



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU MANTI İÇİ

500 gram tavuk kıyması
1 tatlı kaşığı tuz
Az karabiber
2 adet orta boy rendelenmiş soğan
3/4 kahve fincanı su

Kıymayı küçük bir kaba koyup içine bütün malzemeyi ilâve ederek iyice karıştırınız.

Not: Yarısını dana, yarısını da tavuk kıyması olarak da kullanabilirsiniz.
