



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAL KABAKLI EKMEK

<https://www.droetker.com.tr>

Hamur:

300 g bal kabağı

1 ay bardağı su

1,5 çay kaşığı tuz

2 yemek kaşığı bal

0,5 çay bardağı ılık süt

1 ay bardağı sıvı yağ

4,5 - 5 su bardağı un

1 poşet Dr. Oetker Instant Maya

Kalıp:

Dikdörtgen kek kalıbı (11x25 cm)

Bal kabağını ayıklayıp kabuklarını soyun, iri küpler şeklinde kesin ve bir tencereye alın. 1 çay bardağı suyu ilave edin, kapağını kapatıp orta ateşte 15-20 dakika kaynatın. Soğutup püre haline getirin. Tuz, bal, ılık süt ve sıvı yağı ekleyip karıştırın.

Unu bir çırpma kabına eleyin, mayayı ilave edip kaşık ile karıştırın. Bal kabaklı karışımı da ilave edip mikserin hamur karıştırıcı uçları ile 5 dakika çırpın. Hamurun üzerini kapatıp ılık ortamda 40 dakika bekletin.

Kalıbı margarin ile yağlayın. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Alt-üst pişirme: 170 °C

Turbo pişirme: 160 °C

Süre sonunda hamuru el ile kısa bir süre yoğurun ve kalıba alın. Üzerini kapatıp mayalanması için 35 dakika daha bekletin. Süre sonunda hamurun üzerini bıçak yardımı ile uzunlamasına 1 cm derinliğinde kesin. Fırının orta katında pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 35 - 45 dakika

Pişen ekmeği fırından alıp bekletmeden kalıptan çıkarın. Soğutup dilimleyerek servis yapın.

