

Selamlar herkese,

22 Eylül günü ekmek üreticimiz Eda Hanım'ın evinde ekmek yapım sürecini gördük ve hatta bu hafta BÜKOOP'ta satılacak ekmeklerin bir kısmını da Hacer ile birlikte yoğurduk.

Sizinle tarifi ve ekmek yapım sürecini paylaşmak istedim bu vesileyle :)

Genel bilgiler:

- Eda Hanım ön mayalama tekniği ile ekmekleri üretiyor. Bu ne demek? Ekmeği yapmadan önce bizim ön maya diye bildiğimiz, ama **ekmekçiler buna otoliz diyor**, boza kıvamında bir karışımı minimum 4 saat önceden hazırlıyor. Bu süre ne kadar uzarsa ekmek o kadar kabarıyor, bir gece önceden hazırlayınca iyi oluyormuş mesela.
- Ayrıca Soğuk Fermantasyon denen bir yöntem de var, bu yöntem evde yapmak için daha pratik fakat onun tarifi ve detayları biraz farklı.
- Eda Hanım, kendisindeki ekşi mayayı 8-9 yıldır kullanıyor. Mayanın süresi uzadıkça ve maya farklı ortamlarda bulundukça, temas ettikçe, içindeki probiyotik bakteriler artıyor ve daha iyi bir hale geliyor.
- **Glutensiz Un?** Nohut, mercimek, mısır, yulaf, karabuğday... unları glutensiz unlardır.
- **Siyez unu glutensiz değildir** ama gluten miktarı düz beyaz una ve tam buğdaya göre daha azdır.
- Ekmek mayası aldım ben evde denemek için, isteyen olursa paylaşabilirim.





1 ekmek için malzemeler:

375 gr. otoliz
10 gr. tuz
100 (siyez için)-150 gr (tam buğday, cumhuriyet vs. diğer unlar için) su.
600 gr un
1 kaşık z.yağı

- Bir ekmek yapımı için otoliz ölçüsü 375 gr. olacak. Oranlar 1-1-1 şeklinde: 125 gr. su 125 gr. un 125.g ekşi maya.
- En az 4 saat (tercihen 1 gece) önceden hazırladığımız 375 gr. otolizi 600 gr. un ile karıştırarak 20 dk. ekmek yoğurma makinesi ile yoğurduk. Evde elinizde yoğuracaksanız bu süre 40-45 dk.'ya çıkmış.

- Daha sonra 100-150 gr. su ile çözdürdüğümüz tuzlu karışımı ve zeytinyağını ilave ederek yoğurma işlemine bir süre daha devam ediyoruz.
 - Tuz bakterilerin oluşumunu yavaşlattığından mayaya hemen konulmuyor, 20 dk. otoliz ve unu karıştırdıktan sonra koymak gerek.
 - Zeytinyağı 200 c'de yanmaya ve asidite olmaya başladığından, ekmek pişirirken fırının 200c'yi geçmemesi önemli.
- Tuzlu su eklenen ve iyice yoğurulan hamur, arasına hava girecek şekilde sürekli katlanarak 5 dk. kadar şekil verdiriliyor ve hamur her tarafı unlandıktan sonra, yağlanmış bir kalıba konuluyor. Eda Hanım'ın kullandığı ekmek kalıbı 25 cm. uzunluğunda.





- Kalıba konan ekmek, 50 c'deki fırında 2 saat mayalanıyor. Fırının içine ekmek pişerken kurumaması ve buhar yaratması için, içi sıcak su dolu bir çelik kase de konuluyor.
- 2 saat mayalanmanın ardından ekmek fırından çıkarılıyor, sonra fırın boş bir şekilde yarım saat 230 c'de çalıştırılıyor.
- İçi ısınmış fırının derecesi 200'e düşürülerek ekmek fırına konuluyor.
 - Önce 200 c'de 12,5 dk
 - Sonra 190c'de 15 dk
 - 175 c'de 12,5 dk olmak üzere yaklaşık 40 dk. pişiriliyor.

- Fırından çıkan sıcak ekmek tel bir ızgaranın üzerine konuluyor, üzerine bez örtölerek soğumaya bırakılıyor. 6 saat kadar böyle beklerse keserken dağılmıyor :)

Afiyet olsun!

Sevgiler,
Kıvılcım



