



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ KEPEK EKMEĞİ

2 su bardağı süt
1 çorba kaşığı şeker
1 çorba kaşığı yaş maya (10 gram)
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2,5 su bardağı tam buğday unu
1 su bardağı kepekli un

Ekmek ya da pizza hamuru yaparken, önce mayanın hazırlandığını biliyorsunuzdur. Mayayı bir miktar ılık sütle karıştırıp üzerine bir tutam un serpin, köpük köpük oluncaya kadar bekleyin. Ardından şeker, zeytinyağı ve ılık sütü köpüren mayanın içine karıştırın. Üzerine yavaş yavaş un ekleyerek yoğurun. Yumuşak bir hamur haline getirin, 30 dakika kadar dinlendirin. Mandalina büyüklüğünde parçalar kopartıp top ekmekler yapın, tepsiye dizin. 200 derecedeki fırında kızarıncaya kadar pişirin. Sıcak ekmekleri kahvaltıda sofrasına getirip misafirlerinizi şaşırtın. Not: Unutmayın, hamur çok yumuşak olmalı.