ISSN 2148-3663
9 772148 366003
ÖZEL SAYI: 27 / 2021 / FİYATI: 22.00 TL
KKTC FIYATI: 25 TL / HAZİRAN

özel sayı 27

Türk Mutfağı Yemekleri

SALATALAR-2



gastrofests



gastrofests

YAYINCI :
İNNOMAG Basılı ve Dijital Yayıncılık Ltd. Şti.

GENEL YAYIN YÖNETMENİ - SORUMLU:
Ferit Özkaşıkcı

YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ:
Birgül Kopuz

DİJİTAL YAYINLAR EDİTÖRÜ:
Başak Okşak

GÖRSEL YÖNETMEN:
Eren Taymaz
Beyzanur Karabulut

FOTOĞRAFLAR:
Gastrofests

DANIŞMA KURULU:
Mehmet Yaşin, Yrd. Doç. Dr. İlkay Gök, Pelin Bilgiç, Salih Seçkin Sevinç, Hakan Doğan, Müge Özyurt Şafak, Dr. Cem Keçe, Türev Uludağ, Doğuş Şahin, Funda Aydeniz, Maria Ekmekcioğlu, Cenk Girginol, Berrin Bal

YÖNETİM YERİ:
Ortaklar Cad. Bahçeler Sok. Somay İş Merkezi, No:11/1, C Blok, D: 5, Mecidiyeköy/İstanbul
Tel: 0212 347 43 33

BASKI:
İhlas Gazetecilik A.Ş.
29 Ekim Caddesi, No:11/A,
Yeni Bosna/İstanbul
Tel: 0212 454 30 00

DAĞITIM:
Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
Tel: (0212) 585 91 98

YAYIN TÜRÜ:
Yerel, Sürekli, Ayda bir.

İLETİŞİM:
iletisim@gastrofests.com

© Beef&Fish dergisi, Gastrofests Dergi ve Dijital Yayıncılık Ltd. Şti. tarafından T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır. © Beef&Fish dergisinin yayın hakkı Gastrofests Dergi ve Dijital Yayıncılık Ltd. Şti.'ne aittir. Dergide yayımlanan yazı, fotoğraf, harita, illüstrasyon ve konuların her hakkı saklıdır. İzinsiz, kaynak gösterilerek dahi alıntı yapılamaz.

ÖNSÖZ

Farklı kültürlerin birbirleri ile olan etkileşimi, zengin bir mutfağın yanı sıra yöresel çeşitliliği ve çok farklı tatları da bünyesine alarak zenginleşir.

Salatalar her ne kadar önceleri Türk mutfağında önemli bir yer edinmemiş olsalar da, günümüzde sofraların vazgeçilmezleri arasında yer aldığını rahatlıkla söyleyebiliriz.

Giderek çeşitlenen salatalar bir çok menüde artık ana yemekler arasında da yer almaya başladı.

Salatalar insanı daha canlı tuttuğu gibi tokluk hissi vererek kilo almamızı da önlüyor. Sindirim sistemine olan faydalarının yanı sıra bilhassa protein, A, C ve K vitaminleri ile demir yönünden de zengindir. Ayrıca iltihaplı hastalıklara karşı olan koruyucu etkisini de göz ardı etmeyelim.

Kitapta, kolayca bulabileceğiniz malzemelerle hazırlanan salatalar en pratik şekilde tarif edildi.

Türk damak zevkine uygun 50 özgün salata tarifi, mutfak okulu ile birlikte sizlerle...

Afiyetle yemeniz dileği ile...

İçindekiler

AKDENİZ SALATASI 6
ANANAS SALATASI..... 8
ARMUTLU VE ROKFOR PEYNİRLİ SALATA 10
BAKLA SALATASI 12
BEYAZ PEYNİRLİ KARPUZ SALATASI 14
BEYİN SALATASI 16
BUĞDAY SALATASI.....18
CEVİZLİ PEYNİRLİ MARUL SALATASI 20
ÇİLEKLİ SEMİZOTU SALATASI.....22
DENİZ MAHSÜLLÜ SALATA 24
DEREOTLU PATATES SALATASI.....26
GAVURDAĞI SALATASI 28
GİRİT ZEYTİN SALATASI 30
GREYFURTLU AVOKADOLU SALATA.....32
HAVUÇ SALATASI 34
HURMALI KEÇİ PEYNİRLİ KİNOA SALATASI 36
IZGARA SEBZE SALATA 38
İNCİR SALATASI 40
KAHVALTI SALATASI.....42
KAPYA BİBER SALATASI.....44
KARNABAHAR KISIRI 46
KARNABAHAR SALATASI.....48
KÖZ PATLICAN SALATASI.....50
KREMALI MATNAR SALATASI.....52
KURU BÖRÜLCE SALATASI 54

KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATASI 56
KUŞKONMAZ SALATASI 58
LAHANA SALATASI 60
MEVSİM SALATASI 62
MEYVE SALATASI 64
MISIR SALATASI 66
MOZARELLA PEYNİRLİ DOMATES SALATASI 68
NARLI ISPANAK SALATASI 70
NİÇOİSE SALATASI 72
PANCAR SALATASI 74
PANZANELLA 76
PASTIRMALI SICAK PATATES SALATASI 78
PEYNİRLİ MANTARLI SEMİZOTU SALATASI 80
RUS SALATASI 82
SEZAR SALATA 84
SİYAH PİRİNÇ SALATASI 86
SUMAKLI SOĞAN SALATASI 88
ŞEHRİYE SALATASI 90
TATLI PATATES SALATASI 92
WALDORF SALATASI 94
YEŞİL ELMALI SALATA 96
YOĞURTLU BARBUNYA SALATASI 98
YOĞURTLU BULGUR SALATASI 100
YUNAN SALATASI 102
ZEYTİNLİ BAKLİYAT SALATASI 104

AKDENİZ SALATASI

MALZEMELER

4 yaprak marul
2 yaprak lolorosso
4 adet kiraz domates
1 adet sarı biber
½ çay bardağı dilimlenmiş siyah zeytin.
100g beyaz peynir
Karabiber

Sos için:
½ adet limonun suyu
3-4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı nar ekşisi
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle bir kâsenin içinde tüm sos malzemelerini karıştırın. Sebzeleri yıkayıp kurutun. Ardından yapraklı sebzeleri elinizle kopartarak derin bir kâseye yerleştirin. Domatesleri ikiye bölün, sarı biberi de küp şeklinde doğrayın. Siyah zeytinler ile birlikte kâseye ekleyin. Sosu da ekleyip harmanlayın. Beyaz peyniri küp şeklinde doğrayıp salatanın üstüne yerleştirin. Üzerine karabiber serperek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



ANANAS SALATASI

MALZEMELER

1 adet ananas
1 adet salatalık
2 adet misket limon suyu
1,5 yemek kaşığı kişniş

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ananası temizleyin. Ardından ananasları küp salatalıkları üçgen şeklinde doğrayın. Kişniş ve limon suyunu ekleyip harmanlayın. Dilediğiniz baharatları ekleyebilirsiniz. Afiyet olsun.



ARMUTLU VE ROKFOR PEYNİRLİ SALATA



MALZEMELER

1 paket Akdeniz yeşilliği
125g rokfor peyniri
2 adet armut
50g kavrulmuş çam fıstığı
½ limonun suyu
Zeytinyağı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle Akdeniz yeşilliklerini bol su ile yıkayıp süzün. Ardından küçük bir kâsede zeytinyağı, limon suyu ve tuzu çırpın. Armutları yıkayıp ince ince dilimleyin. Rokfor peynirini irice doğrayın. Akdeniz yeşilliklerini elinizle koparıp salata kâsesine alın. Peyniri ve sosu ekleyip harmanlayın. En üste armut dilimleri ve çam fıstığı ekleyerek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



BAKLA SALATASI

MALZEMELER

500g iç bakla
6 diş sarımsak
1 adet limon
½ çay bardağı zeytinyağı
1 tutam dereotu
1 tatlı kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle baklaları haşlayıp süzün. Haşlanan baklaları salata kâsesine alın. Bir havanın içinde sarımsağı tuz ile dövün. İçine limon ve zeytinyağını da ekleyip karıştırın. Karışımı haşlanan baklalara dökün. Bir tutam dereotunu ince ince doğrayın. Salataya ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



BEYAZ PEYNİRLİ KARPUZ SALATASI

MALZEMELER

Bir büyük dilim karpuz
10 adet taze nane yaprağı
2-3 yemek kaşığı parçalanmış feta peyniri

HAZIRLANIŞI

Öncelikle karpuzu küp şeklinde doğrayıp bir kâseye yerleştirin. Nane yapraklarını ufalanmış peyniri de koyup servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



BEYİN SALATASI

MALZEMELER

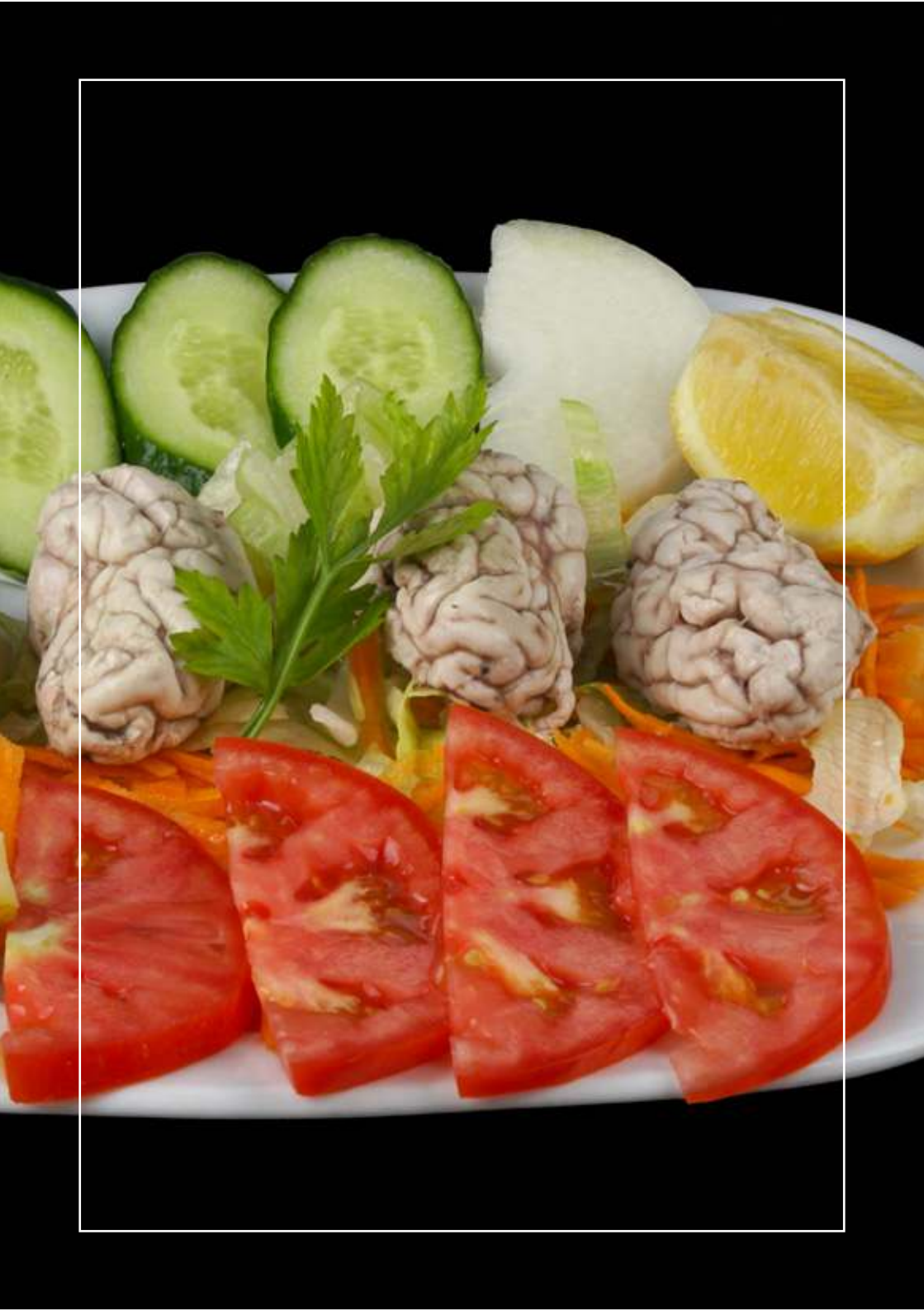
3 adet koyun beyni
4 su bardağı su
½ demet maydanoz
1 adet limon
1 yemek kaşığı sirke
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 tatlı kaşığı tuz

Sos için:

½ adet limon
½ çay bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı sirke
1 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle beyinleri bol suda dikkatli bir şekilde yıkayın. Bir tencerenin içine su, sirke ve tuzu atıp kaynatın. Kaynayınca beyinleri ekleyip 20 dakika kadar haşlayın. O sırada derin bir kâseye soğuk su koyup içerisine buz atın. Beyinleri kaynar sudan çıkarır çıkarmaz buzlu suyun içine koyun. Beyinler soğuyunca üzerindeki zarı dikkatlice temizleyin. Ardından beyinleri servis tabağına alın. Sos için bir kâsede dövülmüş sarımsak, zeytinyağı, limon suyu, sirke ve tuz atıp iyice karıştırın. Hazırladığınız sosu beyinlerin üzerine gezdirin. Servis için, maydanozları ince ince doğrayıp salataya ekleyin. Limon dilimleri ile süsleyip en üste de toz kırmızı biber serpin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



BUĞDAY SALATASI

MALZEMELER

1 su bardağı aşurelik buğday
2 adet közlenmiş kırmızı biber
2 adet kornişon turşu
5 yemek kaşığı konserve mısır
½ demet maydanoz
½ demet dereotu
2 sap taze soğan
6 adet ceviz içi
Zeytinyağı
Limon suyu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle buğdayı bir gece önceden ıslatın. Ertesi gün suyunu süzüp üzerini geçecek miktarda su ile yumuşayana kadar haşlayın. Haşlanan buğdayları süzüp soğuması için bir kenarda bekletin. Dereotu, maydanoz ve taze soğanı ince ince doğrayın. Çukur bir kabın içinde haşlanmış buğday ile karıştırın. Közlenmiş kırmızı biber ve kornişon turşuyu küçükçe doğrayın. Onları da kaba ekleyip ardından ceviz içi ve konserve mısırı da ekleyin. Limon suyu, zeytinyağı ve tuzu da ilave edip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



CEVİZLİ PEYNİRLİ MARUL SALATASI

MALZEMELER

Yarım marulun iç yaprakları
1 adet chili biberi
3 dal taze nane
2 dal taze soğan
1 adet limon
1 kâse köy veya beyaz peynir
2 yemek kaşığı zeytinyağı
½ kâse ceviz
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle yeşillikleri 5-10 dakika kadar sirkeli suda bekletin. Ardından iyice durulayıp sonrasında kurulayın. Bir tavaya zeytinyağını alıp kısık ateşte cevizleri kavurun. Peynirleri istediğiniz gibi doğrayın ya da rendeleyin. Yeşillikleri ince ince doğrayın. Geniş bir salata kâsesine doğradığınız malzemeleri alın. Sos için küçük bir kâsede zeytinyağı, limon ve tuzu karıştırın. Cevizleri salata kâsesine bölerek serpin. Son olarak hazırladığınız sosu salataya döküp harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



ÇİLEKLİ ISPANAK SALATASI

MALZEMELER

1 paket bebek ıspanak
10 adet çilek
100g beyaz peynir
½ su bardağı ceviz içi
1 çay kaşığı haşhaş
1 çay kaşığı susam

Sos için:

½ adet limonun suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı sirke
1 çay kaşığı limon kabuğu rendesi
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ıspanakları yıkayın ve salata kâsesine alın. Çilekleri temizleyip dilimleyin. Peyniri küp şeklinde doğrayın. Çilek ve peyniri de kâseye yerleştirin. Üzerine ceviz içi, haşhaş tohumu ve susamları serpin. Diğer yandan sos malzemelerini bir kapta karıştırıp salataya dökün ve harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



DENİZ MAHSÜLLÜ SALATA

MALZEMELER

2 adet ahtapot bacağı
8-10 adet karides
4-6 adet halka kalamar
4-5 adet kum midyesi
2 adet havuç
1 adet limon
1 demet roka
1 demet tere
250g Akdeniz yeşilliği
½ çay bardağı zeytinyağı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ahtapot bacağı, karides ve kalamarı ayrı ayrı haşlayın. Kum midyelerinin kabuğunu ayıklayıp 5-10 dakika suda bekletin. Suyunu süzüp onları da haşlayın. Limon kabuğunu soyacakta şerit halinde kesin. Suyunu derin bir kaba sıkın. İçine zeytinyağı ve tuz ilavesi yapıp karıştırın. Deniz ürünlerinin bu sosun içinde 30 dakika marine olmasını bekleyin. Tere ve rokanın yapraklarını ayıklayıp Akdeniz yeşilliği ile birlikte yıkayın. Servis tabağına yeşillikleri istediğiniz şekilde yerleştirin. Havuçları halka şeklinde doğrayıp limon dilimleri ile tabağa ekleyin. Marine olan deniz ürünlerini kalan sos ile birlikte tabağa yerleştirin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun



DEREOTLU PATATES SALATASI

MALZEMELER

1kg patates
½ adet soğan
½ demet maydanoz
1 adet limon
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle büyük bir tencerede patatesleri bol su ile haşlayın. Haşlanan patatesleri dilediğiniz büyüklükte doğrayın. Dereotu ve soğanı ince ince doğrayın. Patatesleri bir kaba alın. Dereotu, soğan ve dilediğiniz baharatları ekleyin. Yağ limon ve tuzu da ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



GAVURDAĞI SALATASI

MALZEMELER

3 adet domates
1 adet yeşil biber
1 adet kuru soğan
3-4 dal taze soğan
2 avuç parçalanmış ceviz
Maydanoz
Zeytinyağı
Nar ekşisi
Sumak
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle domates ve yeşil biber küçükçe doğrayın. Yeşil soğan ve maydanozu da ince ince kıyın. Kuru soğanı da elinizden geldiğince küçük doğrayıp tuzla ovalayın. Malzemeleri geniş bir kaba alın Kalan malzemeleri de ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



GİRİT ZEYTİN SALATASI

MALZEMELER

500g yeşil zeytin
2 adet domates
4 dal taze soğan
2 diş sarımsak
10 adet ceviz
2 yemek kaşığı zeytinyağı
5 yemek kaşığı limon suyu

HAZIRLANIŞI

Öncelikle zeytinyağını zeytinlere döküp zeytinlere bıçak ile çizik atın. Domatesleri soyup küp şeklinde doğrayın. Sarımsakları soyup taze soğanı incecik doğrayın. Bir kasede limon ve zeytinyağını karıştırın. Cevizleri ikiye bölün. Zeytin, domates, sarımsak, taze soğan ve cevizleri bir kapta harmanlayıp servis tabaklarına alın. Üzerine zeytinyağlı karışımı döküp yeşillikler ile süsleyebilirsiniz. Afiyet olsun.



GREYFURTLU AVOKADOLU SALATA

MALZEMELER

2 adet avokado
2 adet greyfurt
200g bebek ıspanak
1 çay bardağı nar tanesi

Sos için:

½ adet arpacık soğan
1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
3 yemek kaşığı limon suyu
1 yemek kaşığı toz şeker
2 tatlı kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı kekik
½ tatlı kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle sos için apaçık soğanı incecik doğrayın. Ardından diğer sos malzemeleri ile birlikte bir kapta çırpın. Sos pürüzsüz bir kıvam alınca çırpmayı bırakın. Daha sonra greyfurtları ince halkalar halinde dilimleyin. Ispanakları yıkayıp kurulayın. Avokadoları küp şeklinde doğrayın. Ispanak, greyfurt dilimleri ve avokadoları derin bir kâseye alıp harmanlayın. Nar tanelerini ve ardından da salata sosunu ekleyip servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



HAVUÇ SALATASI

MALZEMELER

4-5 adet havuç
1,5-2 su bardağı yoğurt
2 diş sarımsak
2-3 yemek kaşığı sıvı yağ
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle havuçlarınızı rendeleyin. Ardından bir tavaya sıvı yağı koyup havuçları ekleyin. Havuçları 3-5 dakika kavurun. Sarımsakları ezin. Havuçlar soğuduğunda yoğurt, sarımsak ve tuzu ekleyip harmanlayın. Dolapta 30 dakika kadar bekletip servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



HURMALI KEÇİ PEYNİRLİ KİNOA SALATASI

MALZEMELER

8 adet hurma
2 çay bardağı kinoa
4 adet bebek turp
3 adet bebek salatalık
3 dal nane
2 dal taze soğan
½ su bardağı parçalanmış ceviz
½ çay bardağı zeytinyağı
4 yemek kaşığı keçi peyniri
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle kinoayı üzerini geçecek kadar su ile bir tencerede haşlayın. Yarım saat dinlendirin. Suyunu değiştirip 15 dakika daha kaynatın. Soğuyan kinoayı geniş bir kâseye alın. Hurma, turp, salatalık, taze soğan ve naneyi doğrayıp cevizle birlikte kâseye ilave edin. Salatayı harmanlayın. Bir yandan sos için küçük bir kâsede zeytinyağı, karabiber ve tuzu karıştırıp salatanın üzerinde gezdirin. Keçi peynirini de ekleyerek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



IZGARA SEBZE SALATA

MALZEMELER

1 adet kabak
1 adet patlıcan
1 adet kırmızı kapya biber
10 adet mantar
1 bağ roka (tercihen bebek roka)
8 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet limon kabuğu
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı tuz ve çekilmiş karabiber

Marine sosu için:

1 çay kaşığı kişniş tohumu
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 adet acı kırmızı biber
3 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı beyaz şarap sirkesi
1 limon kabuğu rendesi

Salata sosu için:

1 adet limonun suyu
6 çorba kaşığı zeytinyağı
1/3 demet dereotu
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı hardal tohumu
1 çay kaşığı hardal
Pul biber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle kabak, patlıcan, biber ve mantarları istediğiniz kalınlıkta doğrayın. Patlıcanları tuzlu suda bekletin. Marine sos malzemelerini karıştırıp hazırladığınız sebzeleri bu sosta marine edin. Bir yandan a roka yapraklarını yıkayıp kurulayın. Sos malzemelerini bir kavanoza koyup çalkalayın. Sebzelerin iki yüzünü de mangalda ya da tavada 6-8 dakika arası pişirin. Salata kâsesine alın üzerine rokaları yerleştirip salata sosunu dökün. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



İNCİR SALATASI

MALZEMELER

2 bağ roka
4 adet incir
1 demet Akdeniz yeşilliği
4 yemek kaşığı ceviz
4 yemek kaşığı lor peyniri

Sos için:

2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 yemek kaşığı nar ekşisi
1-2 yemek kaşığı pekmez
1 adet limonun suyu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle yeşillikleri yıkayın ve servis tabağına yerleştirin. İncirlerin tepesini kesin. İncirleri 4-6 parçaya bölün. İncirleri de tabağa alın. Peynir ve cevizleri aralara serpin. Sos malzemelerini bir kâsede karıştırıp salataya dökün. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KAHVALTI SALATASI

MALZEMELER

2 adet domates
1 adet salatalık
1 adet avokado
1 adet köy biberi
3 yemek kaşığı limon suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 dilim beyaz peynir
1 tutam kekik
1 tutam toz kırmızı biber
1 tutam tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle tüm sebzeleri ve beyaz peyniri küçük küçük doğrayın. Derin bir kâseye alıp harmanlayın. Zeytinyağı, limon suyu, baharatlar ve tuzu da ekleyip karıştırın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KAPYA BİBER SALATASI

MALZEMELER

2 adet közlenmiş kapya biber
½ demet maydanoz
2 diş sarımsak
1 yemek kaşığı sirke
1 yemek kaşığı zeytinyağı
adet limonun suyu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle közlenmiş biberleri doğrayın. Ardından maydanozları ince ince doğrayın. Sarımsağı da rendeleyip küçük bir kâsede sirke, zeytinyağı, limon suyu ve tuz ile birlikte karıştırın. Sosu maydanoz ve kapya biberler ile büyük bir kâsede harmanlayın. Üzerine maydanoz serperek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KARNABAHAR KISIRI

MALZEMELER

600g karnabahar
1 adet soğan
1 adet kapya biber
2-3 adet yeşil biber
5-6 dal taze soğan
7-8 adet kiraz domates
8-10 adet kornişon turşu
1 diş sarımsak
1 avuç ceviz
5-6 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı domates salçası
1 yemek kaşığı biber salçası
½ adet limonun suyu
Nar ekşisi
Zeytinyağı
Sumak
Kimyon
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle karnabaharları bir mutfak robotundan un gibi olana kadar geçirin. Soğanı yemeklik doğrayın, bir tavaya zeytinyağı koyup soğanları kavurun. Ardından salçaları ekleyip kavurmaya devam edin. Kokusu çıkan salçalara karnabaharları da ekleyin. Biberler, yeşillikler, turşu ve cevizi küçükçe doğrayın. Domatesleri de ortadan ikiye bölüp doğradığınız tüm malzemeleri tavaya ilave edin. Tuz ve baharatları atın. Ayrı bir kâsede limon suyu, zeytinyağı ve nar ekşisini karıştırıp salatanın üzerinde gezdirin. Salatayı harmanlayıp servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KARNABAHAR SALATASI

MALZEMELER

1 adet karnabahar
2 adet kırmızı biber
½ demet dereotu
½ demet maydanoz
Zeytinyağı
Limon suyu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle karnabaharı yumuşayana kadar haşlayın. Kırmızı biber, maydanoz ve dereotunu ince ince doğrayın Karnabaharların suyunu süzüp doğradığınız malzemelerle birlikte derin bir kaba alın. Üzerine limon suyu, zeytinyağı ve tuz döküp harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KÖZ PATLICAN SALATASI

MALZEMELER

2 adet bostan patlıcan
5-6 adet sivri biber
2 adet kapya biber
1 adet soğan
2 diş sarımsak
4 yemek kaşığı zeytinyağı
3 yemek kaşığı sirke
1 yemek kaşığı nar ekşisi
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle patlıcan ve biberleri pişirme kâğıdı serili fırın tepsisinde önceden ısıtılmış 200° fırında 20 dakika kadar fırınlayın. Fırından çıkarınca kabuklarını soyup doğrayın. Doğradığınız sebzeleri bir kâseye alın. Soğanları piyazlık doğrayıp sarımsakları rendeleyin. Onları da kâseye ekleyin. Zeytinyağı, sirke, tuz ve nar ekşisi de ilave edip güzelce harmanlayın. Servis tabağına salatayı alıp üzerine maydanoz serperek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KREMALI MATNAR SALATASI

MALZEMELER

20 adet kültür mantarı
2 diş sarımsak
2 yaprak marul
2 yemek kaşığı krema
10-15 dal maydanoz
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle mantarları limonlu suda haşlayın. Mantarları dilimler halinde doğrayın. Mantarlar soğuyunca kalan malzemelerle birlikte bir kâsede harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KURU BÖRÜLCE SALATASI

MALZEMELER

250g kuru börülce
4 dal taze soğan
1 adet kırmızı dolma biber
3-5 adet kornişon turşu
½ demet maydanoz
½ çay bardağı zeytinyağı
½ çay bardağı limon suyu
Sumak
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle börülceleri bir gece önceden ıslatın. Ertesi gün börülcelerin üzerini geçecek kadar su ekleyip tencerede bir süre haşlayın. Börülceyi süzüp limon suyu eklenmiş suda 20 dakika tekrar haşlayıp süzün. Biber ve turşuları küp şeklinde doğrayın. Soğan, maydanoz ve dereotunu ince ince doğrayın. Doğradığınız tüm malzemeleri börülce ile harmanlayın. Son olarak zeytinyağı, kalan limon suyu, sumak ve tuzu salataya ekleyin. Servis edebilirisiniz. Afiyet olsun.



KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATASI

MALZEMELER

1 su bardağı aşurelik buğday
3 adet kuru erik
3 adet kuru incir
3 adet kuru kayısı
3 yemek kaşığı kuru üzüm
½ su bardağı çiğ badem
3-4 dal nane
4 dal yeşil soğan
4 dal dereotu
3 yemek kaşığı nar ekşisi
Zeytinyağı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle buğdayı 1 gece önceden ıslatın. Ertesi gün 6 dakika kadar kaynatın. Kuru meyve ve yeşillikleri doğrayıp derin bir kaba alın. Bademleri iri parçalara bölüp buğdaylarla birlikte kaba ilave edin. Zeytinyağı, nar ekşisi ve tuzu da ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KUŞKONMAZ SALATASI

MALZEMELER

1 paket kuşkonmaz
1 diş sarımsak
Zeytinyağı
Limon suyu

HAZIRLANIŞI

Öncelikle kuşkonmazların sap kısımlarını temizleyin. Kuşkonmazları en fazla 15 dakika kadar haşlayın. Ardından sarımsakları havanda dövün, limon ve zeytinyağı ile karıştırın. Bu sos ile kuşkonmazları harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



LAHANA SALATASI

MALZEMELER

500g beyaz lahana
1 adet havuç
1 kâse yoğurt
½ çay bardağı sirke
2-3 dal maydanoz
1 yemek kaşığı toz şeker
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle lahanaları bol su ile durulayıp ince ince doğrayın. Bir kâsede şeker ve sirke ile lahanayı ovalayın. Havucu rendeleyip, maydanozu incecik doğrayın. Ardından yoğurt, mayonez ve tuz ile birlikte kâseye ekleyin. Üzerine maydanoz serperek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



MEVSİM SALATASI

MALZEMELER

½ adet göbek marul
½ adet mor lahana
1 adet havuç
5-6 dal maydanoz
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı limon suyu
1 çay kaşığı nar ekşisi
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle yeşillikler yıkayıp 15 dakika kadar sirkeli suda bekleyin. Mor lahanayı jülyen şekilde ince ince doğrayın. Tuz ile 3-4 dakika ovalayın. Havucun kabuklarını soyup rendeleyin. Sebzeler ıslaksa kurutup marulu jülyen maydanozları da incecik doğrayın. Doğradığınız malzemeleri bir kaba alıp harmanlayın. Küçük bir kâsede sos için; zeytinyağı, limon suyu, nar ekşisi ve tuzu karıştırıp salataya dökün. Son bir kez harmanlayın. Maydanoz ile süsleyip servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



MEYVE SALATASI

MALZEMELER

1 adet elma
1 adet portakal
1 adet ayva
1 adet kivi
1 adet muz
1 adet nar
Bal
Tarçın

HAZIRLANIŞI

Öncelikle meyvelerin yıkayıp ayıklayın. Kabuğu soyulacak meyvelerin kabuklarını soyun. Meyveleri küp şeklinde doğrayıp servis edeceğiniz kaplara alın. Üzerlerine bal ve toz tarçın dökerek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



MISIR SALATASI

MALZEMELER

300g haşlanmış mısır
1 adet turp
1 adet salatalık
2 yemek kaşığı zeytinyağı
½ adet limonun suyu
1 tatlı kaşığı nar ekşisi
1 tatlı kaşığı tuz
1 yemek kaşığı kıyılmış dereotu

HAZIRLANIŞI

Öncelikle nar ekşisi, limon suyu, zeytinyağı ve tuzu bir kabın içinde karıştırın. Salatalığı yıkayıp alacalı şekilde soyun. Turpu da soyup salatalık ile birlikte yarım ay şeklinde doğrayın. Ardından dereotunu yıkayıp incecik doğrayın. Bir kabın içinde haşlanmış mısırlar, turp ve salatalığı karıştırın. Salata sosunu döküp bir kez daha harmanlayın. Kıyılmış dereotu ekleyerek servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



MOZARELLA PEYNİRLİ DOMATES SALATASI

MALZEMELER

150g mozarella peyniri
120g kiraz domates
3 tutam maydanoz
3 tutam taze nane
Limon suyu
Zeytinyağı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle domatesleri temizleyip yıkayın. Domatesleri ikiye kesip mozarella peynirini dilimleyin. Derin bir kâseye peynir ve domatesi alın. Maydanoz ve taze naneyi ince ince doğrayıp ilave edin. Zeytinyağı, limon suyu ve tuzu ekleyip iyice harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



NARLI ISPANAK SALATASI

MALZEMELER

250g kuzu veya bebek ıspanak
½ su bardağı nar tanesi
½ su bardağı parçalanmış ceviz
½ adet limonun suyu
1,5 yemek kaşığı zeytinyağı
½ demet maydanoz
Bir tutam dereotu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ıspanakları bol suda güzelce yıkayın. Süzgece alıp kurumasını bekleyin. Kök kısımlarını ayıklayıp isterseniz yaprakları bölün. Geniş bir kâseye ıspanakları alın. Dereotu ve maydanozu ince ince doğrayıp nar taneleri ve cevizlerle birlikte kâseye ekleyin. Küçük bir kâsede limon suyu, zeytinyağı ve tuzu karıştırıp salataya ekleyin. Dilerseniz nar ekşisi de katıp salatayı harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



NİÇOİSE SALATASI

MALZEMELER

200g taze fasulye
2 adet domates
1 adet kırmızı soğan
3 adet haşlanmış yumurta
½ su bardağı siyah zeytin
400g konserve ton balığı
50g ançüez
1 diş sarımsak
¼ su bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı üzüm sirkesi
1 çay kaşığı hardal

HAZIRLANIŞI

Öncelikle taze fasulyeleri ayıklayıp ortadan ikiye bölün. Derin bir tencerede 5 dakika haşlayın. Domatesleri irice dilimleyin. Kırmızı soğanı halka şeklinde haşlanmış yumurtayı da dört parça şeklinde doğrayın. Ançüezleri dilediğiniz gibi doğrayıp ton balığı konservesinin yağını süzün. Daha sonra haşlanmış fasulyeler, ton balığı, siyah zeytin ve doğradığınız tüm malzemeleri derin bir kâsede iyice harmanlayın. Sos için küçük bir kâsede; zeytinyağı, rendelenmiş sarımsak, sirke ve hardalı karıştırın. Hazırladığınız sosu salataya döküp karıştırın. Kızarmış ekmek ile servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



PANCAR SALATASI

MALZEMELER

3 adet pancar
½ adet limonun suyu
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Ceviz içi
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle pancarları temizleyip bir tencerede pancarlar yumuşayana kadar yaklaşık 25 dakika haşlayın. Pancarların kabuklarını soyun. Rendenin büyük tarafı ile pancarları rendeleyip bir kâseye alın. Küçük bir kâsede zeytinyağı, limon suyu ve tuzu çırpın. Sosu pancara ekleyip harmanlayın. Üzerine ceviz parçaları serpin. Servis edebilirisiniz. Afiyet olsun.



PANZANELLA

MALZEMELER

1 somun bayat ekmek
3 adet domates
1 adet soğan
10 adet siyah zeytin
5 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
3 yemek kaşığı balzamik sirke
½ demet fesleğen
çay kaşığı karabiber
çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle bayatlamış ekmeği suda bekletin. Fazla suyunu sıkıp küçük küpler şeklinde doğrayın. Derin bir kâseye ekmekleri alın. Diğer yandan küçük bir kâsede zeytinyağı, sirke, karabiber ve tuzu çırpın. Ardından bu karışım ile ekmek parçalarını harmanlayın. Domatesleri de küçükçe doğrayın. Kırmızı soğanı ince ince doğrayın. Fesleğenleri bol suda yıkayıp ellerinizle minik parçalara ayırın. Zeytinlerin de çekirdeğini çıkarıp dilimleyin. Hazırladığınız tüm malzemeleri ekmek küpleri ile harmanlayıp servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



PASTIRMALI SICAK PATATES SALATASI

MALZEMELER

500g patates
100g pastırma
1 adet kırmızı soğan
½ demet maydanoz
1 çay bardağı balzamik sirke
1 yemek kaşığı limon suyu
1 yemek kaşığı Ayçiçek yağı
1,5 tatlı kaşığı un
2 çay kaşığı hardal
1 çay kaşığı toz şeker
½ çay bardağı su
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle patatesleri yıkayıp tencereye alın. Üzerini geçecek kadar soğuk su ekleyin. Bir yemek kaşığı da limon suyu ekleyip patatesleri dağıtmadan haşlayın. Patatesleri süzüp soğumasını bekleyin. Patatesler soğuyunca salata kasesine alın. Soğanları piyazlık doğrayıp maydanozları incecik doğrayın. Onları da salata kasesine ilave edin. Ardından bir tavada Ayçiçek yağını ısıtın. Pastırmaları hafifçe yağda kızartıp salataya ekleyin. Kalan malzemeleri bir kâsenin içinde çırpın. Çırptığınız malzemeleri sos tenceresinde koyulaşıncaya kadar orta ateşte pişirin. Hazırladığınız sosu salatanın üzerinde gezdirin. Sıcak şekilde servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



PEYNİRLİ MANTARLI SEMİZOTU SALATASI

MALZEMELER

1 demet semizotu
10-15 adet haşlanmış mantar
1 adet kırmızı biber
7-8 adet yeşil zeytin
100g keçi peyniri
Kırmızı pulbiber
Nar ekşisi
Karabiber
Kekik
Tuz

HAZIRLANIŞI

Semizotunu bol su ile yıkayıp süzün. Ardından geniş bir kaba alın. Mantarları ince ince doğrayıp semizotuna ekleyin. Biberin içini temizleyip küp şeklinde doğrayın. Zeytinleri de doğrayıp salataya ekleyip harmanlayın. Peyniri çatal ile ezin. Üzerine tuz ve baharatları ekleyin. Yuvarlak top haline getirin. Salatanın üzerine dizip nar ekşisi gezdirin.



RUS SALATASI

MALZEMELER

3 adet patates
2 adet havuç
1 su bardağı bezelye
6 – 7 adet kornişon turşu
5 yemek kaşığı mayonez
5 yemek kaşığı yoğurt
1 tatlı kaşığı tuz
½ çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle patates ve havucun kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın. Önce patatesi sonrasında da havuç ve bezelyeyi haşlayın. Haşlanan sebzelerin suyunu süzüp soğumaya bırakın. Geniş bir kâseye sebzeleri alın. Kornişon turşuları küp şeklinde doğrayıp kâseye ilave edin. Salatayı harmanlayın. Küçük bir kâsede yoğurt, mayonez, karabiber ve tuzu güzelce karıştırıp karışımı sebzelerle karıştırın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



SEZAR SALATA

MALZEMELER

1 su bardağı küp doğranmış ekmek
1 demet endivyen
4 parça ançüez
1 diş sarımsak
½ adet limonun suyu
½ çay bardağı rendelenmiş parmesan peyniri
2 yemek kaşığı mayonez
½ çay kaşığı hardal
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle bir kabın içine mayonez, ançüez, sarımsak, hardal, zeytinyağı, limon suyu, karabiber ve tuzu alıp blenderdan geçirin. Pürüzsüz bir sos kıvamına getirin. Endivyenleri yıkayıp süzün. Geniş bir kâseye alıp sosu da ekleyin ve harmanlayın. Küp şeklindeki ekmekleri fırına koyup kızartın. Bir tavaya zeytinyağı ve kekik ekleyip ekmekleri 1-2 dakika kavurun. Salatayı bir kâseye alıp üzerine parmesan peyniri ve ekmekleri serpin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



SİYAH PİRİNÇ SALATASI

MALZEMELER

1 su bardağı siyah pirinç
1 adet közlenmiş kırmızı biber
2 dal taze soğan
1 çay bardağı konserve mısır
4 adet kornişon turşu
½ adet limonun suyu
Bir tutam maydanoz
Bir tutam dereotu
Zeytinyağı
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle siyah pirinci haşlayıp süzün. Taze soğan, dereotu ve maydanozu ince ince; kırmızı biber ve kornişon turşuları küp şeklinde doğrayın. Siyah pirinçleri salata kâsesine alın. Doğradığınız malzemeler ile mısırı da ekleyin. Sos için küçük bir kâsede zeytinyağı, limon suyu, karabiber ve tuzu karıştırın. Sosu salataya döküp harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



SUMAKLI SOĞAN SALATASI

MALZEMELER

3 adet soğan
1 adet limon suyu
1 küçük kâse maydanoz
1 tatlı kaşığı sumak
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı pul biber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle soğanları Maydanoz ve soğanı yıkayıp küçük küçük doğrayın. Baharatlar, limon suyu ve zeytinyağını da ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



ŞEHRİYE SALATASI

MALZEMELER

2 su bardağı arpa şehriye
2,5 su bardağı sıcak su
1 adet közlenmiş kırmızı biber turşusu
4 addet kornişon turşu
3 yemek kaşığı konserve mısır
2 yemek kaşığı ayıklanmış dereotu
1 dal taze soğan
1,5 adet limon
1 yemek kaşığı nar ekşisi
1 tatlı kaşığı tuz
½ çay kaşığı karabiber
2 yemek kaşığı zeytinyağı

HAZIRLANIŞI

Öncelikle tavanızı ısıtıp sıvı yağ ekleyin. Şehriyeleri kısık ateşte 2-5 dakika arası kavurun. Ardından sıcak su ekleyip karıştırın. Kapağını kapatıp suyunu çekmesini bekleyin. Suyunu çekince altını kapatıp kapağı kapalı şekilde demlenmesini bekleyin. Kornişon turşu ve kırmızı biberleri küp şeklinde dere otunu da ince ince doğrayın. Konserve mısır ile birlikte geniş bir kâseye alın. Arpa şehriyeleri tavadayken karıştırıp ardından kâseye alın. Son olarak zeytinyağı, limon suyu, nar ekşisi, karabiber ve tuz ekleyip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



TATLI PATATES SALATASI

MALZEMELER

2 adet tatlı patates
3-4 dal taze soğan
2 adet avokado
Zeytinyağı
Limon suyu
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle tatlı patatesleri haşlayıp süzün. Sonra patates ve avokadoları küp şeklinde doğrayıp bir kâseye alın. Taze soğanları da ince ince doğrayıp ekleyin. Limon suyu, zeytinyağı ve tuzu da ilave edip harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



WALDORF SALATASI

MALZEMELER

1 adet marul
1 adet yeşil elma
3 adet kereviz sapı
1 çay bardağı ceviz içi
1 çay bardağı siyah kuru üzüm
½ limonun suyu
2 yemek kaşığı mayonez
1 çay kaşığı dijon hardalı
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle elmaları yarım ay şeklinde ince ince dilimleyin. Elmaların kararmasını önlemek için üzerlerine limon suyu sıkın. Ardından marulu yıkayıp iki parmak 2-3 cm kalınlığında doğrayın. Kereviz sapını da 1 parmak kalınlığında doğrayın. Kerevizi le marulu derin bir kâseye alın. Daha sonra elma dilimleri, mayonez, hardal, kuru üzüm, ceviz, limon suyu ve tuzu da ekleyip güzelce harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



YEŞİL ELMALI SALATA

MALZEMELER

1 kâse yeşillik
1 adet yeşil elma
4 yemek kaşığı lor peynir
1 çay bardağı parçalanmış ceviz
1 tatlı kaşığı bal
4 tatlı kaşığı nar tanesi

Sos için:

½ tatlı kaşığı hardal
½ adet limonun suyu
2 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle yeşillikler yıkayıp süzün. Derin bir kâseye, elinizle parçalar haline getirip yerleştirin. Sos için çukur bir kapta hardal ve limon suyunu çırpıp üzerine karabiber ve tuzu ekleyin. Sos pürüzsüz bir kıvama geldiğinde çırpmayı bırakın. Sosu yeşilliklere dökün. Yeşil elmayı dilimleyip salataya ekleyin. Ceviz içlerini yapışmaz yüzeyli bir tavada birkaç dakika kavurun. Ocaktan alıp bir kâsede üzerine bal dökerek tatlandırın. Son olarak, lor peyniri, nar taneleri ve ballı cevizleri salataya ekleyin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



YOĞURTLU BARBUNYA SALATASI

MALZEMELER

1kg barbunya
5 dilim jambon
2 adet közlenmiş biber
1 çay bardağı mısır
7-8 konserve mantar
¼ demet dereotu
¼ demet maydanoz
1 çay bardağı ceviz
Sos için:
1 su bardağı yoğurt
1 çay bardağı mayonez
2 diş sarımsak
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle barbunyayı ayıklayıp haşlayın. Jambon ve közlenmiş biberi irice dilimleyip derin bir kaba alın. Mantarlar, dereotu ve maydanozu da ince ince doğrayıp haşlanmış barbunya, mısır ve cevizlerle birlikte kaba ilave edin. Sos malzemelerini karıştırıp salataya ekleyin ve harmanlayın. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



YOĞURTLU BULGUR SALATASI

MALZEMELER

1 su bardağı pilavlık bulgur
2,5 yemek kaşığı sıvı yağ
3 adet kornişon turşu
½ demet maydanoz
3 yemek kaşığı yoğurt
1 yemek kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle 1 su bardağı bulguru yaklaşık 2 su bardağı sıcak su ile haşlayın. Sonra ılımaya bırakın. Ardından Maydanoz ve kornişon turşuyu doğrayıp yoğurt, tuz ve sıvı yağ ile birlikte bulgurlara ekleyin. Tereyağı ve pul biberi bir tavada eriterek salatanın üzerinde gezdirin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



YUNAN SALATASI

MALZEMELER

10 adet kiraz domates
2 adet salatalık
1 adet kırmızı soğan
½ adet kıvırcık marul
1 adet kapya biber
1 adet limonun suyu
½ çay bardağı zeytinyağı
½ çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı kekik
2 dilim küp doğranmış beyaz peynir
10-12 adet siyah zeytin

HAZIRLANIŞI

Öncelikle kiraz domatesleri ikiye bölün, salatalık ve kapya biberleri de dilimleyin. Kırmızı soğanları yarım ay şeklinde doğrayın. Küçük bir kâsede zeytinyağı, limon, kekik ve tuzu karıştırın. Servis tabağına önce marulları, üzerine kırmızı soğan, salatalık, kiraz domates, kapya biber, siyah zeytin ve beyaz peynirleri dizin. Hazırladığınız sosu da döküp servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



ZEYTİNLİ BAKLİYAT SALATASI

MALZEMELER

1 su bardağı nohut
1 su bardağı kuru börülce
1 çay bardağı dövme buğday
1 çay bardağı yeşil mercimek
1 çay bardağı kıyılmış taze soğan
1 çay bardağı dilimlenmiş siyah zeytin
50g beyaz peynir
Maydanoz
Dereotu
Zeytinyağı
Limon suyu
Karabiber
Tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle bakliyatları ayrı tencerelerde yumuşayana dek haşlayın. Geniş bir kabın içine haşlanan bakliyatları alın. İnce ince doğranmış taze soğan, dereotu ve maydanozu ekleyin. Zeytinyağı, limon suyu, karabiber ve tuzu ayrı bir kapta karıştırıp salatanın üzerinde gezdirin. Peynirleri küp şeklinde doğrayıp dilimlemiş zeytin ile birlikte salataya ekleyin. Servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



MUTFAK OKULU

Açıkta unutulan ve bayatlayan bisküviler
Küçük fırın tepsisi içinde birkaç dakika ısıtırsanız, yeniden tazelik kazandıklarını görürsünüz.

Açılmakta direnen cam kavanozlar
Altına sert bir şekilde vurursanız rahat açılır.

Bal nasıl saklanır?
Bal kavanozunu sıcak olmayan serin ve karanlık bir yerde saklamak gerekir. Gün ışığı alan bal bozulur. Ayrıca kavanozun kapağı açık kalırsa nem alır ve tadı acımtırak olur.

Bal saf mı?
Balın saf olup olmadığını anlamak için, baldan bir kaşık alıp soğuk suda ezin. Su beyazlaşacak olursa, içinde un veya nişasta var demektir.

Balık kokmayan yağlar
Balık kızarttığınız yağa limon sıkarsanız yağa balık kokusu sinmez.

Başarılı omletin sırrı
İyi bir omlet yapmanın ilk kuralı, hiçbir zaman 6'dan fazla yumurta kullanmamaktır. Pişirirken de daima gazlı ocak tercih edin, elektrikli ocak kullanmayın.

Bayat ekmekler
İnce ince dilimleyip üzerine süt serpin ve kızgın yağda kızartın. Ters çevirip üzerine domates ve peynir yerleştirin. Üzerine nane ve kekik serpin.



Bayat kurabiyeler

Bayatlayan ekmek ve kurabiyelerinizi bir kese kağıdına alın. Kese kağıdını üzerine su serptikten sonra öylece fırına verin. 10-15 dakika sonra taptaze olduklarını göreceksiniz.



Bembeyaz pilav için

Eğer sade pilav pişiriyorsanız, pişme suyuna ekleyeceğiniz 1-2 çay kaşığı limon suyu, pilavın rengini daha beyaz yapar.

Beşamel sos

Önceden hazırladığınız beşamel sosun üzerinde kalın bir tabaka oluşur. Bunu önlemek için sosu hazırlayınca üzerini bir parça yağlı kağıtla örtün.

Buzdolabınızın iyi soğutması için

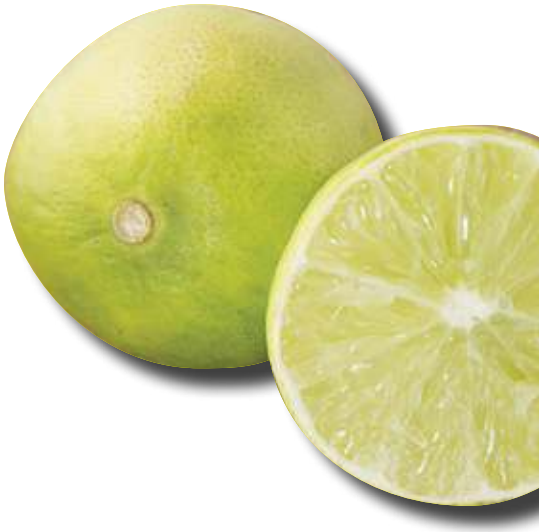
İçine bir torba tuz koyun. Tuzun dolaptaki nemi aldığını göreceksiniz.

Buzdolabındaki kötü kokular

Buzdolabındaki yiyecekler zamanla hoş olmayan kokular yaratabilir. Bunu önlemek için, buzdolabınızın içine vanilyaya batırdığınız pamuk koyarsanız, hem kötü kokuyu önlemiş, hem de yiyeceklerinize zarar verebilecek kokuları yok etmiş olursunuz. Bir başka çözüm için ise 1 kase sütü buzdolabına koyun ve 1-2 gün süreyle bırakın. Süt, buzdolabındaki kokuları alır. Sonra bu sütü kullanmadın atın.

Bütün limonun saklanması

Limonları bir kaba doldurup üzerini tamamen tuzla kapatın. Böylece, limonları hiç bozulmadan birkaç gün saklayabilirsiniz. Limonları su dolu bir kaba alıp bu suyu hergün değiştirerek de tazeliklerini koruyabilirsiniz.



Çaydanlık temizliği

Çaydanlığınızın içine biriken kireç tortusunu engellemek istiyorsanız 15 dakika kadar içinde sirke kaynatın. Veya kabın içinde yumurta kabuklarını bir süre bırakın. Kirecin yok olduğunu göreceksiniz.

Çorba ya da yemek çok tuzluysa

Pişirdiğiniz çorbanın ya da yemeğin tuzunu fazla kaçırdıysanız üzülmeyin. Bunu telafi etmenin birkaç yolu var. Çok tuzlu değilse bir parça şeker işi halleder. Ama tuzu umduğunuzdan çok koyduysanız çorbanızın içine birkaç patates dilimi atın. Patates dilimleri tuzu emeceğinden pişince içinden çıkartın. Çorbaya çok fazla tuz koyduysanız içine gümüş bir kaşık ve küçük bir bardak dolusu çiğ süt ilave edin. 5-10 dakika kısık ocakta pişirin. Sonra içindeki kaşığı çıkartın.

Dibi tutan tencereler

Yemeği yaktıysanız, ocaktan indirdiğiniz tencereyi derhal ıslak bir bezin üzerine oturtun. Böylece dibine bağlanan yanık yemek tabakası çözülür. Tencereyi yıkamak için biraz sirke koyarak bekletin. İşinizin kolaylaştığını göreceksiniz.





Dikkat! Mat mı, parlak mı?

Alüminyum folyonun biri parlak diğeri mat olmak üzere iki tarafı var. Yiyeceklerin üzerine mat olan tarafı temas etmeli çünkü parlak taraf oksitlenebilir.

Domatesler taze kalsın

Pörsümüş domatesleri yarım saat boyunca tuzlu su dolu bir kabın içinde buzdolabında bekletirseniz çok daha güzel görünürler.

Dondurucudaki etlerin yapışmaması için

Pirzola, biftek, köfte gibi etleri dondurmadan önce her dilimin aralarına yağlı kağıt koyarsanız, birbirlerine yapışmalarını önlersiniz. Böylece her seferinde gerekli olduğu kadar parçayı alır, gerisini dondurucuda bırakabilirsiniz.

Elma sirkesi

Soyulmuş elma kabuklarını atmayın. Bir kavanoza alın. Üzerini kapatacak kadari kaynatıp soğuttuğunuz suyu ilave edin. 2 tatlı kaşığı toz şeker ilave edin. Kapağı kapattıktan sonra ılık bir yerde bir süre bekletin. Sirkeniz olunca süzerek kullanın. Bu sirke midenize zarar vermez.

Evde pasta hazırlarken

Evde pasta hazırlayanlar için bir önerimiz var. Lezzetli bir pasta hazırlamak kadar, süslemek de çok önemli. En çok da özel günlerde pastaların daha göz alıcı olmasına dikkate edilir. Siz de pastanızı kendiniz yapıyorsanız, üzerini süslerken çeşitli reçelleri hafifçe sulandırıp sos olarak kullanabilirsiniz.



Güzel buzlar için

Buz kalıbına suyu koyarken içine nane yaprağı, kiraz gibi meyveler koyun.

Hamur işlerini servis yapmadan önce

Fırından çıkardığınız hamur işlerini, özellikle kekleri servis etmeden önce mutlaka en az 1,5 saat dinlenmeye bırakın. Fırından çıkar çıkmaz kesip servis yaparsanız içi hamur kalır ve tadında bir acılık hissedilir.

Izgaraları temizlerken

Fırın ızgaralarını özellikle et pişirdikten sonra temizlemekte zorluk çekebilirsiniz. Üzerinde çabucak kuruyup kalan lekeler, ne kadar sıcak su altında tutarsanız tutun çıkmayabilir. Bu durumda sünger taşıyla ızgarayı iyice ovun. Lekeden eser kalmayacaktır.

İdeal örtü boyu

Masa örtüsünün çok kısa ya da çok uzun olması masada kötü görünüm oluşturur, oturanları da rahatsız eder. Rahat bir kullanım ve güzel bir görünüm için, örtünün masadan en fazla 30 cm sarkması gerekir.

Jöle, kalıbından çıkarken dağılıyorsa

Jöleyi pişirdikten sonra kabından kolay çıkarmak için, pişirmeden önce kalıbını soğuk suyla yıkayıp içine sıvıyağ sürün.

Kahve telvesini temizlerken
Kahve içtikten sonra, fincanı hemen yıkamazsanız, sonra epey uğraşırsınız. Çünkü fincanın dibinde biriken telve kuruyup kalır ve zor çıkar. Fakat, lekeli kısmın üzerine kabartma tozu serpip nemli süngerle silerseniz telvenin çok kolay çıktığını görürsünüz.

Kahveyi taze saklamak için
Satın aldığınız kahveyi taze saklamak istiyorsanız cam kavanoza boşaltıp içine iki adet kesme şeker atın. Ağzını sıkıca kapatın. Kahvenin taze kaldığını göreceksiniz.

Kebap eti
Kebap yapmak üzere aldığınız etin lezzetli pişmesini istiyorsanız, doğradıktan sonra üzerine pişmiş süt dökün. Bir süre beklettikten sonra da yemeğinizi yapın.



Kekikli siyah zeytin
Siyah zeytini tatlandırmak için zeytinyağı ve limon suyu karışımından yararlanmayı herkes bilir. Zeytinlerinize daha değişik bir tat vermek için bunları zeytinyağı ile örtün ve biraz kekikle 2-3 diş sarımsak ilave edin. Sekiz gün bekletin ve yenilip azalan zeytinlerin yerine yenilerini koyun.

Kekler kalıba yapışıyorsa
Hazırladığınız keklerin kalıba yapışmaması için, kalıbın içine hamuru dökmeden önce ortasına bir şerit alüminyum folyo serin. Böylece keki pişirdikten sonra kolayca çıkarabilirsiniz.

Kesik limonlarınız hemen kuruyorsa
Küçük bir tabağa toz şeker serpin, limonun kesik tarafını şekerin üzerine gelecek şekilde koyun, iki hafta kurumadan saklayabilirsiniz. Diğer bir yöntem olarak da limonun üzerine tuz dökün. Böylece limonu ikinci bir kullanıma kadar kuruyup bozulmadan saklayabilirsiniz. Ayrıca bir fincan tabağının içine biraz sirke koyup, kesik kısmı sirkenin içinde kalacak şekilde limonu bu tabağa yerleştirebilirsiniz.

Kızartma kokusu
Balık kızarttıktan sonra mutfağa sinen kokuyu gidermek için, bir kapta 1 çay bardağı su ve 2 yemek kaşığı sirkeyi kaynatın.



Kızartma için
Her şeyden önce kızartacağınız sebzeleri, buzdolabından bir saat önce çıkarıp oda ısısında bekletin. Yağı iyice kızdırın. Kızartma yağına bir defada çok fazla malzeme atmayın. Fazla malzeme yağın ısısının düşmesine neden olur, o zaman da istenilen sonuç alınamaz. Kızartmaları tavadan alırken büyük delikli bir kepçe kullanın. Fazla yağı tencereye akmış olur.

Küflenen ekmekler
Ekmek kutusunu ara sıra sirkeli suyla silin.

Lavabodaki kötü kokular
Kahve telvesini lavaboya döküp, kaynar su dökün.

Makarna haşlarken
Makarnanızın çok daha lezzetli ve hafif olması için, haşlarken tencerenizin içine biraz süt katın, farkı hemen anlayacaksınız.

Mantarları temizlerken
En iyi yöntem, mantarları nemli bir bezle ovmak. Ayrıca pişirdiğiniz mantarların kararmamasını istiyorsanız, pişirirken içine yarım limon sıkın.

Maydanozları saklarken
Maydanozlarınızı kuru olarak kıyıp uzun süre muhafaza edebilirsiniz. Böylece hem her zaman kullanıma hazır olur hem de uzun süre yeşil halini korur. Kıyılmış maydanozu yemeklerin içinde kullanabileceğiniz gibi yemeklerin üzerinde süsleme amaçlı da kullanabilirsiniz.

Nanenin kokusunu arttırmak için
Üzerine biraz şeker serpin, böylece nanenin kokusunu arttırmış olursunuz.

Ocaktaki pas lekesi
Ocaktaki pas lekeleri için ikiye bölünmüş soğan birebirdir.

Patates kızartırken fazla yağ emmemesi için
Patates dilimlerini kızgın yağa atmadan önce, süt dolu bir kabın içine koyun. Böylece fazla yağ emmez hem de daha lezzetli olur.



Patates soyarken
Üzerini bir bulaşık teli yardımıyla ovuşturursanız rahatça soyulmasını sağlayabilirsiniz.

Paslanan bıçaklar için
Soğanı ikiye bölüp, pudra şekeri serpin. Bıçağı bununla ovun.

Pasta yaparken
Fırında pasta ve kek yaparken daha iyi pişmelerini istiyorsanız pişirirken fırına bir kap içinde su koyun.

Pastanız için pudra şekeri gerekiyorsa
Bunu çok basit bir yöntemle elde edebilirsiniz. Bunun için temiz iki kağıt arasına toz şekeri koyun. Isıttığınız ütüyü bu kağıdın üzerinde şeker un haline gelene kadar gezdirin. Pudra şekeriniz hazır.

Peynir keserken
Bıçağı önce soğuk suya tutarsanız, hem peyniri daha kolay keser hem de bıçağı daha rahat yıkarsınız.

Püre ısıtmak için
Soğuyan püreyi tekrar ısıtmak için üzerine biraz süt ekleyin. Sonra püre kabını ateşe koyduğunuz su dolu bir kabın üzerine yerleştirin ve kısık ateşe bir amyant tabakası koyup püre kabını bunun üzerine oturtun.

Rendeyi temizlemek için
Bir ekmek parçası ile ovuşturduktan sonra soğuk su ile yıkayın.

Sarımsak ya da soğan kokusu
Elinizde kalan ağır kokuyu geçirmek için paslanmaz çelik bıçak veya kaşığı parmaklarınızla temas ettirerek akan suyun altına tutun.

Süt tencereye yapışıyorsa
Sütü koymadan önce tencereyi soğuk su ile çalkalayın.

Sütünüz yandıysa
Kabın üstüne 5 dakika nemli beyaz bir bez örtün. Bu işlemi, her defasında bezi suda çalkalayarak tekrarlayın. Sütün yanık kokusu tamamen kaybolur.

Soğan soyarken

Soğan soyarken gözlerinizin yaşarmaması için, içi su dolu bir kaba koyun. Soymaya başlamadan önce parmaklarınızı sirkeye batırırsanız, soğan kokusunun elinize bulaşmadığını göreceksiniz.

Şeftali soymak zor geliyorsa

Şeftalileri 10 saniye sıcak suda tutup sonra soğuk suya batırırsanız, kabukları kolayca soyulur.



Taptaze sandviç ekmekleri

Artan sandviçleri atmak yerine bir süre daha taze olarak saklayabilirsiniz. Bunun için, sandviçleri taze ve yıkanmış kuru kıvırcık salata yaprağına sarın. Bir tabağa koyup üzerini hafif nemli bir bezle örtün. Bu şekilde buzdolabına kaldırın.

Tavuk kızartırken

Tavuğun lezzetini arttırmak için fırına atmadan önce tuz, karabiber ve limonun suyuyla hazırlanmış karışımla ovabilirsiniz.

Tencerenin dibi yandıysa

Yemek yaparken tencerenin dibi tutarsa, temizlemek için bir miktar karbonatı suyla karıştırıp elinizle hamur kıvamına getirin. Bunu tencerenin dibine örtün. Bir gece böylece bekletin. Bir gün sonra tencere temizlenir ve pırıl pırıl olur.

Tıkanan tuzluklar

Mutfağın nemli ortamında tuzluklar tıkanıyorsa, içlerine biraz pirinç koyun.

Turşu

Kavanozda sakladığınız turşuların üzerinde bir zaman sonra bir köpük tabakası oluşur. Bunu kaşıkla alın ve turşuların üzerine bir parmak kalınlığında zeytinyağı dökün. Zaman zaman değiştirin. Hazırladığınız turşu, tuzu fazla olduğu için yenemiyorsa, turşunun içine kabukları soyulmuş birkaç tane soğan koyduğunuz sirkeye yatırın ve üç dört hafta bekletin. Tadının düzeldiğini göreceksiniz.

Uzun süre dayanan sebzeler için

Aldığınız sebzeleri yıkamadan buzdolabında poşetlerde ve ağzı sıkıca kapatılmış olarak saklayın.



Vitaminli havuç
Satın aldığınız havuçları 15 gün kadar buzdolabında bekletirseniz vitamin oranları artar.

Yağ şişelerini temizlemek için
Sıvıyağ koyduğunuz şişeleri yıkarken, şişenin içine baharatçılarda bulabileceğiniz birkaç parça kaya tuzu koyun ve suyla çalkalayın. Bu işlemi yaptıktan sonra şişeyi yıkadığınızda lekesiz ve tertemiz olduğunu göreceksiniz.

Yemekte ölçü
Yemek pişirirken ölçü ayarlamakta hepimiz güçlük çekeriz. İşte size basit bir ölçü tarifi: 1 yemek kaşığı 25 gr şeker, 20 gr un, 15 gr tuz ve 15 gr su alır.

Yumurta haşlarken
Yumurtayı bir kepçe ya da kaşık içinde su dolu bir kabın içine koyun.

Yumuşamayan fasulyeler
Uzun süre pişirildiği halde yumuşamayan fasulyenin içine yarım kahve kaşığı karbonat koyun.

Zeytinyağını saklamak için
Uzun zaman saklayacağınız zeytinyağının acımasına engel olmak için ışıktan uzak bir yere koyun.

Zeytinyağlı yemekleri pişirirken
Zeytinyağlı yemeklere biraz şeker atmak, onların daha lezzetli olmasını sağlar. Ayrıca piştikten sonra, soğuyuncaya kadar kapağını açmamak gerekir. Unutulmaması gereken bir nokta da, zeytinyağlı yemeklerin yeneceği günden bir gün önce pişirilip ertesi güne kadar dinlendirilmesidir.

