



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BÜKME (AFYONKARAHİSAR)

Afyonkarahisar İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 Kg Un
90 Gr Sıvı Yağ
30 Gr İç Yağı (Don Yağı)
200 Gr Yeşil Mercimek
100 Gr Ezilmiş Haşhaş
1 Adet Orta Boy Soğan
1 Çay Kaşığı Tuz
1 Çay Kaşığı Karabiber

Un, tuz ve su karıştırılarak, kulak memesi yumuşaklığında hamur elde edilene kadar yoğrulur.

Hamur iki parçaya bölünür.

İlk parça açılıp iç yağla yağlandıktan sonra üzerine, sıvı yağla karıştırılmış yağla haşhaş sürülür ve bohça haline getirilerek 1 kenara alınır.

Diğer parçada aynı şekilde açılıp yağlandıktan sonra katlanan ilk parça alınıp bu hamurun ortasına konulur.

Tekrar bohça şeklinde katlanır. Diğer tarafta, haşlanmış mercimeğin içerisine ince doğranmış ve yağda kavrulmuş soğan katılıp tuz ve karabiber ilavesi ile karıştırılır.

Dinlenen hamur küçük parçalar halinde kesilir.

Her parça, oklava ile dikdörtgen şeklinde açılır.

Ortasına, hazırlanan mercimek karışımı konularak karşılıklı, iki kenarı uç uca gelecek şekilde kapatılır.

Bu işlem tamamlandıktan sonra hamurların üzeri yağlanıp 200 derece ısıtılmış fırında 40 dk. pişirilir.

