



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAHILLI EKMEK

- 1 su bardağı beyaz un
- 1 su bardağı kepek unu
- 1 su bardağı çavdar unu
- 1/2 çay bardağı içme suyu
- 1 çay kaşığı instant kuru maya
- 1,5 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay bardağı mısır unu
- 3 kaşık margarin

Çukurca bir kabın içerisine unları, tuzu, margarini, mayayı ekleyip karıştırın. Suyu ilave ederek tahta kaşıkla iyice karıştırın. (civık bir hamur oluyor) Kabınızın üzerini streç film ile sarın ve 12-18 saat arası mutfak ısısında dinlenmeye bırakın. 12 saat sonra hamurunuz kabarmış üzerinde onlarca gözenekler varsa tamamdır. Yoksa, 1-2 saat daha bekleyin kabarma ve gözenek ipuçlarını gözlemleyin. Hamuru alacağınız masa veya tezgahın üzerine, temiz bir mutfak havlusu serdikten sonra havlunun yarısına bolca un serpin. Elinizde bolca unlayarak hamuru alın, havlunun unlu kısmının üzerine koyun. Hamurunuzu 2 kez katlayın. Üzerine bolca un serptikten sonra, havlunun diğer yarısını kapatın ve 2 saat bekletin

1.5 saatin sonunda fırını 240 dereceye ayarlayın ve içerisine pişirme kabını kapağıyla birlikte yerleştirin, yarım saat durucak. 2 saat dolduktan sonra, fırındaki sıcak kabı elimizi yakmayacak kalın bir havluyla tutarak çıkartalım. Havluda sarılı duran hamuru sıcak kabın kenarından kaydırarak yerleştirelim. Kabı sallayarak hamuru oturtun. Kapağını kapatıp 30 dk. pişirdikten sonra kapağını çıkartıp 15 dk. üzerini kızartın ve fırından alıp soğumaya bırakın.

