



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

MANTI



2 Adet yumurta
1 Su bardağı su
1 Çorba kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İçerik için;
250 Gr. kıyma
1 Adet kuru soğan
1 Çay kaşığı tuz
1 Çay kaşığı karabiber
Sosu için;
1 Çay bardağı sıvıyağ
12 Çorba kaşığı yoğurt
5 Diş sarımsak
1 Çay bardağı su
1 Tutam tuz
Sumak
Nane
Pul kırmızı biber

- # Yumurta, su, tuz bir kaba konur, karıştırılır, üzerine yavaş yavaş un ekleyerek yoğrulur, sert bir hamur elde edilir.
- # Hamur 15 – 20 dakika dinlenmeye bırakılır. (Üzeri kapalı olarak)
- # Bu arada iç hazırlanır, soğan rendelenir, kıyma tuz ve karabiberle karıştırılır.
- # Dinlenen hamur 4 eşit parçaya bölünür.
- # Her parça bir fırın tepsisi büyüklüğünde açılır, 2x2 cm. büyüklüğünde kareler kesilir.
- # Her karenin ortasına nohut büyüklüğünde iç konur, köşeli tarafları birbirine yapıştırılarak kapatılır.
- # Bütün mantılar bu şekilde tamamlandıktan sonra, büyük bir tencerede kaynayan tuzlu suya atılır.
- # Mantılar suyun üstüne çıkınca pişmiş demektir.
- # Mantılar biraz haşlama suyu ile birlikte servis tabağına konur, üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür.
- # Yoğurdun da üzerine kızdırılmış yağlı, pul biberli karışım dökülüp, nane ve sumak serpilerek servis yapılır.

Not: Mantılar, haşlanmadan önce 10 – 15 dakika bekletilirse, biraz kurur ve haşlanırken yapışmaz.