



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Manti d'Olio

Yağ Mantısı



1,5 bicchieri d'acqua fresca  
1 uova  
1 cucchiaino di sale  
In quantità di farina  
Per interno;  
300 gr carne macinata  
1 cipolla  
15-20 rami di prezzemolo  
1 bicchierino di pepe nero  
1 cucchiaino di peperoncino a rosso  
1 cucchiaino di sale  
Per la sopra;  
1 tazza di yogurt  
3 spicchi d'aglio  
1 cucchiaino di sale  
Per il sugo;  
1,5 cucchiaini di salsa di pomodoro e pepe  
1 bicchierino d'olio vegetale

# Nella ciotola da impastare se mettono uova l'acqua fresca le Vito e sale se mi Celano poi si aggiunge la farina finché per avere un impasto mezzo morbido.

# Dopo si coperta impasto e si lascia riposare circa per 15 minuti.

# In questo momento preparano i materiali di interna se mi sedano carne macinata cipolla grattugiata prezzemolo pepe nero sale e peperoncino a rosso.

# Yogurt si miscela bene e dopo si aggiungono 45 cucchiaini d'acqua aglio pestato e sale si miscelano.

# Per preparare il sugo si miscelano le salse e sale poi si aggiunge 1,5 bicchieri d'acqua poi si bolisce per una schiumata.

# Impasto riposato si divide in tre pezzi uguali ed ogni pezzo si apre sul tavolo farinato. Dopo si tagliano 3x3 cm in forma quadrati.

# In mezzo dei pezzi tagliati si mette dalla miscela ta di carne macinata quantità di noccioline. Poi i fini si riuniscono in mezzo e si schiacciano.

# Nella padella si mette olio vegetale e si riscalda poi i pezzi preparati si arrossiscono bene poi manti arrossiti si prendono in una ciotola profonda.

# Alla sopra si mette il sugo preparato poi si mette miscelata di yogurt e servirsi.

**Nota:** Mantı d'oglio è una ricetta tradizionale di Kayseri.