



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Манты в чашке

Fincan Mantisi



1 пачка быстрорастворимых дрожжей
1 стакан теплой воды
1 яйцо
1 кусочек сахара-рафинад
1 ч.л. соли
Мука, сколько потребуется для замеса теста
Для начинки:
250 гр. фарша
1 маленькая луковица
4 ст.л. растит. масла
1 ч.л. соли
Сверху:
2 стакана йогурта
3 зубчика чеснока
0,5 ч.л. соли
0,5 стакана растит. масла
1 ч.л. красного острого перца

- # В теплую воду добавить смешанные с частью муки дрожжи, сахар и хорошо перемешать.
- # Добавить яйцо, соль и добавляя муку замесить не пристающее к рукам тесто. Тесто накрыть, оставить в теплом месте на 45 минут.
- # Лук мелко порубить, пассировать в масле до золотистого цвета, добавить фарш, помешивать пока испарится жидкость. Перед тем как снять с огня, посолить.
- # Тесто разделить на 35 кусков. Каждый кусок пальцами размять в не большую лепешку.
- # Лепешку положить в чашечку, на середину положить 1 ч.л. начинки, края собрать кверху, затем скатать.
- # Манты положить на смазанный маслом противень, смазать поверхность растит. маслом.
- # Поставит в разогретую до 190 градусов духовку, готовить минут 25.
- # Йогурт взбить, добавить измельченный чеснок, перемешать. Растит. масло нагреть, добавить красный перец, накалить.
- # Манты выложить на блюдо, полить сверху йогуртом с чесноком, затем накаленным маслом с перцем.

Вместо чашки можно использовать любой кухонный инвентарь имеющий углубление.