



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAM BUĞDAY UNLU ZEYTİNLİ EKMEK

<https://www.droetker.com.tr>

Hamur:

250 g un

250 g tam buğday unu

1 poşet Dr. Oetker Hızlı Maya

1 tatlı kaşığı tuz

1,5 su bardağı ılık su

2 yemek kaşığı zeytinyağı

1 tatlı kaşığı kekik

1,5 su bardağı doğranmış siyah zeytin

Fırın tepsisine pişirme kağıdı serin. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Alt-üst pişirme: 190 °C

Turbo pişirme: 180 °C

Unu derin bir kaba eleyin. Tam buğday unu, maya ve tuzu ilave edip kaşık ile karıştırın. Üzerine ılık su ve zeytinyağını ekleyip iyice yoğurun. Hamura kekik ve zeytinleri ilave edip tekrar yoğurun. Hafif unlanmış tezgahta yuvarlayarak ekmek şekli verin ve fırın tepsisine alın. Hamurun üzerini keskin bir bıçak ile 5-6 yerinden 2-3 mm derinliğinde kesin. 15 dakika bekletin ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 45 - 55 dakika

Fırından çıkarıp bir soğutma teli üzerine alın ve soğumaya bırakın.

