



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ BÜKME (AFYONKARAHİSAR)

Çiğden Altınöz

Malzemeler (Hamur İçin):

1,5 kg un

1 fincan sirke

1/2 kg. ayçiçek yağı

125 gr İçyağı

haşhaş ezmesi

tuz

su.

İçi İçin:

2 su bardağı mercimek

1 adet orta büyüklükte soğan

tuz

karabiber.

Yapılışı:

Mercimekler haşlanır, soğanlar küçük küçük doğranır, kavrulur. Haşlanan mercimeklere yağda kavrulan soğan, karabiber ve tuz eklenerek karıştırılır ve soğumaya bırakılır.

Un, sirke, tuz ve su karıştırılarak kulak memesi kıvamında yoğurulur. Yoğurulan hamur iki eşit parçaya bölünerek bezeler elde edilir.

Bezeler oklava ile açılır. Yufka gibi açılan hamurun üzeri eritilmiş içyağı (ayçiçek yağı ile karıştırılmış iç yağı) ile yağlanır, ezilmiş haşhaş (ayçiçek yağı ile karıştırılmış haşhaş ezmesi) sürülür ve açılan hamur katlanır. Rulo hale getirilir, küçük kare parçalara kesilir.

Küçük hamur bezeleri oklava ile yuvarlak açılır. Ortasına uzunlamasına mercimek içi konulur. Kenarlar mercimek üzerine katlanır. Ters çevrilerek yağlanmış tepsiye sıralanır. Daha önceden ısıtılmış fırında pişirilir.