



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BÜKME

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

Hamuru için:

3 su bardağı un

1 su bardağı ılık su

1 yemek kaşığı üzüm sirkesi

1 çay kaşığı tuz

Hamur katlarına sürmek için:

3 yemek kaşığı ezilmiş haşhaş

1 çay bardağı sıvı yağ

Mercimekli iç harç için:

1 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek

1/4 demet doğranmış maydanoz

1/4 çay kaşığı tuz

1/4 çay kaşığı karabiber

1/2 tatlı kaşığı pul biber

Elenmiş unu derin bir karıştırma kabına alın.

Orta kısmını parmak uçlarınızla havuz şeklinde açıp ılık su, üzüm sirkesi ve tuzu ekleyin.

Tüm malzemeyi orta kısımlardan kenarlara doğru karıştırıp kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edene kadar yoğurun.

Üzerine hafif nemli bir bez örtüp oda sıcaklığında, 30 dakika kadar dinlendirin.

Kullanacağınız haşhaşı bir havanda dövüp kalın tabanlı bir tavada, kısık ateşte ısıtın.

Sonrasında ocaktan alıp soğuttuktan sonra sıvı yağla karıştırın.

Oda sıcaklığında dinlenen hamuru, ortadan ikiye kesip merdane ya da oklava yardımıyla yufkadan daha kalın olacak şekilde açın.

Açtığınız ilk hamurun üzerine yağlı haşhaş karışımını sürüp dört kenarından zarf şeklinde katlayın.

Diğer hamuru da aynı şekilde açıp kalan haşhaşlı karışımı üzerine sürdükten sonra zarf şeklinde katladığınız ilk hamuru da orta kısmına alıp yine zarf şeklinde kapatın.

Hazırladığınız hamuru öncelikle altı eşit parçaya bölün. Sonrasında her bir hamur parçasını da iki eşit parçaya bölüp on iki adet hamur bezesi elde edin.

İç harcı için; haşlanmış yeşil mercimek, doğranmış maydanoz, tuz, karabiber ve pul biberi ayrı bir kasede karıştırın.

İnce ince açtığınız haşhaşlı hamur bezelerinin her birine hazırladığınız mercimekli iç harçtan yerleştirip rulo şeklinde sarın.

Mercimekli bükme rulolarını hafif aralıklarla fırın tepsisine dizip üzerlerini yağlayın.

Önceden ısıtılmış 180-200 derece fırında, üzerleri kızarıp renk alana kadar pişirin.

Ilık ya da soğuk olarak servis edin.



© lezzetler.com tarif no:177720 • adı:Bükme • gönderen:Gül • indirme tarihi:08.04.2025 - 01:51