. Mantıları kaynayan suya atın 10 dakika kadar haşlayın. Üzerine tereyağı ve pul biber kavurup dökün. En son olarak kıyılmış cevizleri serpin.

