

# 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
- 1 adet Soğan
- 1 çay kaşığı Tuz

## Yapılış

- Hamuru yoğurun ve küçük yuvarlaklar kesmeden önce 20 dakika dinlendirin.
- Kıymayı soğanla 5 dakika kavurun.
- Hamur yuvarlakları buldurup mantı gibi kapatın.
- Mantıların 90°C fırında 10 dakika hafif kurutun.
- Yoğurtlu sosu kışkıkta 1 saat süreli karıştırılarak kesilmesin.
- Mantıların suyun içinde 8 dakika pişirin.

### PÜF NOKTASI

Mantıların yoğurt sosuna almadan önce kışkıkta 1 saat süreli karıştırılarak kesilmesin.

### SERVIS ÖNERİSİ

Shish barak mantıların yoğurtlu sosuyla birlikte derin tabağa alıp sarımsaklı yüzeyi parlak bırakın.

## Alerjenler

Gluten

