



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

GABARTLAMA



1 kibrit kutusu kadar yaş maya
1 tatlı kaşığı toz şeker
1,5 su bardağı ılık su
1 su bardağı ılık süt
3 orba kaşığı sıvıyağ
2 tatlı kaşığı tuz
1 adet yumurta
Alabildiği kadar un
zeri için;
1 adet yumurta
1 orba kaşığı un
Yarım ay bardağı su
1 tatlı kaşığı susam
1 orba kaşığı rekotu

- # Yoğurma kabına ılık su, yaş maya ve şeker konur. Parmak uçlarıyla maya eriyene kadar karıştırılır. zerine süt, yumurta ve sıvıyağ konur, karıştırılır.
- # zerine tuz ve ele yapışmayacak yumuşak kıvam alana kadar elenmiş un eklenerek yoğrulur. Hamurun zeri kapatılır, en az bir saat mayalandırılır.
- # Süre sonunda hamur dört parçaya bölünür, her parça unlu zeminde parmak uçlarıyla yemek tabağı büyüklüğünde açılır.
- # Gabartlamalar yağlı kağıt yayılmış tepsiye konur. Yarım saat daha bekletilir.
- # Daha sonra un, yumurta, su iyice karıştırılır, gabartlamaların üzerine sürülür. Susam ve çörekotu serpilir.
- # Tepsi önceden ısıtılmış 220 derece kızgın fırına sürülür, kızarana kadar pişirilir.

Not: Gabartlama, Ankara Nallıhan bölgesine ait bir tür pidedir.