



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SU MANTISI

Hamuru için:

1 adet yumurta

1 çay kaşığı tuz

6 su bardağı un

Yeterince su

İçi için:

250 gr. kıyma

1 adet soğan

Tuz

Kırmızıbiber

Domates sosu için:

Yarım paket margarin

1 paket et suyu tableti

1 adet domates

1 çorba kaşığı biber salçası

Unu eleyin ve ortasını havuz gibi açın. İçine yumurta, su ve tuz koyup sert bir hamur elde edene kadar yoğurun. Küçük bezelere ayırın ve yarım saat kadar dinlendirin. Bezeleri ince yufkalar halinde açın ve küçük karelere kesin. Kıyma, kırmızıbiber, tuz ve rendelenmiş soğanı karıştırarak içini hazırlayın. Kestiğiniz karelerin içine bu içten çok az koyun ve bohça şeklinde katlayın. Hazırladığınız mantıları tuzlu suda pişirin. Piştikten sonra suyunu süzün ve suyundan biraz ayırın. Sos için margarin tavada eritin ve üzerine salçayı koyup biraz kavurun. Daha sonra kabukları soyulmuş ve rendelenmiş domatesi ilave ederek bir kez daha karıştırın. Et suyunu bir çay bardağında eritip içine atın, biraz karıştırın ve ateşten indirin. Mantıyı tabaklara alıp ilk önce ayırdığımız sudan, daha sonra domates sosundan dökün. Üzerine sarımsaklı yoğurt dökerek servis yapın.

