TRAKYA MANTISI

Harcı için;
2 yemek kaşığı (70 gr) Bizim Yağ
250 -300 gr pişmiş ve didiklenmiş tavuk eti
3 su bardağı pirinç
1 tatlı kaşığı tuz
1,5 su bardağı sıcak su
Tavuk suyu için;
1 adet soğan
1 diş ezilmiş sarımsak
2 adet defne yaprağı
1 adet havuç (3 iri parçaya bölünmüş)
2 lt ılık su
250-300 gr tavuk göğsü
Hamuru için;
4 su bardağı un
1 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı ılık su
Sosu için;
1 tatlı kaşığı Kırmızı toz biber
1 çay kaşığı Nane
3 yemek kaşığı Bizim Yağ (90 gr)
Yoğurt sosu için;
2 su bardağı yoğurt
3 diş sarımsak sarımsak
Haşlamak için;
2 lt sıcak tavuk suyu ya da normal su

Tavuk suyu için: Tavuk göğüslerimizi iyice yıkayarak temizliyoruz. Ardından bir tencereye 6 su bardağı suyu koyuyoruz. Suyun içine 1 soğanı, 1 baş sarımsağı, 1 havucu, defne yapraklarını ve bütün tavuğumuzu atıyoruz ve tavuğumuzu haşlayarak suyunu çıkarıyoruz.
Harcı için; tencereye Bizim Yağ?ı ve haşlayıp didiklediğimiz tavuk etini koyup kavuruyoruz. Üzerine yıkayıp süzdüğümüz pirinçleri ve tuzu ilave edip kavurmaya devam ediyoruz. Sonra sıcak suyu ilave edip kısık ateşte, pirinçler suyunu çekene kadar pişiriyoruz. 10 dakika dinlendirip karıştırıyoruz.
Hamuru için; bir kaba unu ve tuzu koyup karıştırıyoruz. Üzerine azar azar ılık suyu ilave edip hamuru yoğuruyoruz. Hamuru üçe bölüp açıp kare şeklinde kesiyoruz.
Hamurların üzerine tavuklu pirinçli harçtan koyuyoruz. Daha sonra hamurların uçlarını birleştirip kapatıyoruz ve tepsiye diziyoruz.
Önceden ısıtılmış 180° fırında mantıları kızarana kadar pişiriyoruz. Kızaran mantıları tencereye alıyoruz. Mantıların üzerine, bir parmak geçecek şekilde tavuk suyunu döküyoruz ve mantılar suyunu çekene kadar haşlıyoruz.
Trakya Mantısını sos veya sarımsaklı yoğurt eşliğinde servis yapabilirsiniz.
Sos için bir tavada Bizim Yağ?ı eritip içine kırmızı toz biber, nane ekleyip bir miktar kavuruyoruz.
Sarımsaklı yoğurdu hazırlamak için de sarımsakları bir tutam tuzla birlikte bir havanda eziyoruz, hafif sulandırdığımız yoğurda ekleyip karıştırıyoruz.

Not: Mantıların fırında iyice pişmesini sağlayın ki haşlarken mantılar patlayıp dağılmasın.

© lezzetler.com tarif no:126277 • adı:Trakya Mantısı • gönderen:ay • indirme tarihi:01.05.2024 - 06:44