



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TEPSİDE MANTI

Malzemesi

5 çay fincanı (500 gr) un

1 bardak açma payı un

2 yumurta

1 çorba kaşığı zeytinyağı

1,5 kahve kaşığı tuz

1 çay bardağı ılık süt

İÇ İÇİN:

500 gr az yağlı koyun, ya da dana kıyması

1-2 adet rendelenmiş kuru soğan

1-2 kahve kaşığı tuz

1-2 kahve kaşığı karabiber

Dilerseniz çok iyi pişmiş 1/2 tavuğun etini de diderek karabiber ve tuz ile karıştırıp mantı içi olarak kullanabilirsiniz.

SOS İÇİN:

1 kg yoğurt

2 çorba kaşığı tereyağ

1 tatlı kaşığı kırmızıbiber

4-5 diş sarımsak

Hamur yoğuracağınız kaba unu eleyerek ortasını açın, çukur yere yumurtaları kırıp, zeytinyağı ve tuzunu ilave ederek tellendirin. Ilık sütle özlü bir hamur yapın ve iyice yoğurup, nemli bez altında 15-20 dakika dinlendirin.

Hamuru bir defa daha yoğurup silindir biçimine getirin, dört eşit parçaya böldükten sonra hafifçe unlayarak yumak yapın. Üzerlerine yeniden un serpip bir tepside nemli bez altında 15 dakika daha dinlendirin.

Öte yanda iç malzemesini iyice yoğurun ve bir kenarda bekletin.

Her bir yumağa hafifçe un serperek önce merdaneyle yassılın ve oklavayla 2 milimetre inceliğinde açıp, yufkayı yerinden oynatmadan bıçakla 4 santimetrelilik karelere bölün. Ortalarına, iki fındık büyüklüğünde iç koyun. Daha sonra-ya dört ucunu üstte toplayın, ya da üçgen biçiminde üst üste getirerek kapatıp yapıştırın. Kenarlı ve yağlanmış bir fırın tepsisine sırayla aralıksız dizip üzerlerine hafifçe yağ gezdirin. Orta sıcaklıkta fırında 10-15 dakika kızartıp bir kenarda ılık olarak muhafaza edin.

Yemekten 20 dakika önce mantının üzerine 2,5 bardak kaynar et suyu gezdirip üzerine kapak kapatın ve hafif ateş üzerinde ya da fırında 10 dakika pişirin.

Ilıtılmış yoğurt ve biraz tuzla ezilen sarımsakları birbirine karıştırın. Eğer sarımsak istemiyorsanız yoğurdu krema gibi çırpıp sos kabına koyun.

Tepside pişen mantıyı şeklini bozmadan dağıtım tabağına alarak üzerine kızdırılmış kırmızıbiberli tereyağı gezdirerek yoğurt eşliğinde servis yapın.