



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇAVDARLI VE KİMYONLU ÇUBUKLAR

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

3/4 su bardağı tam buğday unu
2/3 su bardağı çavdar unu
Tuz
1 ay kaşığı kabartma tozu
90 g tereyağı
1 yemek kaşığı kimyon tohumu
4 yemek kaşığı sıcak su

Unlar, bir tutam kadar tuz ve kabartma tozunu geniş bir karıştırma kabında harmanlayın. Tereyağını ilave edin ve karışımın ekmek kırıntısı gibi oluncaya kadar parmak uçlarınızla ufalayın. Kimyon tohumu ve sıcak suyu ilave edip tüm malzeme iyice özdeşleşinceye kadar yoğurun. Hamuru 18-20 eşit bezeye ayırın. Bezelerden 15 cm uzunluğunda çubuklar yapın ve yağlı kağıt serili fırın tepsisine dizin. Üzerlerine kimyon tohumu serpin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişirin. Soğuduktan sonra servis yapın.

