



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETNİK EKMEK

- 1 paket çabuk maya
- 1.5 su bardağı su
- 1 ay kaşığı şeker
- 2 ay kaşığı tuz
- 1 orba kaşığı zeytinyağı
- Üzeri için:
- 1 ay bardağı susam
- 1 ay bardağı kekik
- 1 ay bardağı sumak
- 1,5 çay bardağı zeytinyağı

Ekmek hamuru yapılır, 1 saatliğine dinlenmeye bırakılır. Bu arada önce kuru olarak susam, kekik, sumak karıştırılır. Üzerine zeytinyağı eklenir. Dinlenen ekmek hamuru 8 eşit parçaya ayrılır. Merdaneyle tatlı tabağı kadar açılır. Üzerine hazırlana harç paylaşılır ve yayılır. Fazla kabarmaması için ara ara parmak uçlarıyla bastırılır. Lahmacun gibi tepsiye konur. 190 derece fırında hamur kızarana kadar pişirilir.