



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## GALETA

İnstant maya - 1/2 paket  
Un 4,5 su bardağı - 500 gr.  
Su 1 su bardağı - 200 gr.  
Tuz 1 tatlı kaşığı - 8 gr.  
Şeker 1 tatlı kaşığı  
Sıvı yağ 1 çay bardağı - 90 gr.  
Susam 100 gr.

Bütün malzemeler karıştırılır. Homojen ve yapışkan olmayan bir hamur olana kadar yoğrulur. 10 dk. dinlendirilir. Hamur küçük parçalar halinde kesilir ve yuvarlanır 15 dk. dinlendirilir ve bir parmak kalınlığında çubuk şeklinde açılır. önce suya sonra susama batırılır 45 dk. kabarması için bekletilir. Uzun çubuklar küçük parçalara kesilir. 220 derece ısıtılmış fırında 15-20 dk. pişirilir.