



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ EKMEK (KONYA)

Hamur için:

4 su bardağı un
1 paket instant maya
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı şeker
1,5 su bardağı ılık su

İç harcı için:

500 gram kıyma
2 adet soğan
3 adet domates
3 orta boy biber
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber

Öncelikle hamuru yapmakla başlayalım. (Hamur yoğurmakla uğraşmak istemezseniz eğer evinizin yakında ki bir fırından ekmek hamuru alabilirsiniz.)

Mayayı bir kaba alın. Üzerine 1,5 su bardağı ılık su ve 1 tatlı kaşığı şeker koyup eritin.

Yoğurma kabına aktardığınız unun ortasına bir çukur açın ve mayalı suyu yavaş yavaş ekleyip yoğurun.

Yoğurduktan sonra hamuru kapatıp en az yarım saat mayalanması için bırakın.

İç harcı için geniş bir kaba kıymayı alın. Karışık yapmak isterseniz peynir de rendeleyebilirsiniz.

Kıymanın içine domates ve soğanları rendeleyin.

Biberleri çok küçük ve ince doğrayın.

En son bütün baharatları da ekledikten sonra iç harcı elinizle yoğurun.

Mayalanan hamurdan yumurta büyüklüğünde parçalar alın.

Aldığınız parça hamuru bir oklava yardımıyla ince uzun açın. (Etlı ekmek normalde ince ve uzun açılır ama siz dilediğiniz gibi şekil verebilirsiniz)

İç harcı hamurun üzerine sos sürüyormuş gibi elinizle yayın.

Tüm malzemeye aynı işlemi yapın.

Fırını 250 dereceye ayarlayıp önceden ısıtın.

Büyük bir fırın tepsisine yağlı kağıt serin ve etli ekmekleri birbirine paralel olacak şekilde yerleştirin.

Tepsiyi fırına verin. 10-15 dakika piştikten sonra çıkartın.

Harareti biraz geçince servis edebilirsiniz.

Not: Dilerseniz içine limon sıkıp maydanoz ya da roka koyup dürüm yapıp yiyebilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:145645 • adı:Etlü Ekmek (Konya) • gönderen:ay ışığı • indirme tarihi:01.04.2025 - 07:24