



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TONGUÇ

1 yemek kaşığı şeker  
625 gr ılık süt  
2 çay kaşığı toz maya  
400 gr un  
1/2 çay kaşığı karbonat

Şekeri sütte eritip üstüne toz mayayı serpiştirin ve köpüklenene dek, 10 dakika ılık bir yerde bırakın. Un, tuz ve karbonatı bir kâbin içine eleyin. Maya eriyiğinin yarısını una katıp iyice karıştırın ve sonra kalan eriyiği de katıp yumuşak bir hamur yapın. İyice çırpın. Üstüne nemli bir bez örtüp, hamur iki misli büyüyene dek ılık bir yerde bırakın. Kalın bir kızartma tavaını iyice yağlayın 8 cm, çapındaki, iki tarafı açık halka biçimli kalıpları da yağlayıp, tavanın içine bir parça hamur atarak kızgınlığını kontrol edin. Tavaya koyduğunuz halka kalıpların içine ikişer kaşık hamurdan koyun 4 dakika sonra ateşi kısıp, 6 dakika daha pişirin. Halkaları çıkarıp, tonguçların diğer yüzlerini de kızartın. Sıcak olarak ve bol tereyağı sürerek servisini yapın.