



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ÇAVDAR

Çavdar da aynen arpa ve yulaf gibi buğdayın gelişmesine müsait olmayan bölgelerde yetiştirilir. Bileşimi itibarile buğdaya benzeyen çavdardan maya, Kabartma tozu ilâvesile elastik bir hamur yoğrulabilir. Çavdar unundan esmer renkte sıkı, ağır ve içine konan mayanın etkisile ekşimsi bir ekmek elde edilir. Buğday unu ile çavdar unu karıştırılarak daha mükemmel bir hamur yapılabilir.
