

Hint Papadum

Evde ıtır ıtır Hint papadum'u (poppadom) sıfırdan nasıl yapacağınızı ğrenin. Bu geleneksel mercimek gofretı glutensiz, vegan ve mükemmel bir mezedir.

15 min

HAZIRLIK

20 min

PIŞIRME

35 min

TOPLAM

8

PORSİYON

Easy

ZORLUK



Malzemeler

- 2 bardak un
- 1 bardak su
- 1 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı karabiber
- 1 ay kaşığı kimyon
- 1 ay kaşığı kırmızı toz biber

Yapılışı

1

Çalışma alanını hazırlayın

Fırını 150°C'ye (300°F) ısıtın. Büyük bir fırın tepsisini pişirme kağıdı ile kaplayın.

2

Hamuru hazırlayın

Mince 1 garlic clove finely. In a large bowl, whisk together 2 cups lentil flour, 1 teaspoon salt, 1 teaspoon cumin, 1 teaspoon black pepper, and 1 teaspoon red chili flakes until evenly combined.

3

Un karışımına kıyılmış sarımsak ve 1 yemek kaşığı yağ ekleyin. Yumuşak, hafif yapışkan bir hamur oluşana kadar ellerinizle karıştırırken yavaş yavaş 1 su bardağı su ekleyin.

4

Hamuru temiz bir yüzeyde pürüzsüz ve elastik olana kadar 3-4 dakika yoğurun. Hamur fazla ıslak veya ufalanır olmadan bir arada tutunmalıdır.

5

Papadum'ları şekillendirin ve açın

Hamuru 8 eşit parçaya bölün ve her birini yuvarlayarak top haline getirin. Kurumayı önlemek için nemli bir bezle örtün.

6

Bir seferde bir top ile çalışarak, hafif unlanmış yüzeyde yaklaşık 15-18 cm çapında kağıt inceliğinde daire halinde açın. Papadum ışığa tutulduğunda yarı saydam olmalıdır.

7

Her açılmış papadum'u hazırlanmış fırın tepsisine, üst üste gelmeyecek şekilde yerleştirin. İki fırın tepsisi kullanmanız gerekebilir.

8

Papadum'ları pişirin

Papadum'lar altın kahverengi, çıtır olana ve kenarlarından hafif kıvrılana kadar, yarı yolda tepsinin yerini değiştirerek 12-15 dakika pişirin.

9

Fırından çıkarın ve hemen tel ızgaraya alarak 2-3 dakika soğumaya bırakın. Sıcak servis yapın veya 1 haftaya kadar hava geçirmez kapta saklayın.

Besin Değerleri

133	6.5g	22g	3.2g	4g	1g	105mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Hamuru olabildiğince ince açın - en çıtır sonuçlar için yarı saydam inceliği hedefleyin.

Bozulmayı önlemek ve çıtırlığı korumak için papadum'ları saklamadan önce tamamen kurduğundan emin olun.

Ekstra lezzet için hamura ajwain (kara kimyon tohumu), asafoetida veya köri yaprağı eklemeyi deneyin.

Hamur fazla yapışkansa biraz daha un ekleyin; fazla kuruyrsa bir seferde bir çay kaşığı su ekleyin.

Papadum'ları a tıktan hemen sonra pişirin veya kurumayı önlemek için nemli bir bezle  rt n.

M kemmek yuvarlak papadum'lar için açarken büyük bir kase veya tabağı kılavuz olarak kullanın.

Pişirme süresini kontrol etmek için önce bir papadum test edin ve gerekirse fırın sıcaklığını ayarlayın.

Farklı baharat çeşitlerini ayrı ayrı saklayarak kendine özgü tatları koruyun.