



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU MANTI ÇORBASI

Gülşen Kabasakal

2 su bardağı mantı
1 su bardağı haşlanmış ve kabukları soyulmuş nohut
2 lt su
1 adet et veya tavuk bulyon
1 su bardağı soğuk su
Gerekirse tuz
TERBİYESİ İÇİN:
2 su bardağı yoğurt
1 adet yumurtanın sarısı
2-2.5 tepeleme yemek kaşığı un
ÜZERİ İÇİN:
2 yemek kaşığı tereyağı
1 yemek kaşığı nane
1 tatlı kaşığı pul biber
1 çay kaşığı kırmızı biber
MANTI İÇİN:
2 su bardağı un
1 adet yumurta
1 tatlı kaşığı tuz
yeterine ılık su
300-400 gr kıyma
1 adet orta boy rendelenmiş soğan
Tuz
Karabiber

Mantıların hazırlanması:

1. Un, yumurta, tuz ve azar azar eklediğimiz ılık su ile biraz sert bir hamur yoğurun. Hamurun üzerini kapatalım ve dinlendirmeye bırakalım.
2. Diğer yandan kıyma, rendelenmiş soğan, tuz ve karabiberi iyice yoğuralım.
3. Hamuru iki bezeye ayırın ve birini yufka kalınlığında açın. Açılan hamuru minik karaler halinde dilimleyelim.
4. Her bir kareye parmak ucuyla kıymalı içten koyalım ve bohça gibi kapatalım.
5. Mantıları derseniz kullanmadan önce çok az fırınlatabilirsiniz. Ve buzlukta muhafaza edebilirsiniz.

Çorbanın hazırlanması:

1. İlk önce nohutları haşlayalım ve ılınmaya bırakalım. ılınan nohutların kabuklarını soyalım.
2. Diğer yandan tencereye 2 litre suyumuzu koyalım ve kaynamaya bırakalım. Kaynayan suya önce bulyonu eridikten sonra mantıları ilave ederek yumuşayana kadar pişirelim.
3. Yumuşayan mantılara nohutları da ekleyerek bir müddet daha pişirelim.
4. Bir yandan büyük bir kaseye yoğurt, yumurta sarısı ve unu koyarak pürüzsüz bir kıvam alana kadar çırpalım. Bu karışıma mantının kaynayan suyundan 2 kepçe koyalım. (Bu işlemi terbiyenin kesilmemesi için yapıyoruz.)
5. Karışımı iyice karıştırdıktan sonra çorbanın ortasından azar azar dökelim ve bir yandan çorbayı karıştıralım.
6. Çorbayı iki üç taşım daha kaynatalım bu aşamada damak tadında göre tuz ilavesi yapabilirsiniz.
7. Çorbanın altını kapattıktan sonra soğuk suyumuzu çorbaya döküyoruz, bu işlem mantıların diri kalıp ezilmemesi için yapılıyor.
8. Tavaya tereyağını alıp eritiyoruz ve içine pul biber, kırmızı biber ile naneyi dökerek kavuruyoruz. İsteğe göre bu karışımı servis ederken kaselere veya benim gibi tamamen karışması için çorba tenceresine dökerek karıştırabilirsiniz.