



Emine Şahin Gerçek Ekmek

Ve ekmekle ilgili tüm gerçekler...

Ekmek... Türk insanının en çok tükettiği ve üzerinde en çok tartışılan gıda. Tartışma, “Ekmek sağlıklı mı, sağlıklı mı?” sorusuyla başlıyor. “Buğdayı doğal mı hibrit mi, unu rafine mi taş değirmen mi, ekşi mayalı mı yoksa katkı maddeleriyle şişirilmiş mi?” sorularıyla devam ediyor. Fırından yeni çıkmış bu kitapsa “İşte en sağlıklı gerçek ekmekler böyle yapılır” diyerek tartışmaya son veriyor!

Emine Şahin, yıllarca ekmek hammaddeleri ve üretimi üzerine araştırmalar yaptı. Gerçek ekmeğin peşine düşerek İtalya’dan Kanada’ya, Letonya’dan Finlandiya’ya, Yemen’den Suudi Arabistan’a diyar diyar ekmek fırınlarını gezdi. Bilgiler, reçeteler topladı. Öğrendiklerini ve gördüklerini sizinle paylaşıyor.

Bu kitapla birlikte ekmeğe bakışınız değişecek. Gerçek ekmeğin ne olduğunu, nasıl yapıldığını, sağlıklı bir diyetle ne anlam ifade ettiğini, ‘mısır gibi ekmek’lerden hangi noktalarda ayrıldığını öğreneceksiniz. Ekmek dostu şehirlerdeki ustalar tecrübelerini ve özel sırlarını sizinle paylaşacak. En önemlisi, evde hiç zorlanmadan uygulayabileceğiniz, birbirinden lezzetli ekmek tariflerine sahip olacaksınız.

“Gerçek ne güzelmiş” diyeceksiniz...

hayykitap

26 TL
KDV’DEN MUAF TIR



Emine Şahin
Gerçek Ekmek



Emine Şahin Gerçek Ekmek

Ve ekmekle ilgili tüm gerçekler...



hayykitap



**Hakiki un, doğal
ekşi maya ile birbirinden
sağlıklı ekmek tarifleri**