



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## YAĞ MANTISI

300 gr. kıyma  
5 su bardağı un  
1 çorba kaşığı kuru maya  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1 soğan  
maydanoz  
sarımsaklı yoğurt  
karabiber  
kırmızı biber  
su  
kızartma yağı  
tuz.

Mayayı ılıksuda eritip, kabartın. Un, tuz, zeytinyağı, maya ve suyla, kulak memesi kıvamında bir hamur yoğurun. Dinlendirip, mantı yufkası açın ve kareler kesin. Kıyma, kıyılmış maydanoz, rendelenmiş soğan, tuz ve biberleri karıştırıp, karelerin içine koyun ve çiçek şeklinde kapatın. Kızgın yağda mantıları pembeleştirip, tabağa alın ve üzerine sarımsaklı yoğurt dökün.

[ML® Fincan Mantısı için tıklayın](#)

---