



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتابي لذيد المتواضع من وصفات الأكل

مانتي Manti



٢ عدد بيض
١ كوب ماء
١ ملعقة حساء ملح
طحين على قدرة
لداخلي:
٢٥٠ غرام لحم مفروم
١ عدد بصل جاف
١ ملعقة شاي ملح
١ ملعقة شاي فلفل
للأجل الصوص:
١ كوب شاي زيت
١٢ ملاعق حساء زبادي
٥ أثنان ثوم
١ كوب شاي ماء
قليل من الملح
سماق
نعناع
فلفل أحمر رقيق

- # يوضع البيض وملح الماء في وعاء ويخلط ويضاف قليل قليل من الطحين ويعجن ويعطى عجين ثابت.
 - # ويتبقى العجين ١٥-٢٠ دقائق (وهي مغطى)
 - # وفي هذا الحال يعد الداخلي بيشر البصل ويخلط اللحم المفروم والملح والفلفل أسود رقيق.
 - # يقطع العجين المتبقي إلى ٤ أجزاء متساوية ويفتح كل أجزاء منها على كبر تبسي الفرن ويقطع على كبر مكعبات ٤x٤ سم
 - # يوضع على كل واحد من المكعبات داخلي على كبر حمص ويلصق أطراف مع بعضها بعض.
 - # بعد أكمال كل مانتى في هذا الشكل يوضع على قدر كبير التي في مياه المالح المغلي.
 - # عندما خرج المنتيات على سطح الماء يكون مطبوخة.
 - # يوضع المنتيات مع قليل من الماء المغلية في أطباق الخدمة ويصب عليها ثوم الزبادي.
 - # ويصب على الزبادي زيت المحمر مع فلفل الرقيق المخلط وينثر نعناع والسماق وتقدم للخدمة.
- ملاحظة : عندما ينتظر المنتيات قبل غليان يجفف ١٠-١٥ دقائق لأجل لا يلصق عند الغليان مع بعضها.