



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU MANTI (HAZIR YUFKA)

<https://www.dogrusicarrefoursa.com>

2 adet yufka
1 adet haşlanmış tavuk göğüs
1 adet soğan
4 yemek kaşığı sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Üzeri için:
Sarımsaklı yoğurt
2 su bardağı ılık tavuk suyu
Sosu için;
½ çay bardağı sıvı yağ
1 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber
½ çay bardağı su

Tavuk göğüs etlerini haşlayın ve küp küp doğrayın. Soğanı küçük küçük doğrayın ve soğanlarla birlikte tuz, karabiber ilavesiyle sıvıyağda kavurun. Tavuklu harcı yufkanın ortasına eşit şekilde yayın. Yufkayı rulo yapın ve iki parmak eninde yuvarlaklar kesin. Pişirme kağıdı serdiğiniz tepsiye dizdiğiniz mantıları 180 derece fırında 20 dakika pişirin. Bu sırada bir tavada sosu hazırlamaya başlayabilirsiniz. Domates salçasını sıvıyağda kavurun ve üzerine toz kırmızı biberi ilave edin. Bir kasede sarımsaklı yoğurt hazırlayın. Kızaran mantıları borcamla dizin. Üzerine ılık tavuk suyunu gezdirin. Mantının üzerine sarımsaklı yoğurt ve salçalı sosu gezdirip servis yapın.

