



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKTİF KARBONLU EKMEK

500 mililitre su
680 gram ekmeklik un
60 gram süt tozu
70 gram Őeker
6 gram tuz
20 gram aktif karbon tozu
60 gram tuzsuz tereyađı
2,5 çay kaŐıđı instant maya
Kalıbın tabanı için çok az yağ ve un

Tereyağı hariç tüm malzemeleri bu sırayla yoğurma kabına ekleyip iyice yoğurarak yumuŐak bir hamur elde edin.

Tereyağını ekleyip yoğurmaya devam edin. Yağı hamurun her yerine iyice yayın. Hamurunuz yumuŐak ve esnek bir yapıya kavuŐmalı.

Hamurun üzerini nemli bir bezle örtüp ılık ve nemli bir yerde 1 saat kadar ya da hacmi iki katına çıkana kadar mayalanmaya bırakın.

Mayalanan hamuru 6 eŐit parçaya bölün ve 10 dakika daha dinlendirin.

Hafifçe unladığınız merdaneyle hamur parçalarından bir tanesi uzun bir oval Őeklinde aın.

Ovali kısa tarafının üzerine sarın ve merdaneyle yeniden aın. Ardından bu iŐlemi tekrarlayın.

Bütün hamurlara aynı iŐlemi uygulayın. Böylece altı ekmek rulosu elde edeceksiniz.

Baton kek kalıplarının iini hafifçe yağlayıp unlayın. Ruloları kalıplara yerleŐtirin.

Aktif karbonlu ekmek tarifi

Arzu ederseniz hamuru doğrudan 16 bezeye ayırıp tepsiye yerleŐtirerek hamburger ekmeği gibi de piŐirebilirsiniz.

Hamurun yeniden mayalanması için 1 saat daha bekletin.

Fırını 180 dereceye ayarlayıp ısıtmaya baŐlayın. Isınan fırına ekmekleri yerleŐtirin. En az 25 dakika piŐirin.

PiŐen ekmeği fırından çıkarır çıkarmaz kalıptan alıp telin üzerinde soğumaya bırakın. Aktif karbonlu ekmeğiniz hazır.

