סדנה־לי

פיתות מקמח מלא שאופים בתנור הביתי

כמות	הכנה	בישול / אפייה	זמן כולל
8 פיתות	**25 דקות**	**16 דקות**	**שעה ו־56 דקות**

ציוד: קערה, מערוך ותבנית תנור כבדה

מצרכים

- ☐ 250 גרם קמח מלא
- ☐ 250 גרם קמח לבן
- ☐ 330 מ״ל מים פושרים, ועוד עד 20 מ״ל לפי הצורך
- ☐ 7 גרם שמרים יבשים
- ☐ כף שמן זית
- ☐ כפית סוכר
- ☐ 9 גרם מלח

אופן ההכנה

1. מערבבים קמחים, שמרים וסוכר. מוסיפים מים ושמן, ואז מלח, ולשים 8 דקות לבצק רך. מוסיפים מעט מים אם הקמח המלא סופג הרבה.
2. מכסים ומתפיחים כשעה עד שהנפח גדל מאוד. מחלקים ל־8 כדורים ומניחים מכוסים 15 דקות.
3. מחממים תנור עם תבנית הפוכה בתוכו ל־250 מעלות לפחות 25 דקות. מרדדים כל כדור לעיגול בעובי כ־5 מ״מ בלי לקרוע.
4. מניחים בזהירות 2–3 פיתות בכל פעם על התבנית החמה ואופים 4–6 דקות עד התנפחות. מעבירים למגבת נקייה ומכסים כדי לשמור על רכות.