



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARABUĞDAY EKMEĞİ

500 gr kavrulmamış karabuğday unu
350 ml ılık su
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı toz kuru maya
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı sirke
2 orta boy yumurta

Cam bir kasede ılık su ve toz mayayı çırparak homojen olana dek karıştırın. Aktive olması için 10 dakika bekletin.

Ayrı bir kasede yumurta ve zeytinyağını köpük köpük olana dek çırpın, bir kenara ayırın.

Geniş bir kaseye karabuğday ununu koyun ve ortasına bir havuz açın. İçine yumurtalı karışımı, mayalı karışımı, sirke ve tuzu ekleyin. Bir kaşık yardımı ile homojen olana dek karıştırın.

Bir kalıbı pişirme kağıdı ile kaplayın. Hamuru içine dökün. Kapalı fırınınızın içinde 1 saat mayalandırın. 200 derece fırında 40-45 dakika pişirin

