



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKMEKÇİLİK

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

Ekmek nedir?

Tahıl unundan yapılmış hamurun fırında, sacda veya tandırda pişirilmesiyle yapılan yiyeceğe ekmek denir. Ekmek, çeşitli tahıl unundan yapılmış hamurun ateşte, sac üzerinde, tandırda, fırında veya tepside pişirilmesiyle hazırlanan yiyecektir.

Ekmek nasıl yapılır?

Ekmek, buğday unu (Mısır, çavdar ve arpa gibi tahılların unlarıyla da ekmek yapılabilir. Burada, ekmek tarifi verilirken buğday ekmeği esas alınacaktır.) maya, katkı maddesi, tuz ve suyun belli oranlarda karıştırılıp yoğrulması ve hamurun belli bir süre mayalandıktan sonra pişirilmesi ile elde edilen temel bir gıda maddesidir. Karbonhidrat ve protein kaynağı olan ekmek, özellikle tahıla dayalı bir beslenmenin yaygın olduğu ülkemizde, beslenme açısından büyük öneme sahiptir. Türkiye’de, insanların gündelik hayatlarında tükettikleri enerjinin yüzde 66’sı tahıllardan, bu oranın yüzde 56’lık kısmı yalnız başına ekmekten karşılanmaktadır. Ülkemizde, kişi başına günde ortalama 450 gram ekmek tüketilmektedir.

Buğday unu, temizlenmiş ve tavllanmış buğdayın öğütülmesi ile elde edilen yarı işlenmiş bir gıdadır. Un kalitesi, genellikle unun ve hamurun ölçülebilir nitelikteki fiziksel, kimyasal ve teknolojik özellikleri ile tahmin edilmektedir. Genellikle kaliteli un deyimi ile kuvvetli un ifadesi karıştırılmaktadır. Unun kuvvetli oluşu, özellikle ekmekçilikte protein miktarı ve kalitesi ile ilgilidir. Unların rengi, protein miktarı, protein kalitesi, uniformitesi, su tutma kapasitesi, yoğurma ve fermantasyon toleransı, hamurun gaz meydana getirme kabiliyeti, glutenin gaz tutma kapasitesi ekmeklik unların başlıca kalite göstergeleridir. Ekmeklik unlar öğütme işleminden hemen sonra kullanılmazlar. Yaz aylarında en az iki hafta, kış aylarında ise normal şartlarda 3 hafta dinlendirilerek olgunlaştırılmaları gerekir. Bu dinlendirme sonucu un oksidasyona uğramakta, bunun sonucu unun rengi ağarmakta, hamur kolay işlenebilirlik kazanmakta, hamurun mayalanma kabiliyeti artmakta, daha kaliteli ve verimli ekmek elde edilmektedir.

Hamurda, diğer bileşenlerin karışmasını sağlayan, hamura arzu edilen akışkan yapıyı kazandıran mayalanmayı temin eden ve son ürün kalitesi üzerinde etkili olan bir bileşendir. Ekmek yapımında orta sertlikte su kullanılmalıdır (8-12 Fransız sertliği).

Tuz genel anlamda sodyum ve klor elementlerinden ibaret beyaz kristal bir maddedir. Ekmeğe tat vermesinin yanında hamur yapısını düzeltmektedir.

Ekmekçilikte kullanılan tuzda aranan başlıca özellikler şunlardır:

Depolanması sırasında topaklaşmaya neden olmayacak granül bir yapıda olması.

Fiziksel olarak temiz, parlak ve beyaz olması.

Suda çözünürlüğünün yüksek olması.

Bakır ve demir minerallerini içermemesi.

İlk ekmeğin üretimi ile ilgili bilgiler MÖ 4000 yıllarında, Babil’e kadar uzamasına rağmen, ilk mayalı ekmek üretiminin MÖ 1800 yıllarında eski Mısır’da, hamurun tesadüfen kendi haline bırakılmasıyla gerçekleştiği bilinmektedir. Başta ekmek olmak üzere genellikle çeşitli fırın ürünlerinin üretiminde mayalanma, hamurda hacim artışı ve karbondioksitin varlığı ile ortaya çıkmaktadır. Maya faaliyetinin en verimli olduğu sıcaklık 30-36 derece, bağıl nem yüzde 60-70’dir.

Ekmek yapımı işlemleri

Ekmek üretiminde ilk önemli işlem, hamuru oluşturmak üzere çeşitli maddelerin, karışımın (hamurun) her tarafına aynı elastikiyet ve yoğunluğu kazandıracak şekilde yoğurulmasıdır.

Yoğurmadan sonra hamurun belli bir süre mayalanması (fermente edilmesi) gereklidir. Zira, hafif yüksek hacimli kaliteli bir ekmek üretimi için fermantasyon şarttır.

Kazan fermantasyonu ile hamurun pişirilmesi arasındaki sürede, hamur şu işlemlerden geçer:

Kesme

Yuvarlama

Ara fermantasyon

Şekil verme

Son fermantasyon

Bıçak atma

Piştirme sonucu, hamur, sıcaklık yardımıyla kolayca hazmedilebilen aromatik bir ürüne (ekmeğe) dönüşür.

Ekmeğin ortalama piştirme sıcaklığı 220-245 derece, piştirme süresi ise ekmek büyüklüğüne bağlı olarak 18-20 dakikadır.



© lezzetler.com tarif no:171953 • adi:Ekmekçilik • gönderen:Selver Somuncu • indirme tarihi:09.04.2025 - 23:24