

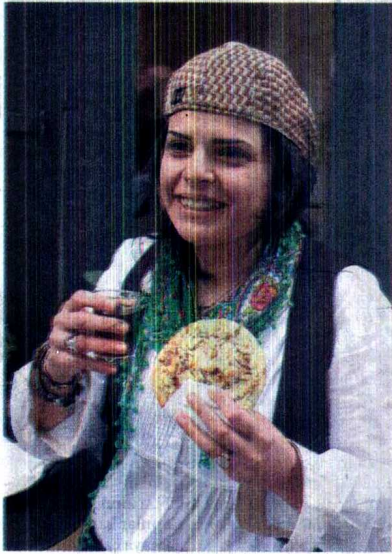


Refika'nın Mutfacı

YAZI
DİZİSİ **3**

EVDE EKMEK YAPALIM MI?

Evdekileri taze ekmek kokusuyla uyandırmak ister misiniz? Refika Birgül, sıcak, taze, mis kokulu ekmekler ve nefis pideler hazırlamanız için kolay tarifler sunuyor



Kitabımdaki pek çok tarifte ekmek hamuru kullanılıyor. "Hamur yapmak için uğraşamam. Ama evin ekmek kokması fikri hoşuma gidiyor" diyorsanız, mahalle fırınından hamur alabilirsiniz. Evde istediklerinizi ekleyip pişirebilir, sıcak ve çıtır çıtır yiyebilirsiniz.

Gelelim tarifimize: Bir kaptan bir bardak ılık suyla bir tatlı kaşığı maya ve bir çay kaşığı şekeri karıştırın, kabarmaya bırakın. Derin bir kaba, önce kabaran mayayı koyun, tuz ve suyu ekleyip karıştırın, çevirerek yoğurun. Elinize yapışan hamuru arada bir ılık suya batırıp reaksiyonu hızlandırabilirsiniz. Kaptaki tüm unu içine aldıktan sonra, artık elinize yapışmamaya başladığında, hazır demektir. Kuru bir bezle üstünü örterek, kabarmaya bırakın. 40 dakika sonra hazır olacaktır.

EKMEK İÇİN UN SEÇERKEN

Tam buğday ununda, buğdayın tamamı kullanılır. Daha besleyici, doyurucudur. Beyaz unun, nişasta ve şeker oranı yüksektir. Şekerimizi hızla yükseltir, kolay acıktır. Kısa bir süre evvel GDO'lu mısır unu ithalatına izin verildi. Üstelik üzerine 'GDO içerir' yazılmasına gerek duyulmadan, mısır ununuzu bildiğiniz yerlerden alın.

İKİ PEYİRLİ ŞEKİLSİZ EKMEK

MALZEMELER: ● 1 Ekmek hamuru ● 3 parça dil peynir ● 6 dil sarmısak ● 2 dal taze kekik ● 1 avuç sarı üzüm ● 20 celimlik karabiber ● 1/2 çay zeytinyağı ● 1 çorba kaşığı susam

YAPILIŞ: Sarmısakları, zeytinyağını, karabiberi, kekik karıştırın. Yağı hamurla yoğurun. Hamuru un serpilmiş tezgaha koyun. Dil peynirlerini ince ince kesin ve üzümle birlikte hamura ekleyin. Hamuru elinizle genişletip içe doğru çevirin. 20 kez tekrarlayın, böylece ekmeginizin pek çok katmanı olacaktır. Elinizle şekil verdiğiniz hamuru 15 dakika dinlendirin ve fırına verirken bir çorba kaşığı susam serpin. 200 derece fırında 30-40 dakika pişirin.



EKMEK HAMURU

6.5 bardak tam buğday unu,
2 bardak içme suyu (ılıkta sıcak),
2 çay kaşığı tuz,
2 çay kaşığı toz maya,
1 çay kaşığı toz şeker
* 1 kilo hamur elde edebilirsiniz,
aşağı yukarı üç ekmeğe denktir.



PİDENİN TEMEL MANTIĞI

Ekmek hamurunu bezelere bölün, ellerinizle açın. Malzemeleri hamurun üzerine dağıtın ve pideleri sıcak fırına koyun. Ana yemek olarak sunacaksanız ekmek hamurunu büyük bezelere bölüp 20-30 santimetre çapında açabilirsiniz. İç hazırlamanın temel mantığı malzemenin sulu olması, çünkü fırında kuruyacak. Pidelerin hamurunu hazırlamak için, bir ekmek hamuruyla bir bardak unu karıştırıp çoğaltın. Bezeleri, oklavayla 10-15 santimetre çapında açın. Bu sırada fırını ve ızgarayı 175 dereceye ayarlayın.



DÖRT DÖRTLÜK PİDELER!

KLASİK LAMNACIN ● 125 gr. çiğ kıyma ● 1 adet soğan ● 1.5 adet domates (rendelenmiş) ● 1 çay kaşığı biber salçası ● 1 çay kaşığı domates salçası ● 1 çay kaşığı pul biber ● 1 çay kaşığı karabiber ● 1 bağ maydanoz (ince kıyılmış) ● 2 çorba kaşığı zeytinyağı ● İstenirse ceviz ve kişniş tohumu.

BEYAZ PEYİRLİ VE PASTIRMALI ● 150 gr. beyaz peynir ● 1 adet yumurta ● 3 dam kekik ● 4 dilim pastırma ● 4 çorba kaşığı zeytinyağı.

YARIN: KÖFTE TARİFLERİ