



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

ÇİÇEK EKMEK



1 paket çabuk maya (instant)
Yarım su bardağı su
1,5 su bardağı süt
1 adet yumurta beyazı
1 tatlı kaşığı toz şeker
Yarım su bardağı sıvıyağ
1,5 tatlı kaşığı tuz
Alabildiğı kadar un
zeri için:
1 adet yumurta sarısı
1 tatlı kaşığı susam
1 tatlı kaşığı rekotu

- # Ilık su, maya ve şeker çukur bir kaba konur. Parmak uçlarıyla karıştırılır.
- # zerine ılık süt, tuz yumurta, yumurta beyazı ve sıvıyağ eklenir, biraz daha karıştırılır.
- # Son olarak ele yapışmayan , yumuşak bir hamur olana kadar azar azar un eklenerek yoğrulur.
- # Hamurun zeri kapatılır, ılık bir ortama konur, 1 saat bekletilir.
- # Süre sonunda hamur biraz daha yoğrulur. zeri kapatılarak tekrar yarım saat daha bekletilir.
- # İkinci bekletmeden sonra hamur 7 eşit parçaya ayrılır. Her parça yuvarlanarak top şekli verilir.
- # Yuvarlak, 30 santim çapında fırın kabı yağlanır.
- # Ortasına ilk top hamur konduktan sonra etrafına 6 adet top hamur ÇİÇEK şeklinde yerleştirilir.
- # Fırına vermeden önce yarım saat daha bekletilir.
- # Daha sonra üzerine yumurta sarısı sürülür. Çörekotu ve susam serpilir.
- # ÇİÇEK ekmek önceden ısıtılmış 190-200 derece fırında kıpkırmızı olana kadar pişirilir.
- # Fırından çıktıktan sonra ılık olarak sofraya getirilir.

Not: ÇİÇEK ekmek yaparken hamur topları sayısı 5 ya da 9 olarak da değıştirilebilir.