



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

MÜSLİLİ EKMEK

315 ml su
1 yemek kaşığı margarin
1/2 yemek kaşığı şeker
1 tatlı kaşığı tuz
500 gram ekmeklik un
1/4 su bardağı tam buğday unu
1/2 su bardağı çavdar unu
1 yemek kaşığı instant maya
1 su bardağı prebiyotik müsli

Unları, tuzu ve mayayı karıştırın. Unun ortasını açıp yoğurdu ve margarini ekleyin. Hamuru, arada ihtiyaca göre un ekleyerek yoğurun. Yoğurduğunuz hamuru yarım saat dinlendirin. Yoğurduğunuz hamura 15 dk suda ıslatılmış ve süzgeç yardımıyla iyice süzölmüş prebiyotik müsliyi ekleyin. Dinlendirdikten sonra hafifçe yoğurup yuvarlak şekil verin ve tepsiye alın. Sıcak bir yerde 20 dakika kadar bekletin. Fırını 250C'ye getirin. Ekmeğinizin üzerine keskin bir bıçakla artı işareti atın. 10 dakika pişirip ısıyı 200C'ye getirin. Yaklaşık 25 dakika daha pişirip fırından çıkartın. Biraz ılıyınca kesip (sıcakken kesince içi hamur oluyor) servis yapın.

