



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## AY ÇEKİRDEKLİ GALETA

140 gram tam buğday unu

100 gram sade un

100 gram buğday unu

10 gram yaş maya

35 ml zeytinyağı

180 ml su

6 gram tuz

Üzeri için:

1 çay bardağı kadar ayıklanmış ay çekirdeği

1 çorba kaşığı anason

1 çorba kaşığı susam

Hamuru için ölçülü olan bu malzemeleri bir kabın içinde karıştırın ve 45 dakika kadar dinlendirip mayalanmaya bırakın. Kabarınca tekrar yoğurup bir saat daha bekletilmeli. Daha sonra elinizi yağlayıp zemini de yağlayın ve hamura galeta şekli verin. 250 derecede 15 dakika kadar pişirin.

---