



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TEMEL HAMUR

175-200g sert un
1 yumurta
1 yumurtanın akı
1 çorba kaşığı ayçiçek yağı

Hamuru blendırda hazırlayacaksanız, blendır kabına 175 g un, yumurta, yumurta akı ve çiçekyağını koyup, 30 saniye karıştırın. Oluşan hamur top haline geliyorsa ve dokunulduğunda ıslaksa, blendırı yeniden çalıştırıp, hamur esnek ve yapış yapış olmayan bir kıvam alıncaya kadar kaşık kaşık un ekleyin (top haline gelmiyorsa ve yoğrulamayacak kadar sertse, blendır çalıştırarak 1 ya da birkaç tatlı kaşığı su ekleyin). Hamuru hafifçe unlanmış tezgâha aktarıp, yoğurun ya da erişte makinesinde yaprak haline getirin.

Hamuru elle hazırlayacaksanız, bir kâseye 175 g un koyup, ortasını havuz gibi açın. Açtığınız çukura yumurta, yumurta akı ve ayçiçek yağını koyup, bir tahta kaşıkla yumurtaları ve yağı karıştırın. Çizdiğiniz daireleri genişleterek, bütün unu yedirinceye kadar karıştırmayı sürdürün. Hamuru hafifçe unlanmış mutfak tezgâhına aktarıp, birkaç dakika yoğurun: Tezgâhtan hiç iz bırakmadan ayrılması gerekir. İz bırakıyorsa, her seferinde bir çorba kaşığı un ekleyerek, yoğurmayı sürdürüp (hamur çok sertse ve parçalanıyorsa, her seferinde 1 tatlı kaşığı su ekleyerek esnekleşinceye kadar yoğurmayı sürdürün), 10 dakika daha yoğurun (pürüzsüz ve esnek olmalıdır) ya da erişte makinesinde yassılın. Erişte makineniz yoksa, hamuru plastik filmle ya da yağlı kâğıtla sarıp, bir kenarda 15 dakika bekletin. Sonra merdaneyle yassılatarak, yaprak hamur haline getirin.

Not: Temel hamur aslında 155-200 g sert una 2 yumurta katılarak hazırlanır. Bu tarifte, kolesterol kapsamını düşürmek için, 1 yumurta ve 1 yumurtanın akı kullanılmıştır.