



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

NEVŞEHİR MANTISI



Yarım paket instant maya
1 tatlı kaşığı toz şeker
1,5 su bardağı ılık su
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İç için:
250 gr dana kıyma
1 adet kuru soğan
3 çorba kaşığı ayç, içek yağı
Yarım tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
1 kase yoğurt
3 diş sarımsak
1 su bardağı su
Yarım tatlı kaşığı tuz
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı pul biber

- # Önce hamur hazırlanır; Yoğurma kabına ılık su, şeker ve maya konur, karıştırılır.
- # Üzerine fazla sert olmayan kıvam alana adar un eklenerek yoğrulur. Hamurun kapalı olarak, ılık ortamda 1 saat bekletilir.
- # Bu arada iç hazırlanır; İnce kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Kıyma eklenir, orta ateşte sürekli karıştırarak 15-20 dakika kavrulur, tuz eklenir, ateşten alınır.
- # Dinlenen hamur 2 eşit parçaya bölünür. Her parça oklava yardımıyla, unlu zeminde fırın tepsisi büyüklüğünde açılır.
- # Yüzeyine kavrulmuş, soğutulmuş kıymalı iç serpilir. Fazla sıkı olmayan bir rulo yapılır.
- # Rulo bıçakla, serçe parmak kalınlığında kesilir. Kıymalı iç üste gelecek şekilde yağlanmış tepsiye dizilir.
- # Önceden ısıtılmış 190 derece fırında fazla kızarmayacak şekilde pişirilir.
- # Üst malzeme olan yoğurt ve su çırpılır. İçine ezilmiş sarımsak tuz ve yağ katılır karıştırılır.
- # Manti sıcak olarak servis tabağına alınır. Üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir. Kuru nane ve pul biber serpilir.

Not: Nevşehir'de mantı kuru olursa servis sırasında et suyuyla yumuşatılır. Yoğurdun içinde yağ olduğu için üzerine yağ kızdırılmaz.