



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

500 GRAM ORGANİK EKMEKLİK BUĞDAY UNU

10 gram tuz
20 gram yaş maya
40 gram şeker
25 gram tereyağı
125 gram süt
175 gram su

Tereyağını yumuşatıp diğer malzemelerle birlikte bir karıştırma kabına alın.
Homojen görümlü bir hamur elde edene kadar yoğurun.
Hamuru hacminin iki katına çıkana kadar mayalandırın.
Ardından kendi kabının içinde katlayıp yeniden mayalandırın.
Hamuru elinizle 20x40 santimetre ölçülerinde açın.
Kendi içine doğru katlayıp bastırarak rulo yapın.
Birleşim yeri alta gelecek şekilde unlanmış bir tepside henüz ısıtılmamış fırına koyun.
Yanına nem oluşturması için bir bardak sıcak su koyun.
Son mayalandırmayı yapın ve suyu fırından çıkarın.
180 dereceye ısıtılmış fırında 45 dakika iç sıcaklığı 97 dereceyi geçene dek pişirin.
Fırından çıkarılıp soğuyana kadar bir fırın teli üzerinde dinlendirin.

