



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU MİLFÖY MANTISI

8-10 adet kare milföy hamuru
150-200 gr az yağlı dana kıyma
1 adet küçük boy kuru soğan
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
Üzeri için;
2 su bardağı sarımsaklı yoğurt
2 çay kaşığı kırmızı pul biber

Mantının iç harcının hazırlanması için; kıyma bir kaseye koyulur. Üzerine rendelenmiş soğan katılır. Tuz ve karabiber serpiştirilip iyice yoğrulduktan sonra bir kenarda bekletilir.

Diğer taraftan, kare şeklindeki milföy hamurları mutfak tezgahının üzerine yan yana dizilir.

Buzu çözülüp yumuşayan milföy hamurlarının ortalarına etli karışımdan 2-3 çay kaşığı dolusu koyulur. Hamurun karşılıklı iki ucu etin üzerinde birleştirilir. Sonra diğer iki ucu birleştirilip milföy kare şeklinde bir zarf haline getirilir.

Börekler hafifçe yağlanmış ya da fırın kağıdı serilmiş fırın tepsisine, katlı tarafları altta kalacak şekilde aralıklı olarak yerleştirilir.

İstenirse üzerilerine fırça yardımıyla çırpılmış yumurta sarısı sürülüp 5 dakika önceden 175 dereceye ve alt-üst konuma ayarlanmış fırında 30-35 dakika, üzerleri kızarıncaya kadar pişirilip çıkarılır.

Fırından çıkarır çıkarmaz üzerlerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir. Sıcak ya da ılık olarak servise sunulur.

Not: İstenirse üzerilerine pul biberi zeytinyağı ya da ketçap gezdirilebilir.