



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUFKA EKMEĐİ

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

500 g tam buđday unu, bir miktar ekstra
1 tatlı kaşığı tuz
250-300 ml su, ılık

Un ve tuzu geniş bir kaptaki karıştırın.

Ortasına bir havuz açın ve 250 ml suyu dökerek 10 dakika yoğurun. İhtiyaç görürseniz 50 ml su daha ekleyebilirsiniz.

Üzerini bezle örterek 30 dakika dinlendirin.

Hamuru 12 eşit parçaya bölün. Üzerini tekrar bezle örterek 20 dakika daha dinlendirin.

Unladığınız düz bir zeminde her parçayı oklavayla incecik yufka halinde açın.

Sacı orta ateşte 10 dakika ısıtın. Dökme demir tava da kullanabilirsiniz.

Yufka ekmeğlerin her iki tarafını 50 saniye pişirin. Hemen servis edin.

Not: Ekmeğler kurduktan sonra yenileceği zaman üzerine hafif su serpererek katlayın, yumuşayacaktır. Yufka ekmeği, kırsal kesimde mutfağın temel direğidir. Hasat sonrası, un değirmenlerde çekilince imece usulü yufka ekmeğ yapılır, kurutularak saklanır. Eski Türk evi mimarisinde evlerin kiler bölümünde tavana askı gibi iplerle asılı salıncak gibi ekmeğ askılarında saklanır, böylece hem nemden, hem de her türlü haşarattan korunur. Kullanılacağı zaman su serpererek canlandırılır, dürüm yaparak yenir, ya da şerit şerit kesilerek banduma, bandırma gibi yemeklerde kullanılır, ufalanarak ommağ gibi salatalara katılır.

