



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

KATIKLI EKMEK



1,5 su bardağı ılık su
1  ay kaşığı  eker
1 paket çabuk maya
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiğı kadar un
Harcı için:
2 su bardağı çökelek
2 adet kuru soğan
2  orba kaşığı biber salçası
1 tatlı kaşığı susam
2 tatlı kaşığı kekik
1 tatlı kaşığı reyhan
1  ay kaşığı tuz
1  ay bardağı zeytinyağı

- #  nce hamur hazırlanır; ılık su,  eker, tuz bir kaba konur.  zerine unla karıştırılmış maya katılır ve karıştırılır.
- # Azar azar un ekleyerek ekmek hamuru kıvamında yoğrulur. Pürüzsüz olması için un ekleme işlemi bittikten sonra da bir kaç dakika yoğrulmalıdır.
- # Hamurun  zeri kapatılır, ılık bir ortamda 45 dakika kadar dinlendirilir.
- # Bu arada harç hazırlanır; çökelek ve salça bir çatalla iyice karıştırılır. İnce kıyılmış soğan, kekik, reyhan, susam ve tuz eklenir.
- # Biraz daha karıştırdıktan sonra zeytinyağı ilave edilir.
- # Dinlenen hamur 15 eşit parçaya ayrılır. Her parça unlu zeminde, merdaneyle tatlı tabağı kadar açılır.
- # Hamurlar yağı kağıt serilmiş tapsiye yerleştirilir. Üzerlerine 1  orba kaşığı kadar harç konur ve yayılır.
- # Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15-20 dakika pişirilir.
- # Ilık olarak sofraya getirilir.

Not: Katıklı ekmek Hatay yöresinde bilinen bir tariftir. Harç evde hazırlanır ve  arşı fırınında pişirilir.