



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GRİSSİNİ

140 gram tam buğday unu
100 gram sade un
100 gram buğday unu
10 gram yaş maya
35 ml zeytinyağı
1 çay bardağı ayıklanmış ay çekirdeği
1 çorba kaşığı anason
1 çorba kaşığı susam

Hamuru için ölçülü olan bu malzemeleri bir kabın içinde karıştırın. 45 dakika kadar dinlendirip mayalanmaya bırakın. Kabarınca tekrar yoğurup bir saat daha bekletin. Daha sonra elinizi yağlayıp zemini de yağlayın. Üzerine anasonu, susamı ve ayıklanmış çekirdekleri serpin, elinizle bastırıp hamura yedirin. Dilimler halinde kesip burgu gibi hamura galeta şekli verin. 250 derecede 15 dakika kadar pişirin. Biraz soğutup daha gevrek olmasını sağlayın.