

Shish Barak

Toplam 60 dk

Hazırlama 35 dk · Pişirme 25 dk

6 kişilik

Zor

~304 kcal

Açılış 15/10

Shish barak, küçük etli mantıların sarımsaklı yoğurt sosunda piştiği, Levant mutfağında hem çorba hem ana yemek hissi taşıyan geleneksel bir tencere işidir.

Malzemeler

Hamur için

- 3 su bardağı Un
- 1 su bardağı Su

İç için

- 250 gr Kıyma

Sos için

- 3 su bardağı Yoğurt
- 3 diş Sarımsak

Yapılış

1. Hamuru hazırlayarak küçük yuvarlaklar kesin.
2. İç harcını doldurup mantıların kapatılma ve 190°C fırında 10 dakika pişirin.
3. Yoğurtlu sosu 150°C fırında 8 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Mantıların yoğurt sosuna almadan önce kızdırılmaması için 1 dakika form tutmalarını kolaylaştırır.

SERVIS ÖNERİSİ

Taze dilimlenmiş ekmek ve yanında nevsim yeşillikleriyle derin tabakta verin.

Alerjenler

Gluten

Süt