



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİNOP MANTISI

Hamur İçin:

4 su bardağı un

1 yumurta

Yarım çay bardağı su

1 tatlı kaşığı tuz

İç Harcı İçin:

250 gram kıyma (tercihen yağlı)

1 soğan (rendelenmiş)

1 çay bardağı sıvı yağ

1 çay bardağı su

Tuz

Karabiber

Üzeri İçin:

Yoğurt (servis için)

Kuru nane (servis için)

Kısır pul biber (servis için)

Yapılışı

Unu geniş bir kaseye alın. Ortasını açıp yumurtayı kırın, tuzu ekleyin ve azar azar suyu ilave ederek yoğurun. Hamuru yumuşak ve pürüzsüz bir kıvama getirin. Üzerini örtüp 30 dakika dinlendirin.

Kıymayı bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş soğanı, sıvı yağı, suyu, tuzu ve karabiberi ekleyip iyice karıştırın.

Dinlenen hamuru unlu bir zeminde ince açın. Kare veya yuvarlak parçalar kesin.

Her bir parçanın ortasına kıymalı harçtan koyun. Kenarlarını kapatıp üçgen veya kare şeklinde kapatın.

Geniş bir tencerede suyu kaynatın ve tuz ekleyin. Mantıları kaynar suya atıp haşlayın. Mantılar suyun üstüne çıkınca pişmiş demektir, yaklaşık 10-15 dakika sürer.

Mantıları süzgeçle çıkarıp servis tabağına alın.

Servis yapmadan önce üzerine yoğurt ekleyin. Yoğurdun üzerine kuru nane ve pul biber serpin. İsterseniz üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirebilirsiniz.

