

Τηγανόψωμο, αυτό το ταπεινό εύκολο σνακ που υπήρχε πάντα στις κουζίνες και αποτελούσε την εύκολη λύση για όλες τις νοικοκυρές. Λαχταριστό και πεντανόστιμο, γίνεται εύκολα και γρήγορα. Φτιάξτε το!

## Τι θα χρειαστείτε

500 γρ. σκληρό αλεύρι ή γ.ο.χ.

1 φακελάκι μαγιά (8 γρ.)

2 κ.σ. ελαιόλαδο

1 κ.γλ. αλάτι

1/2 κ.γλ. ζάχαρη

250 ml νερό περίπου ή όσο πάρει

Ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

# Τηγανόψωμο

## Εκτέλεση συνταγής

Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε καλά το αλάτι στο αλεύρι. Κάνουμε μια λακούβα στη μέση και βάζουμε τη ζάχαρη και τη μαγιά. Προσθέτουμε λίγο νερό να διαλυθούν. Βάζουμε και το ελαιόλαδο. Σταδιακά προσθέτουμε το υπόλοιπο νερό σε θερμοκρασία δωματίου και ανακατεύουμε. Ζυμώνουμε για 5-10 λεπτά.

Λαδώνουμε ένα μπολ και βάζουμε μέσα το ζυμάρι σε μπάλα. Το σκεπάζουμε με πετσέτα και το αφήνουμε 1 ώρα να ξεκουραστεί και να φουσκώσει.

Στη συνέχεια κόβουμε μπαλάκια σε μέγεθος της γροθιάς μας. Τα πατάμε να πλατύνουν.

Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε τηγάνι και τηγανίζουμε σε μέτρια φωτιά. Μόλις χρυσίζει από τη μια μεριά το τηγανόψωμο, το γυρίζουμε και από την άλλη.

Τηγανίζουμε σε δόσεις, ανάλογα τη χωρητικότητα του τηγανιού μας. Μπορούμε να φυλάξουμε το ζυμάρι που περίσσεψε, αν δεν το χρησιμοποιήσουμε όλο, σε τάπερ κλειστό καλά με το καπάκι του στο ψυγείο έως και 4 ημέρες χωρίς πρόβλημα. Όσο μένει, ωριμάζει και γίνεται ακόμα πιο νόστιμο!

Μπορείτε και να το γεμίσετε. Δείτε τη συνταγή για [λαχταριστό τηγανόψωμο γεμιστό!](#)

Δείτε ακόμα [ελιόψωμο](#) και [αφράτο τυρόψωμο](#)

# Τηγανόψωμο

## Βήμα προς Βήμα

- 1 Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε καλά το αλάτι στο αλεύρι. Κάνουμε μια λακούβα στη μέση και βάζουμε τη ζάχαρη και τη μαγιά.
- 2 Προσθέτουμε λίγο νερό να διαλυθούν.
- 3 Βάζουμε και το ελαιόλαδο.
- 4 Σταδιακά προσθέτουμε το υπόλοιπο νερό σε θερμοκρασία δωματίου και ανακατεύουμε.
- 5 Ζυμώνουμε για 5-10 λεπτά.
- 6 Λαδώνουμε ένα μπολ και βάζουμε μέσα το ζυμάρι σε μπάλα. Το σκεπάζουμε με πετσέτα και το αφήνουμε 1 ώρα να ξεκουραστεί και να φουσκώσει.
- 7 Στη συνέχεια κόβουμε μπαλάκια σε μέγεθος της γροθιάς μας. Τα πατάμε να πλατύνουν.
- 8 Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε τηγάνι και τηγανίζουμε σε μέτρια φωτιά.
- 9 Μόλις χρυσίζει από τη μια μεριά το τηγανόψωμο, το γυρίζουμε και από την άλλη. Τηγανίζουμε σε δόσεις, ανάλογα τη χωρητικότητα του τηγανιού μας.

**10** Μπορούμε να φυλάξουμε το ζυμάρι που περίσσεψε, αν δεν το χρησιμοποιήσουμε όλο, σε τάπερ κλειστό καλά με το καπάκι του στο ψυγείο έως και 4 ημέρες χωρίς πρόβλημα. Όσο μένει, ωριμάζει και γίνεται ακόμα πιο νόστιμο!