



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYALI EKMEK

MALZEMELER

2 su bardağı un
1 su bardağı soya unu
2 su bardağı kepekli un
1 paket Instant maya
1 tatlı kasığı tuz
1 tatlı kasığı toz şeker
Yarım çay bardağı sıvı yağ
2 su bardağı ılık su

YAPILIŞ TARİFİ

Un, soya unu, kepekli un ve mayayı karıştırın. Tuz, şeker, sıvı yağ ve suyu ekleyip iyice yogurun. Üzerini kapatıp oda sıcaklığında 40-50 dakika dinlendirin. 28 cm çapındaki tepsiyi yağlayın. Ellerinizi de yağlayıp hamuru kaptan alın ve tepsinin içine bastırarak yayın. Üzerini kapatın, 30 dakika daha dinlendirip önceden ısıtılmış 180 dereceli fırında 25-30 dakika pişirin.