



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

## LAVAŞ



Yarım kibrit kutusu kadar yaş maya  
1 ay kaşığı toz Őeker  
2 su bardağı su  
2 orba kaşığı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı tuz  
Alabildiği kadar un

- # Çukur yoğurma kabının içine ılık su, Őeker ve maya konur. Parmak uçlarıyla karıştırılır.
- # zerine, sıvıyağ tuz ve yumuşak kıvamda olacak Őekide un eklenerek yoğrulur.
- # Hazırlanan hamurun üzeri kapatılır, ılık bir ortamda 1 saat dinlendirilir.
- # Süre sonunda hamur 12 eşit parçaya ayrılır.
- # Her parça unlu zeminde, merdaneyle büyük tava büyüklüğünde açılır.
- # Tava orta ateşe yerleştirilir, yağ eklenmez. Isınınca açılan lavaş yerleştirilir.
- # Lavaşın bir yüzü açık pembe renkte kızarınca diğer yüzü çevrilir.
- # Diğer hamurlar daynı Őekilde hazırlanır.
- # Iine arzu edilen yiyecek konur ve dürüm yapılır.

**Not:** Lavaş aynı Őekilde hazırlandıktan sonra 200 derece önceden ısıtılmış fırında da pişirilebilir.