



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ÇAVDAR EKMEĞİ

Poolish için: (Fransız ekmeklerinde kullanılan bir önmaya)

1 bardak çavdar unu

1 büyük fiske instant maya

Yarım bardak su

Hamur için:

1,5 bardak çavdar unu

1 bardak beyaz un

1,5 tatlı kaşığı instant kuru maya

1 tatlı kaşığı tuz

1 çorba kaşığı pekmez

1 bardak su, oda sıcaklığında

Elde Yapılışı:

Puliş için gerekli malzemeleri küçük bir kaptaki karıştırıp, üstüne streçfilm kaplayıp, 7-8 saat oda sıcaklığında bekletin.

Eğer elle yapıyorsanız, unları, tuzu ve kuru mayayı, geniş bir kaptaki karıştırın. Suyu, pekmezi ve daha önceden hazırlamış olduğunuz pulişi ilave ederek hamurunuzu 7-8 dakika yoğurun. Hamurunuz yumuşak ve biraz ele yapışan kıvamda olacaktır.

Eğer mikser ile yapıyorsanız, mikserinize hamur yoğurma aparatını taktıktan sonra, unları, tuzu ve kuru mayayı, mikser kabına alın. Suyu, pekmezi ve daha önceden hazırlamış olduğunuz pulişi ilave ederek, hamurunuzu 3-4 dakika yoğurun. Hamurunuz yumuşak ve biraz ele yapışan kıvamda olacaktır.

Hamurunuzu evin ılık bir yerinde 1 saat mayalanması için bırakın.

Hazırladığınız hamuru mutfak tezgahı üzerinde iki elinizle 2-3 dakika yoğurun ve 1 düzgün beze haline getirin.

İyice unlanmış fırın tepsinine yerleştirin ve 45 dakika daha kabarması için bekletin.

Ekmeğin üzerine hafifçe un serpip, keskin bir bıçakla 3-4 paralel çizik atın.

Önceden ısıtılmış 220° C fırında, yaklaşık 30 dakika, ya da üstü iyice kızarana kadar pişirin.

Makinede Yapılışı:

Puliş için gerekli malzemeleri küçük bir kaptaki karıştırıp, üstüne streçfilm kaplayıp, 7-8 saat oda sıcaklığında bekletin.

Makinenin ekmek pişirme haznesini mutfak tezgahına alıp, pervaneyi takın. Makineyle birlikte gelen kap ve kaşık ölçülerini kullanarak, hazneye ilk olarak suyu, pekmezi ve daha önceden hazırlamış olduğunuz pulişi koyun. Üzerine sıvıları tümüyle kapatacak şekilde, unları bir kaşıkla serpererek ekleyin. Tuzu unların hemen üstüne haznenin bir köşesine yerleştirin. Unların ortasında küçük bir çukur açıp, içine mayayı serpiştirin.

Ekmeğin haznesini makineye yerleştirip, kapağını kapayın.

Tahıl ekmek, 750 gram, orta kızarıklık seviyesini seçerek, makineyi çalıştırın.

Programın ilk 5-10 dakikasında makinenin kapağını açıp, malzemelerin iyice karışmış olduğunu kontrol edin.

Eğer karışmamış malzeme varsa, plastik bir spatula ile karışmasına yardım edin.

10 dakika sonra hamurun yapısını kontrol edin. Hamurun kulak memesinden daha da yumuşak olması gereklidir. Hamurunuz çok kuru ve sert olmuşsa, birkaç kaşık su ilave ederek yumuşacık bir hamur elde etmelisiniz. Eğer cıvık olmuşsa, birkaç kaşık un gerekebilir.

Pişme sinyalinden 5 dakika sonra, kalın bir fırın eldiveni kullanarak, hazneyi makineden çıkarın. Ekmeği plastik bir bıçak yardımıyla kenarlardan ayırıp, bir soğutma teline veya ızgara üzerine alın. 30-40 dakika belettikten sonra kesin.



---

© lezzetler.com tarif no:136559 • adi:Çavdar Ekmeği • gönderen:beslenme saati • indirme tarihi:30.03.2025 - 12:17