



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY KEPEKLİ EKMEK

<https://www.sokeun.com/>

5 su bardağı Söke® un
4 su bardağı Söke® Kepek unu
3,5 su bardağı ılık su (45°C)
2 paket hazır kuru maya
1 su bardağı bal
5 yemek kaşığı eritilmiş tereyağı
1 yemek kaşığı tuz

Geniş bir kapta ılık su, maya ve ½ bardak balı eritin. 5 su bardağı Söke® unu ekleyerek karıştırın, yaklaşık 30 dakika ılık bir yerde nemli bir bezle örterek hamur büyüüp baloncuklar oluşturmaya başlayınca dek dinlendirin.

Hamura 3 yemek kaşığı eritilmiş tereyağı, kalan balı ve tuzu ekleyin. Söke® kepek ununun yarısını ekleyin. Düz bir tezgahı unlayıp hamuru yoğurmaya başlayın, kalan kepekli unu eklemeye devam edin. Hamurun kıvamı yapışkanlığı gitmiş, tezgahı çekebileceğiniz sertlikte ama çok ele de yapışacak derecede yumuşak olmalıdır. Bu kıvam için ek olarak 2-4 su bardağı arası Söke® Kepek unu ekleyebilirsiniz. Hamuru yuvarlayarak yağlanmış bir tepsiye yerleştirin, nemli bir bezle örterek hacmi 2 katına çıkıncaya dek ılık bir ortamda dinlendirin. Dinlenmiş hamuru hafifçe 1 kez yoğurarak ekmek kalıplarınıza yerleştiriniz ve hamur, kalıpta biraz daha yükselinceye dek dinlendiriniz.

175-180°C'de 25-30 dakika pişiriniz, fazla süre pişirmeyiniz, kabuğu sert olacaktır. Fırından çıkan ekmekleri kalan 2 yemek kaşığı tereyağı ile hafifçe fırçalayınız.