



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

## TEMBEL MANTISI



4 adet yufka  
1 çay bardağı sıvıyağ  
1 çay bardağı su  
İçerisinde;  
Yarım kalıp beyaz peynir  
Üzeri İçerisinde;  
1 kase yoğurt  
3 diş sarımsak  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay bardağı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber

- # Öncelikle su ve sıvıyağ bir bardakta birleştirilir, yufka bir tezgaha serilir, üzerine sulu yağ serpilir. İkinci yufka üzerine yerleştirilir. Tam ortadan bıçakla kesilir.
- # Ezilmiş peynir, orta kesikten iki tarafa şerit halinde yerleştirilir. Yarım yufkalar peynirli taraftan başlayarak sıkı bir rulo yapılır.
- # Rulolar bıçakla baş parmak kalınlığında kesilir, yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizilir, kalan malzemeler aynı şekilde hazırlanır.
- # Mantıların üzerine kalan sulu yağ serpilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında kızarana kadar pişirilir.
- # Bu arada ezilmiş sarımsak, tuz ve yoğurt beraberince çırpılır, buna biraz su ilave edilebilir.
- # Yağ ve pul biber de, pul biberin rengi yağa çıkana kadar kızdırılır.
- # Kızaran mantılar servis tabağına alınır, üzerine önce sarımsaklı yoğurt, sonra kızdırılmış yağ gezdirilir.

**Not:** Mantıları yumuşatması için; sarımsaklı yoğurdun sulu olması tavsiye edilir.