רכיבים:

1 כף שמרים יבשים
450 גרם קמח לבן
1¼ כוסות מים פושרים
1 כפית מלח

אופן ההכנה:

1. על משטח עבודה יוצרים ערימה מ- 2/3 מהקמח.
2. יוצרים גומה בערימת הקמח ושופכים במרכזה את השמרים, והמים.
3. "מקפלים" בידיים את הקמח, מן הדפנות פנימה ומערבבים את הקמח עם השמרים תוך כדי לישה.
4. מוסיפים מלח וממשיכים ללוש דקה נוספת.
5. מניחים לעמוד בצד לתפיחה במשך כ-30 דקות.
6. מוסיפים את שארית הקמח והמים וממשיכים לעבד עד אשר נוצר בצק אחיד ויפה.
7. מניחים את הבצק על משטח מקומח ומשטחים אותו, רצוי ביד, (אפשר גם בעזרת בעזרת מערוך) לעובי של כ- ½ ס"מ.
8. מוסיפים מפעם לפעם קמח, כדי למנוע את הבצק מלהידבק.
9. מפזרים בתבנית אפיה מעט קמח ומניחים עליו את עלה הבצק.