



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAVURMALI KÖY EKMEĞİ

4 su bardağı un
1 su bardağı kepekli ekmek
2 çorba kaşığı keten tohumu
1 paket yaş maya
1 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı şeker
Aldığı kadar ılık su
250 gr kavurma
2 adet soğan
1 yemek kaşığı salça
1 tutam taze kekik
1 tutam karabiber
150 gr tereyağı
1 su bardağı yoğurt

Karıştırma kabına unu alın. Üzerine keten tohumu tuz ve şekeri ekleyerek karıştırın. Ortasını açarak içine mayayı koyun. Su ile mayayı erittikten sonra ortadan itibaren alabildiği kadar ılık su ile hamuru yoğurun. Diğer tarafta iç harcı için soğanları minik doğrayın. Soğanlar yağda kavrulurken kavurmaya da doğradıktan sonra ilave edin. Salçayı da ekleyerek kavurmaya devam edin. İç harç ve hamur hazır olunca ekmeği elinizde tatlı tabağı büyüklüğünde açın. İçine iç harç koyarak kapatın. Yuvarladıktan sonra yağlanmış tepsiye alarak üzerine yağ ile karıştırılmış yoğurt sürün, bir süre mayalanması için bekletin. 180 derecede pişirin.