



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIYMALI EKMEK

500 gr. tam buğday unu
1 tatlı kaşığı kuru maya
2 su bardağı Su
1 tatlı kaşığı tuz
300 gr. Kıyma
25 gr yağ
3 adet orta boy soğan
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
25 gr dövülmüş ceviz
Yarım demet maydanoz
200 gr tavşan kıyma

Unu yoğurma kaba alın. Kuru mayayı una karıştırın. Ortasını açın ve tuzu ekleyin.

Suyunu yavaş yavaş katarak ekmek hamuru kıvamında bir hamur elde edin.

Hamurun üzerini örtüp, mayalanmaya bırakın.

Bu sırada içi hazırlayın. Soğanı doğrayın, yağda hafif sarartın ve kıymayı ilave edin.

Kıyma kavrulunca baharatlarını tuz ve ince doğranmış maydanozu ekleyin. Karıştırıp ocaktan alın.

2 katına çıkan hamurdan, yumruk büyüklüğünde parçalar alıp merdaneyle açın. Kenar kısımlar daha ince olsun.

Orta kısma içten 3-4 kaşık kadar koyun ve kenarlarını büzerek kapatın.

Teflon tavada, kısık ateşte iki taraflı kızartın.

