



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVADA SÜNGER EKMEK

- 3 su bardağı un
- 1 paket çabuk maya
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı şeker
- 1 kase ayran
- 1 çay bardağı sıvıyağ

Yoğurma kabına un, çabuk maya, tuz ve şeker ilave edilir. Çol güzel karıştırılır. Ortası açılır, ayran eklenir. Çıvık orta sertlik arası bir kıvamlı hmur elde edilir. Son olarak sıvıyağ ilave edilir. Üzeri kapatılır, yarım saat dinlendirilir. Sonra eller yağlanarak alt-üst edilir. Uygun büyüklükte bir tava yağlanır. Hamur üzerine konur ve parmak uçlarıyla bastırarak yerleştirilir. Orta ateşe yerleştirilir. Üzerine bombeli bir kapak kapatılır. Bir yüzü pişince diğer yüzü çevrilir.