



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇEKİRDEKLİ KÜÇÜK EKMEKLER

www.miele.com.tr

1 Küp Maya (42 gr.)
1 çay kaşığı Pancar yaprağı
1 yemek kaşığı Malt ekstresi
300 ml Su, ılık
150 gr. Çavdar Unu
450 gr. Buğday unu
2-3 çay kaşığı Tuz
75 gr. ekşi Hamur
Üstüne serpmek için:
Her birinden 3 yemek kaşığı keten tohumu, susam ve ay çiçeği çekirdeği

Maya, pancar ve malt ekstresini ılık suyun içinde karıştırarak açın.
Buğday unu, çavdar unu, ve tuzu karıştırın, ekşi mayayı ilave edin. Daha sonra malt suyu ile pürüzsüz bir hamur elde edinceye kadar yoğurun. Hamuru fırına koyun ve "Kekler \ Mayalı hamur \ 45 dakika kabartın" otomatik programını seçin.
Keten tohumu, susam ve ay çiçeği çekirdeklerini karıştırın.
Hamuru hafifçe yoğurun ve 10 küçük ekmek hazırlayın. Küçük ekmeklerin üzerine su sürün ve üst tarafını çekirdek karışımına bastırın. Küçük ekmekleri bir fırın tepsisine veya delikli gurme tepsisine yerleştirin ve fırına sürün ve "Kekler \ Mayalı hamur \ 45 dakika kabartın" otomatik programını seçin. Daha sonra altın sarısı rengini alıncaya kadar pişirin.