



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOKUL (SİNOP)

Milli Eğitim Bakanlığı

- 1 kg un
- 1 paket yaş maya
- 1 paket susam ve çörek otu
- ½ çay bardağı (yufka içine sürmek için) sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı şeker
- İç i için:
- 1 kg az yağlı kıyma
- 2 orta boy kuru soğan
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı tepeleme karabiber
- ½ çay bardağı sıvı yağ

1 bardak ılık su içine 1 tatlı kaşığı şeker ve maya konularak mayanın kabarması beklenir.

Elenmiş unun içine maya, tuz ilave edilerek kulak memesinden daha yumuşak hamur yoğrulur.

Üstü nemli bezle örtülerek ılık bir ortamda mayalanmaya bırakılır (en az yarım saat).

Kıymalı iç harcı için soğan küp küp doğranır, çok az sıvı yağda kavrulur, içine kıyma ilave edilerek kavurmaya devam edilir, tuz karabiber ilave edilerek soğumaya bırakılır.

Mayalanan hamur 10 tane zıvala (beze) yapılır.

Her zıvala ince bir şekilde açılır, içine biraz sıvı yağ gezdirilir ve kıymalı içten serpilir.

Yufka; rulo şeklinde yarısına kadar sarılır, diğer taraf da ortaya kadar sarılır ve bıçakla ikiye bölünerek yağlanmış tepsiye düz konur (Yufka, salyangoz gibi sarılarak da tepsiye dizilebilir.).

En az yarım saat ılık ortamda mayalandırılır.

Üstüne yumurta sarısı sürülür, susam ve çörek otu serpilir.

200 derecede üstü kızarıncaya kadar pişirilir.

