



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAYASIZ KOLAY EKMEK

<https://www.sabah.com.tr>

1 su bardağı süzme yoğurt
1/2 su bardağı su
1 paket (10 gram) karbonat
1 adet yumurtanın akı
3.5 su bardağı un
Tuz
Üzeri için:
1 adet yumurta sarısı
1-2 çorba kaşığı keten tohumu

Yoğurt, su, karbonat, yumurta akı ve tuzu derin bir kaba alıp tahta kaşıkla hepsini karıştırın. Üzerine 3 su bardağı unu yavaş yavaş (tezgahı sık sık kalan yarım su bardağı un ile unlayarak) ilave edin ve dıştan içe doğru yoğurarak ele yapışmayacak bir hamur elde edin. Yağlanmış orta boy döküm bir tavaya elinizle bastırarak yerleştirin. Üzerine yumurta sarısı sürüp, keten tohumu serpin ve önceden ısıtılmış 160 derece fırında 45 dakika pişirin.

