



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## HAVUÇ BAGETLER

<https://ihe.com.tr>

1,5 çay bardağı kepekli un  
2,5 su bardağı esmer un  
20 gr. maya  
2 ay kaşığı malt ekstresi  
3,5 çay bardağı havuç suyu  
1,5 çay kaşığı tuz  
1/4 çay kaşığı kişniş  
2 ince rendelenmiş havuç

Çukur bir kap içinde iki cins unu karıştırın. Ortasını havuz gibi açarak ezilmiş maya, malt ekstresi ve bir çay bardağı havuç suyunu ilave edin. Kpkleninceye kadar dinlendirin. Diğer malzemeleri ilave edin. Nemli ve esnek bir hamur elde edene kadar elinizle yoğurun. Üzerini örterek uygun sıcaklıkta kabarana kadar bekletin. Kabaran hamuru yeniden yoğurup iki eşit parçaya ayırın. İkisini 30'ar santim uzunluğunda yuvarlayın. Yağlı kağıt yayılmış fırın kabına yerleştirip ikinci kez dinlendirin. Bir bıçakla kabaran hamurların üzerine 1 cm. derinliğinde enlenmesine kesikler atın. Fırın kabının içine ılık su doldurulmuş ufak bir kap yerleştirin. Önceden 230 derecede ısıtılmış fırında 10 dakika pişirin. Daha sonra fırının ısısını 180 dereceye düşürerek 30-35 dakika daha pişirin. Fırından aldığınız ekmeğin üzerine parlak görünmesi için firayla krema yada süt sürün.