



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

CANTİK

Özlem Yeşildere

Hamuru için:

6 su bardağı un

1 paket yaş maya

6 çay kaşığı tuz

Su

Zeytinyağı (hamur hazırlandıktan sonra böreği yaparken kullanmak üzere)

İç harcı için:

400 gr kıyma

1 adet küçük/orta boy patates

1 adet orta boy soğan

Tuz

Karabiber

Kuru nane

Üstü için:

1 adet yumurta sarısı

Yarım su bardağı yoğurt

Yarım çay bardağı zeytinyağı

Unu elenir. Mayası kapta ılık suyla eritilir. Suyun sıcak ya da soğuk olmamasına özen gösterilir. İllik derecesi, parmakla kontrol edildiğinde oda sıcaklığının biraz üzerindeki ısıdır.

Un, mayalı su, tuz ve ılık suyla iyice karıştırılıp yoğrulur. Hamurun, fırından alınan pişmemiş ekme hamuru sertliğinde olacak şekilde getirilmesi gerekir. Yoğurma kabının üzeri streç filmle kaplanır, sonra yoğurt mayalar gibi kalın bir beze sarılıp evin en sıcak odasına bırakılır. Mayalanma, ortam sıcaklığıyla orantılı olarak tahminen bir ya da iki saat civarı sürebilir.

Örtü açılıp bakıldığında hamur, streç filme doğru yapıştıysa mayalanma tamamlanmış demektir. Hamur tekrar biraz daha yoğurup yarım saate yakın dinlenmeye bırakılır.

İçini hazırlamak için soğan, doğrayıcıdan geçirilir veya ince rendelenir. Kıymaya, soğan ve ince rendelenmiş patates de karıştırılarak tuz, karabiber ve kuru nane eklenerek köfte yapıyormuş gibi yoğrulur.

Bir tabağa zeytinyağı konur. Hamur küçük elma büyüklüğünde koparılıp, eller her seferinde yağlanarak hamurlar yuvarlak şekilde inceltir.

Köfte harcından orta yerine konur, dıştan içe doğru dört yanından kapatılıp yuvarlanarak top şekline getirilir. Tepsinin dibine yağlı kâğıt serilir, hamurun birleşme yerleri altta kalacak şekilde aralık bırakmadan yan yana dizilir.

200 derece fırında yaklaşık yarım saat pişirildikten sonra 1 adet yumurta sarısı, yarım su bardağı yoğurt, yarım çay bardağı zeytinyağından oluşan çırpılmış karışım, fırından çıkarılan cantıkların üzerine sürülüp tekrar fırına konur.

Cantıkların alt ve üst kısmı kızarıncaya fırından çıkarılır.



© lezzetler.com tarif no:178503 • adi:Cantik • gönderen:Gül • indirme tarihi:02.04.2025 - 08:34