



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ BÜKME (AFYONKARAHİSAR)

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

Hamuru için:

5 su bardağı + 2 yemek kaşığı un

1 tatlı kaşığı tuz

1 çay bardağı ayçiçeği yağı

30 gram yaş maya (1 paket: 42 gram)

3 yemek kaşığı toz şeker

Yeteri kadar su

Aralara ve üzerine sürmek için:

1 su bardağı haşhaş ezmesi

1 çay bardağı ayçiçeği yağı

İçi için:

1 su bardağı yeşil mercimek

2 yemek kaşığı tereyağı

1 adet soğan

Tuz

Kimyon

Karabiber

Pul biber

Öncelikle hamur için un ve tuzu yoğurma kabına alın. Ayçiçeği yağı, yaş maya ve toz şeker ilave edin. Kulak memesinden daha sert bir hamur elde edene kadar su ilave edip, tüm malzemeyi yoğurun. Üzerini nemli bir bezle örtün ve oda sıcaklığında 10 dakika dinlendirin. Hamurların aralarına sürmek için ezilmiş haşhaş ve ayçiçeği yağını bir kaptaki karıştırın.

İç harcı için yeşil mercimeği bir gece öncesinden ıslatın ve ertesi gün süzün. Üzerini geçecek kadar suyla tencereye alın ve yumuşayana kadar pişirin (suyu kaldıysa süzün). Tereyağını bir tavada eritin ve kıyılmış soğanı kavurun. Mercimeği ekleyin ve tuz, kimyon, karabiber, pul biber katın. Tüm malzemeyi 2-3 dakika kavurun ve soğumaya bırakın.

Dinlenen hamuru 3 eşit bezeye ayırın ve her birini oklava yardımıyla yarım cm kalınlığında açın. 1 adet hamurun üzerine her tarafını kaplayacak şekilde haşhaşlı harçtan sürün. Uzunlamasına 3 parçaya kesin ve bu hamurları üst üste koyup tekrar yoğurun. Kalan 2 adet bezeye de aynı işlemi uygulayın. Bezelerin her birini 3'e kesip toplam 9 adet beze elde edin. Her bir bezeyi açın ve uzun kenarına mercimekli iç harçtan koyun. Rulo şeklinde sarın ve 3 parmak genişliğinde kesip fırın tepsisine yerleştirin. Diğer hamurları da aynı şekilde hazırlayın. Üzerlerine haşhaşlı harçtan sürün ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana kadar pişirin.



© lezzetler.com tarif no:157470 • adı:Mercimekli Bükme (Afyonkarahisar) • gönderen:Doctor • indirme tarihi:05.04.2025 - 09:25