



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇEKİRDEKLİ EKMEK

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

- 1 adet yaş maya
- 1 su bardağı ılık süt
- 1 çay bardağı yoğurt
- 1 su bardağı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı toz şeker
- Yarım çay bardağı kabak çekirdeği
- Yarım çay bardağı ay çekirdeği
- 1 yemek kaşığı keten tohumu
- 1 yemek kaşığı haşhaş
- 1 çay kaşığı tuz

Öncelikle yaş mayanızı bir kase yardımı ile sütün içerisinde eritip daha sonra da yoğurma kabına alın. Yoğurt, sıvı yağ, tuz, toz şeker, haşhaş, keten tohumu ve kabak çekirdeğinin yarısını da ilave edip iyice karıştırın. Un ekleyerek yumuşak bir hamur oluncaya kadar devam edin. Ardından hamurunuzun üzerini örtüp, yaklaşık 30-35 dakika kadar bekleyin.

Hamurunuzu küçük yuvarlak parçacıklara ayırın. Şekillendirdikten sonra yağlanmış tepsinize dizin. 30 dakika beklettikten sonra 180 derecelik fırında 20-25 dakika pişirin. Servise hazır hale gelecektir.

