



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRIN BİDESİ (SEYDİLER KASTAMONU)

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

20 kg. Un
2 Avuç Tuz
Alabildiği Kadar Su
400 gr. Ekşi maya
Alabildiği Kadar Tereyağı

Un, su, tuz ve ekşi maya bir teknede karıştırılır ve yoğrulur.
Sonrasında hamurun üstü örtülerek kabarmaya bırakılır. 2 saat kadar öylece kalır.
Dinlendirilen hamur pözülere ayrılır. Oklavayla tek tek açılır.
30 cm çapında açılmış olan hamur iç konulduktan sonra kapatılır ve tabanı ateş tuğlasından yapılmış taş fırına atılıp yaklaşık 5 dakika pişirilir.
İsteğe göre patatesli, kesikli ve soğanlı yapılabilir.
Bide piştikten sonra tereyağı ile yağlanır.

Not: Geçmişte günümüz çağdaş alış veriş olanakları yok idi. Bu nedenle ekmek başta olmak üzere bir çok temel gereksinim maddesi evde mütevazî olanaklar ile üretilir ve tüketilir idi. Bu maddelerin başında ise ekmek gelir idi. Ekmek gününüzde köşedeki market ya da fırından alındığı gibi bir iki tane satın alınmaz, bir fırın dolusu üretilir idi. Geçmişte evde ekmek bulunmadığında ya da evdeki ekmek çok bayatladığında fırın bidesi yapılarak ekmeğin yerine ikame edilirmiş.