



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ EKMEK

Uludağ Üniversitesi

500 gr (1 paket loprofin un) veya mısır unu veya un karışımı

1 paket yaş maya

2 su bardağı ılık su 40 °C

1 çay bardağı yoğurt

2 yemek kaşığı tereyağı veya sıvı yağ

1 çay kaşığı tuz

1. Bir karıştırma kabının içine Loprofin un, maya, yoğurt ve tuzu koyunuz ve karıştırınız.
2. Karışıma su ve yağ ilave ediniz.
3. Mikser kullanarak önce yavaş hızda 2 dakika sonra orta hızda 2 dakika çırpınız.
4. Sulu hamuru 2 eşit parçaya bölerek yağlı kalıba yayın.
5. Temiz bir bezle üzerini kapatıp sıcak bir yerde 30-60 dakika kabarması için bekletiniz.
6. Önceden ısıtılmış 220 °C fırında 25 dakika pişiriniz.
7. Kalıptan çıkartıp soğutunuz.

Saklanması: Somunları soğuduğunda bir naylon torbada paketleyiniz.

Dondurulması: Ekmek yenecek miktarlarda bölünerek derin dondurucuda dondurabilirsiniz.