



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DÖKME DEMİR TENCEREDE EKMEK

[www.vzug.com](http://www.vzug.com)

200 g beyaz un  
230 g yarı esmer un  
1 çorba kaşığı tuz  
1 şişe maden suyu  
2,5 dl su  
5 g maya

Tüm malzemeleri karıştırın ve sert bir hamur halinde yoğurun. Hamur normal ekmeğe hamuruna göre daha nemli olduğundan yaklaşık 2 dakika sürer.

Kabı şeffaf folyo ile kapatın, ağırlık olarak üstüne bir tabak koyun. Yaklaşık 18 °C'de bir gece dinlendirin. Ertesi gün hamuru kaptan çıkarın, unla birlikte birkaç kez katlayın. Kuru ve unlu bir mutfak bezinin altında 15 dakika dinlendirin.

Hamuru toplar haline getirin, unlu bir bezin içine koyun ve 2 saat daha dinlendirin. Boş dökme demir tencereyi soğuk fırındaki ızgara telinin üzerine koyun ve fırını ısıtın.

Hamuru bez yardımıyla sıcak tencereye koyun, tencerenin kapağını kapatın. Ekmeği pişirin. Kapağı çıkarın ve pişirmeye devam edin. Piştikten sonra ekmeği hemen kalıptan çıkarın ve soğumaya bırakın.

