



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU SOSYETE MANTISI

2 adet yufka
1 adet kuru soğan
250 gr tavukgöğsü
1 çay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı karabiber
Üzeri için:
1 kase yoğurt
2 diş sarımsak
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı pul biber
Yarım tatlı kaşığı kuru nane

Tavukgöğsü robottan geçirilerek kıyma haline getirilir. Tavaya, yağ, ince kıyılmış soğan, tuz ve karabiber eklenir. Tavuk suyunu bırakıp çekene kadar kavrulur. Yufkalar artı şeklinde kesilir, 8 parça çıkarılır. Yufkaların geniş kenarlarına tavuklu iç konur. Önce rulo yapılır sonra kendi etrafında sarılarak gül şekli verilir. Yağlanmış tepsiye dizilir. 180 derece fırında kızarana kadar pişirilir. Servis sırasında üzerine sarımsaklı yoğurt konur. Yağda kavrulmuş pul biber ve nane gezdirilir.