



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

## MANTI ÇORBASI



2,5 Su bardağı yoğurt  
1 Çorba kaşığı un  
1 Adet yumurta  
5 Diş sarımsak  
1,5 Su bardağı nohut  
1,5 Tatlı kaşığı tuz  
1 Su bardağı su  
Mantı İçin;  
1 Adet yumurta  
1 Çay bardağı ılık su  
1 Tatlı kaşığı tuz  
Alabildiği kadar un  
Mantının İçi İçin;  
150 gr. kıyma  
1 Adet küçük kuru soğan  
Yarım çay kaşığı tuz  
Yarım çay kaşığı karabiber  
Üzeri İçin;  
8 Çorba kaşığı sıvıyağ  
1 Tatlı kaşığı kırmızı pul biber  
1 Tatlı kaşığı kuru nane  
1 Tatlı kaşığı sumak

- # Öncelikle mantı hazırlanır; çukur yoğurma kabına yumurta, ılık su, tuz ve yoğurdukça un eklenir, sert kıvamlı bir hamur yapılır.
- # Hamur, üzeri kapalı olarak yarım saat dinlendirildikten sonra 2 eşit parçaya bölünür. Unlu zeminde oklava yardımıyla olabildiğince ince açılır.
- # Daha sonra açılan hamur bıçakla 2x2 santim büyüklüğünde kare parçalara kesilir. Ortalarına çok ince kıyılmış soğan, kıyma, tuz ve karabiber karışımından konur, köşeden köşeye bohça gibi kapatılır.
- # Mantıların yapımı tamamlandıktan sonra nemi gitmesi için yarım saat bekletilir.
- # Derin bir tencereye 5 su bardağı su ve yarım tatlı kaşığı tuz konur, kaynatılır, üzerine mantılar eklenir dağılmayacak şekilde yumuşayana kadar pişirilir.
- # Bu arada çukur bir kaba yoğurt, un, yumurta, 1 tatlı kaşığı tuz ve 6 su bardağı su konur, pürüzsüz bir kıvam alana kadar çırpılır.
- # Karışım kaynamakta olan mantıların üzerine dökülür, mantılar ezilmeyecek şekilde kaynayana kadar ara sıra karıştırılır.
- # Çorba kaynayınca dövülmüş sarımsak ve haşlanmış nohut katılır, 5 dakika daha pişirilir ocaktan alınır.
- # Manti çorbası kaselere konur, üzerine yağda kızdırılmış kırmızı biber gezdirilir, nane ve sumak serpilir, servise sunulur.

**Not:** Manti çorbasına yüksük çorbası adı da verilir. Daha çok Antakya dolaylarında hazırlanır.