ISSN 2148-3663
9 772148 366003
ÖZEL SAYI: 72 / 2025 /
FİYATI: 80.00 TL
KKTC FİYATI: 95.00 TL / KASIM

özel sayı 72

Türk Mutfağı Yemekleri

BALIK YEMEKLERİ



gastrofests



gastrofests
Yayıncı :

İNNOMAG Basılı ve Dijital Yayıncılık Ltd. Şti.

Genel Yayın Yönetmeni - Sorumlu:
Ferit Özkaşıkcı

Yazı İşleri Müdürü:
Efe Gürses

Görsel Yönetmen:
Elberhan Korkmaz

Fotoğraflar:
Istock

Danışma Kurulu:
Mehmet Yaşin, 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

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

Yayın Türü:
Yerel, Sürekli, Ayda bir.

İletişim:
iletisim@innomag.com.tr

© 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

Anadolu, tarih boyunca birçok medeniyetin yaşadığı ve aynı zamanda pek çok kültürün birbirini etkilediği bir coğrafya.

Bu coğrafyada yaşayan Türkler, Orta Asya'dan taşıdıkları yemek kültürlerini, Anadolu'daki medeniyetlerin yemek kültürleri ile birleştirmiş ve günümüze değin taşımış.

Farklı kültürlerin birbirleriyle etkileşimi, zengin bir mutfağın yanı sıra yöresel çeşitliliği ve çok farklı tatları da bünyesine alarak zenginleşmiş ve günümüze kadar ulaşmış.

Üç tarafı denizlerle çevrili olmasına karşın Anadolu, balıklarını yeterince tanıyamadı ve onlara gereken ihtimamı maalesef gösteremedi. Avlanma yasaklarına uyulmadı, zengin balık türleri bugüne değin korunamadı. Ancak denizlerimizin zenginliği olan balıklar, farklı lezzetlerde ve farklı isimlerde hep mutfağımızın ana lezzetleri arasında yer aldı.

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

Anadolu kültürüyle olgunlaşan ve Türk damak zevkine uygun 50 özgün balık tarifi, mutfak okulu ile birlikte sizlerle...

Afiyetle yemeniz dileği ile.

İçindekiler

ASMA YAPRAĞINDA SARDALYA.....6
BADEMLİ LEVREK.....8
BAKLAVA YUFKASINDA LEVREK FİLETO 10
BALIK KÖFTESİ 12
BALIK KROKET 14
BALIK MANTISI 16
BALLI SOYA SOSLU SOMON 18
ÇİPURA BUĞULAMA 20
ÇİPURA.....22
ÇİROZ SALATASI.....24
DİL BALIĞI.....26
FİSH AND CHİPS 28
FIRINDA ALABALIK 30
FIRINDA HAMSİLİ PİLAV.....32
FIRINDA LEVREK.....34
FIRINDA PALAMUT 36
FIRINDA SARDALYA 38
FIRINDA SARIKANAT.....40
FIRINDA SOMON 42
GÜVEÇTE LEVREK KAVURMA.....44
GÜVEÇTE MOZZARELLALI KARİDES 46
HAMSİ TAVA.....48
HAMSİKOLİ.....50
HAMSİLİ ILIK KİNOA SALATASI.....52
IZGARA KAYA LEVREĞİ.....54

IZGARA MEZGİT 56
KAĞITTA LEVREK 58
KIRLANGIÇ ÇORBASI 60
KREMALI LEVREK BUĞULAMA.....62
KUŞKONMAZLI FIRIN SOMON 64
LAGOS FİLETO.....66
LAKERDA 68
MANTARLI SOMON 70
PALAMUT BUĞULAMA 72
PALAMUT KÖFTESİ.....74
PALAMUT TAVA.....76
SARDALYA EZMESİ.....78
SEBZE VE KARİDES DOLGULU BARBUN.....80
SOMON BURGER 82
SOMON ŞİŞ 84
SOMONLU LAZANYA 86
SOSLU SOMON.....88
TERBİYELİ PALAMUT ÇORBASI.....90
TON BALIKLI DÜRÜM 92
TON BALIKLI KÖFTE 94
TON BALIKLI MAKARNA 96
TON BALIKLI RULO 98
TUZDA ÇİPURA 100
USKUMRU DOLMA 102
USKUMRU PİLAKİ 104

ASMA YAPRAĞINDA SARDALYA



MALZEMELER

500 gram sardalya balığı
15 adet asma yaprağı
½ çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ayıklanmış sardalyalarınızı soğuk bir sudan geçirerek artıklardan iyice temizleyin ve arındırın. Temizledikten sonra bir süzgecin içine alarak suyun iyice akmasını sağlayın. Sardalyaları geniş bir kaba alarak içine 4-5 yemek kaşığı zeytinyağı, tuz ve karabibere ekleyerek iyice yedirin. Çeşnilendirdiğiniz ve zeytinyağı koyduğunuz sardalyaları 15-20 dakika boyunca bu şekilde dinlendirin. Asma yapraklarını damarlı kısmını üste gelecek şekilde yerleştirin, saplarını koparın ve sardalyaları bu kısmın içine gelecek şekilde yerleştirerek sarın. Asma yapraklarınız bitene dek sarmaya devam edin. Izgara tavanızı ocağa alın ve orta ateşte ısıtmaya başlayın. Kalan zeytinyağını tavaya dökün ve yayın. Tavanız ısındıktan sonra sarılmış sardalyaleri tavaya yerleştirin. Asma yapraklarının rengi değişip hafif solduklarında diğer yüzeyi çevirerek pişirmeye devam edin. Her yüzey yaklaşık 4-5 dakika pişecektir. Sıcak servis edin. Afiyet olsun.



BADEMLİ LEVREK

MALZEMELER

1 adet orta boy levrek
100 ml. beyaz şarap
½ adet orta boy yeşil biber
½ adet orta boy kırmızı biber
1 adet orta boy domates
2 dilim limon
25 gram kavrulmuş badem
10 gram tereyağı
40 ml. su
5 ml. zeytinyağı
½ çay kaşığı deniz tuzu
2 adet defne yaprağı
1 çay kaşığı tane karabiber
¼ demet dereotu
¼ demet maydanoz

HAZIRLANIŞI

İlk olarak ayıkladığınız orta boy levreğin kılçıklarını çıkartın. Derileri üzerinde kalacak şekilde fileto şeklinde dilimlere ayırın. Çekirdeklerini çıkardığınız orta boy yeşil ve kırmızı biberi yarım ay şeklinde doğrayın. Sap kısmını çıkardığınız domatesi halka halka dilimleyin. Ayıkladığınız maydanoz ve dereotunu incecik kıyın. Zeytinyağını geniş tabanlı bir tavada kızdırın. Fileto haline gelen iki dilim levreğin derili kısımlarını yüksek ateşte kızartın. Limon, domates dilimleri, doğranmış biber parçaları, incecik kıyılmış maydanoz ve dereotu, kavrulmuş bademler, deniz tuzu, defne yaprakları ve tane karabiberi tavaya alın. Beyaz şarabı ekledikten sonra alkolünün gitmesi için sebze ve baharatlarla birlikte levrekleri 5 dakika kadar pişirin. Son olarak; tereyağı ve su eklediğiniz balığı kapağını kapattığınız tavada, orta ateşte 5 dakika daha pişirdikten sonra bekletmeden sıcak olarak servis edin. Afiyet olsun.



BAKLAVA YUFKASINDA LEVREK FİLETO



MALZEMELER

2 paket levrek fileto
1 adet soğan
7 parça baklavalık yufka
1 fincan tuz
1 yemek kaşığı toz şeker
1 fincan sıvı yağ
1 çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle soğanları piyazlık doğrayalım. Sıvı yağın yarısını tavaya koyup kızınca da soğanları ekleyelim. Harlı ateşte pembeleşinceye kadar pişirelim. Şekeri de ilave edip kontrollü bir şekilde karamelize olana kadar pişirelim. Tuzun yarısını ve karabiberi de ilave edip ocaktan alalım ve soğumaya bırakalım. Bir adet baklavalık yufkayı serip biraz yağlayalım. Tuzladığımız balığı yufkanın içerisine koyup üzerine karamelize ettiğimiz soğandan bir miktar koyalım. Yufkanın iki yanını da katlayarak balığı tamamen sarıyoruz. Bütün balık ve yufkaları bu şekilde hazırlayalım. Önceden ısıtılmış 200 derecelik fırında 15 dakika yufkalar kızarıncaya kadar pişirelim. Afiyet olsun.



BALIK KÖFTESİ

MALZEMELER

500 gram mezgit fileto
6 adet taze soğan
4 adet arpacık soğan
½ demet maydanoz
¼ demet dereotu
1 adet yumurta sarısı
½ çay bardağı galeta unu
1 adet rendelenmiş limon kabuğu
1 çay kaşığı köri
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
Kızartmak için:
1su bardağı ayçiçek yağı

HAZIRLANIŞI

Derisi ve kılçıklarını temizlediğiniz fileto mezgit balığını bol suda yıkayıp, kuruladıktan sonra çok küçük parçalar halinde kesin. Dereotu ve maydanozu incecik kıyın. Taze soğanları halka halka kesin. Kabuğunu soyduğunuz arpacık soğanları minik küpler halinde doğrayın. Bıçak kıyması dediğimiz hale gelen mezgit parçalarını derin bir karıştırma kabına alın. Doğranmış arpacık ve taze soğan, yeşillikler, yumurta sarısı, galeta unu, rendelenmiş limon kabuğu, köri, tuz ve karabiberi katın. Tüm malzemeyi iyice karıştırarak yoğurun. Hazırladığınız köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar alın ve elinizde yuvarladıktan sonra bastırarak köfte şeklini verin. Tüm harç bitine kadar aynı işlemi tekrarlayın. Ayçiçek yağını geniş tabanlı bir tavada kızdırın. Balık sevdiren köfteleri, kızgın yağda çıtır çıtır, altın sarısı renk alana kadar arkalı önlü kızartın. Fazla yağını bırakmaları için kağıt havlu üzerinde dinlendirdikten sonra ılık olarak servis edin. Yanında yeşilliği eksik etmeden sevdiklerinizle paylaşın. Afiyet olsun.



BALIK KROKET

MALZEMELER

1 adet patates
1 yemek kaşığı süt
1 yemek kaşığı tereyağı
4 adet mezgit fileto
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
3 adet yumurta sarısı
1 su bardağı galeta unu
½ çay kaşığı kimyon
3 su bardağı kızartma yağı

HAZIRLANIŞI

İlk olarak patateslerin kabuğunu soyun ve 1 tatlı kaşığı tuzla beraber haşlayın. Kullanacağınız balığı da 5-6 dakika kaynar suyun içinde haşlayın. Eğer dağılırsa süzgeç yardımıyla süzün. Haşlanan patatesleri bir kaba alın ve çatalla püre kıvamına getirin. Patatesler soğumadan tereyağını ilave edin ve patatese yedirin. En son sütü ilave edin ve soğumaya bırakın. Baharatları ilave edin. Haşlanan balıkları patateslerle harmanlayarak şekil verilebilir kıvama getirin. İki bıçak yardımıyla kenarlarını düzeltin ve karışıma dikdörtgen şekil verin. Buzdolabında 30 dakika dinlendirin. Kızartma yağını iyice kızdırın. Dinlenen kroketleri önce çırpılmış yumurta sarılarına daha sonra da galeta ununa bulayıp kızartın. Fazla yağını süzdürün ve servis edin. İşte bu kadar! Afiyet olsun.



BALIK MANTISI

MALZEMELER

1 adet orta boy balık
1 demet taze soğan
1 demet dereotu
1 demet maydanoz
1 tatlı kaşığı soya sosu
100 gram kaşar peyniri
2 adet yufka
Kızartmak için:
2 su bardağı ayçiçek yağı

HAZIRLANIŞI

Öncelikle levreği temizleyip kılçıklarını ayıkladıktan sonra küçük parçalara ayırın. Bol suda yıkayıp salata kurutucusunda kuruttuğunuz maydanoz, taze soğan ve dereotunu incecik kıyın. Kaşar peynirini rendeleyin. Parçalara ayrılmış balık, ince ince doğranmış yeşillikler, rendelenmiş kaşar peyniri ve soya sosunu karıştırın. Yufkaları düz bir zemine sererek, iki parmak genişliğinde, ince ve uzun şeritler halinde kesin. Her şeridin bir ucuna hazırladığınız balıklı harçtan bırakarak, yufkadan hazırlanan mantıları üçgen şeklinde sarın. Derin bir tencereye aldığınız ayçiçek yağını orta ateşte kızdırın. Üçgen şeklindeki balık mantılarını kızgın yağda, yufkalar altın sarısı rengini alana dek kızartın. Fazla yağını bırakması için kağıt havlu üzerinde kısa bir süre dinlendirdiğiniz kızarmış mantıları, ılık olarak servis edin. Afiyet olsun.



BALLI SOYA SOSLU SOMON

MALZEMELER

750 g somon

Sosu için

1/2 çay bardağı bal

2 yemek kaşığı soya sosu

1 yemek kaşığı susam yağı

1 yemek kaşığı pirinç sirkesi

3 diş sarımsak (Rendelenmiş)

1 yemek kaşığı taze zencefil (Rendelenmiş)

Üzeri için

2 adet Meksika biberi (İnce kıyılmış)

2-3 dal taze kişniş

2 yemek kaşığı susam

HAZIRLANIŞI

İlk olarak sosu hazırlamak için pirinç sirkesi, susam yağı, zencefil, sarımsak, soya sosu ve balı derin bir kaba alarak karıştırın. Somonu bir fırın kabına alın ve hazırladığınız sosu üzerine dökerek önceden 175 dereceye ısıtılmış fırında 15-20 dakika süreyle pişirin. Susamları teflon bir tavada renk alana kadar karıştırarak kavurun. Fırından aldığınız somonun üstüne ince kıyılmış Meksika biberi ve kavrulmuş susamı ekleyin. Yaprakları ayıklanmış taze kişniş ile süsleyerek sıcak servis edin. Afiyet olsun.



ÇİPURA BUĞULAMA

MALZEMELER

1 adet çipura
3-4 adet rendelenmiş domates
1 yemek kaşığı zeytinyağı
yemek kaşığı tereyağı
6 dal maydanoz
2 adet köy biberi
2 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
1 adet patates
1 adet limon
1 çay bardağı su

HAZIRLANIŞI

Öncelikle zeytinyağını çelik tavaya ekleyin 1 dakika kadar ısıtın. Yarım santim kalınlıkta halka halka doğradığınız soğanları şekillerini bozmadan tavaya dizin. 1 dakika sonra yine halka olacak şekilde verev doğradığınız biberleri tavaya dağıtarak ekleyin. Patatesi yarım santim kalınlıkta halkalar halinde doğrayıp tavadaki sebzelerin üstüne dizin. Sarımsakları da ince ince doğrayıp tavanın her tarafına dağıtın. Limonu halkalar halinde doğrayıp ekleyin. Yaklaşık 5 dakikadır tavada olan sebzelerin üzerine tuz gezdirin ardından domatesi püresini ve 1 çay bardağı su ilave edin. Çipurayı tavaya eklemeden önce görsellik için derisine birkaç çizik atın ve ardından bütün halde tavaya ekleyin. Tavanın boyutuna göre keseceğiniz yağlı kağıdı buruşturarak ıslatın. Buruşturduğunuz yağlı kağıdı açın ve tavanın üzerine örtün. Önceden ısıtılmış altlı üstlü fanlı 200 derecelik fırında 25 dakika pişirin. Tavayı fırından alıp pişirme kağıdını atın ve tereyağını parçalayıp sebzelerin üstüne ekleyin. 5 dakika fırında tuttuktan sonra tavayı fırından alın ve ince doğradığınız maydanozu üzerine serpin. 2-3 dakika dinlendirdikten sonra servise hazır. Afiyet olsun.



ÇİPURA FIRINDA

MALZEMELER

4 adet orta boy çipura
4 adet defne yaprağı
4 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı ince çekilmiş renkli tane karabiber
1 tatlı kaşığı ince çekilmiş deniz tuzu
½ çay bardağı zeytinyağı
1 adet taze sıkılmış limon suyu (arzuya göre)

HAZIRLANIŞI

Ayıklayıp bol suda yıkadığınız çipuraların fazla suyunu kağıt havlu yardımıyla alın. Üzerlerine birer çizik atıp balıkların karın kısımlarını tuzlayın. Zeytinyağı, taze sıkılmış limon suyu ve ince çekilmiş renkli tane karabiberi geniş bir kapta harmanlayın. Balıkları tek tek bu karışıma alıp yağlı kağıt serili fırın tepsisine yerleştirin. Aroma vermesi için; balıkların karın kısımlarına kabuğunu soyduğunuz bir diş sarımsak ve bir adet defne yaprağı yerleştirin. Kalan zeytinyağlı karışımı üzerlerine gezdirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında yaklaşık 40 dakika kadar pişirip tepsiye süzülen pişirme suyuyla birlikte sıcak olarak servis edin. Afiyet olsun.



ÇİROZ SALATASI



MALZEMELER

6 çiroz
1 su bardağı sirke
3 yemek kaşığı zeytinyağı
5 dal dereotu
15 siyah zeytin

HAZIRLANIŞI

Öncelikle çirozları yapışmaz yüzeyli tavaya alıp yüksek ateşte rengi koyulaşıncaya kadar pişirin. Yanan kabuklarını temizleyip kılçıklarını ayıklayın. Küçük parçalara kesip çukur bir kaba alın. Sirkeyi cezveye alıp koyulaşıncaya kadar kaynatın. Balıkların üzerine gezdirerek dökün. Kabın üzerini kapatıp 30-35 dakika bekletin ve süzün. Çirozları servis tabağına alıp üzerine zeytinyağı gezdirin. Kıyılmış dereotu ve zeytinle süsleyip servis yapın. Afiyet olsun.



DİL BALIĞI FIRINDA



MALZEMELER

1 adet dil balığı
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 diş sarımsak
1 dilim limon
¼ çay kaşığı tuz
Servisi için:
1 tatlı kaşığı tereyağı
4 dal maydanoz

HAZIRLANIŞI

İlk olarak deri ve kılçık kısımlarını aldığınız fileto dil balığını bol suda yıkayıp fazla suyunu kağıt havlu yardımıyla kurulayın. Kabuğunu soyduğunuz sarımsağı ince ince dilimleyin. Zeytinyağı ilavesiyle karıştırın. Fileto dil balığını tuzlayıp yağlı kağıt serili fırın tepsisine alın. Sarımsaklı zeytinyağını üzerine sürüp bir dilim limon yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 20 dakika kadar pişirin. Ayıklayıp bol suda yıkadığınız maydanoz yapraklarını ince ince kıyın. Kısık ateşte erittiğiniz tereyağı ile karıştırdığınız maydanoz yapraklarını servis tabağına aldığınız dil balığı üzerine gezdirin. Afiyet olsun.



FİSH AND CHİPS



MALZEMELER

200 gram mezgit fileto
100 mililitre un
1 adet yumurta
2 yemek kaşığı nişasta
100 mililitre maden suyu
¾ çay bardağı süt
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
1 su bardağı sıvı yağ

HAZIRLANIŞI

Kaplama harcını yapmak için bir kaba yumurtayı ve sütü ekleyip çırpın. Un ve mısır nişastasını ekleyip azar azar maden suyu ekleyerek kıvamını ayarlayın. Çok koyu kıvamda boza gibi bir harç olacak. Tuz ve karabiberi de ekleyip karıştırın. Kılçığı ayıklanmış balıkları harca bulayıp kızgın yağda kızartın. Sıcak olacak kızarmış patates ya da salata ile servis yapın. Afiyet olsun.



FIRINDA ALABALIK

MALZEMELER

2 adet alabalık
1 adet domates
1 adet limon
1 adet soğan
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
5 adet mantar

HAZIRLANIŞI

Öncelikle balıkları temizleyelim. Tepsi veya borcama yağlı kağıdı serelim. Balıkları tepsiye koyup tüm malzemeleri yuvarlak yuvarlak doğrayıp üstüne dizelim. Zeytinyağını tüm malzemelerin üstünde gezdirelim. En son da tuzu serperek 190 derecelik fırında kızarana kadar pişirelim. Afiyet olsun.



FIRINDA HAMSİLİ PİLAV

MALZEMELER

800 gram hamsi
100 ml. zeytinyağı
1 adet orta boy kuru soğan
25 gram çam fıstığı
200 gram pirinç
40 gram kuş üzümü
400 ml. sıcak su
1 tatlı kaşığı kuru nane
½ demet dereotu
1 yemek kaşığı mısır unu
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Pirinci ve sap kısımlarını ayıkladığınız kuş üzümlerini ayrı ayrı kaplarda sıcak suya basın. Hamsileri temizleyip, kılçıklarını çıkarın. İyice yıkayıp, sularının süzülmesi için bir süzgeçte bekletin. Kuru soğanı yemeklik doğrayın. Zeytinyağını ısıtıp, soğanları katın. Orta ateşte ve ara ara karıştırarak, soğanlar yumuşayana kadar, yaklaşık 5 dakika soteleyin. Çam fıstıklarını ekleyip, arada karıştırmaya devam ederek fıstıklar pembeleşinceye kadar yaklaşık 5 dakika daha kavurun. Pirinci süzüp, nişastalı suyu gidene kadar yıkayın ve süzün. Tencereye pirinci alın. Tuz ve karabiber serpip, birkaç kez karıştırın. Kuru nane ve süzdüğünüz kuş üzümlerini ekleyip, karıştırın ve sıcak suyu ilave edin. Karıştırıp, tencerenin kapağını kapatın. Ateşi kısıp, pirinçler suyu çekene kadar pişirin. Pilavınız pişerken, fırın kabının dibini yağlayın, mısır ununun yarısını serpiştirin. Kabın dibini, derileri altta kalacak şekilde hamsilerle kaplayın. Pilavınızı ateşten alın. İncecik kıyılmış dereotunu ekleyin ve karıştırın. Bekletmeden kapta bulunan hamsilerin üstüne yayıp, bir kaşık yardımıyla düzeltin. Kalan hamsileri, derileri üstte kalacak şekilde pilavın üstüne dizerek, pilavı kaplayın. Hamsilerin üzerine kalan mısır ununu serpiştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, hamsilerin üzeri pembeleşene kadar yaklaşık 30 dakika pişirin. Fırından çıkardığınız hamsili pilavı, 5-10 dakika oda ısısında dinlendirdikten sonra dilimleyerek servis edin. Afiyet olsun.



FIRINDA LEVREK

MALZEMELER

6 dilim fileto levrek
100 gram arpacık soğan
200 gram cherry domates
2 diş sarımsak
100 gram çekirdeksiz yeşil zeytin
1 çay kaşığı deniz tuzu
½ çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber
1 yemek kaşığı kapari turşusu
4 yemek kaşığı zeytinyağı
Servisi için:
¼ demet dereotu

HAZIRLANIŞI

Sadece derisi üzerinde kalan fileto levrek balıklarının kılçıklarını ayıklayın. Arpacık soğanları kabuklarını soyduktan sonra bütün halde bırakın. Cherry domateslerin sap kısımlarını ayıklayın. Sarımsakları incecik dilimleyin, suyunu süzdürdüğünüz kapari turşusunu bütün halde bırakın. Fileto levrek dilimlerini deniz tuzu ve taze çekilmiş tane karabiber ilavesiyle çeşnilendirin. Küçük boy bir fırın tepsisine aldığınız balıkların arasına arpacık soğanları ve sarımsak dilimlerini yerleştirin. Cherry domatesleri, kapari turşusunu ve çekirdeksiz yeşil zeytinleri üzerlerine serpiştirin. Son olarak zeytinyağı eklediğiniz fileto levreklerin üzerini yağlı kağıt ile kapattıktan sonra önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-40 dakika kadar pişirin. Geniş bir spatula yardımıyla bütün halde servis tabağına aldığınız fileto levrekleri, incecik kıyılmış dereotu ilavesiyle bekletmeden servis edin. Afiyet olsun.



FIRINDA PALAMUT

MALZEMELER

orta boy palamut balığı
6 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet orta boy kuru soğan
1 yemek kaşığı taze sıkılmış limon suyu
1 dal biberiye
½ tatlı kaşığı tuz
½ çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle iç kısımlarını temizleyip bol suda dikkatli bir şekilde yıkadığınız balıkları kağıt havlu yardımıyla kurulayın. Balıklara tat vermesi için rendenin ince kısmıyla rendelediğiniz kuru soğanın suyunu sıkın. Derin bir kaba aktardığınız soğan suyunu; taze sıkılmış limon suyu, zeytinyağı, biberiye ve taze çekilmiş tane karabiberle karıştırın. Palamutları karışımın içine alıp 30 dakika kadar bekletin. Sosu içine çekmeleri için aralarda ovun. Kısa süre marine ettiğiniz balıkları karışımdan alıp karın ve üst kısımlarını tuzla ovduktan sonra yağlı kağıt serili fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında, üzerleri kızarıp renk alana kadar yaklaşık 40-45 dakika pişirin. Arzuya göre limon dilimleri eşliğinde sevdiklerinizle paylaşın. Afiyet olsun.



FIRINDA SARDALYA

MALZEMELER

1 kilogram sardalya balığı
2 adet orta boy kuru soğan
3 diş sarımsak
300 gram cherry domates
¼ demet maydanoz
1 adet orta boy limon
2 yemek kaşığız eytinyağı
1 çay kaşığı ince çekilmiş deniz tuzu
1 tatlı kaşığı taze çekilmiş tane karabiber
1 adet defne yaprağı

HAZIRLANIŞI

Baş kısımlarını aldığınız sardalyaların iç kısımlarını dikkatli bir şekilde temizleyin. Bol suda yıkadığınız balıkların iç kısımlarını tuzlayıp fazla sularının süzülmesi için süzgeçte bekletin. Kabuğunu soyduğunuz kuru soğanları ortadan ikiye bölüp piyazlık olarak ince ince dilimleyin. Ayıkladığınız maydanoz yapraklarını bol suda yıkayıp fazla suyunu aldıktan sonra incecik kıyın. Ayıklanmış sarımsakları halka halka doğrayın. Cherry domatesleri ortadan ikiye kesin. Ortadan ikiye kestiğiniz limonun suyunu sıkın. Piyazlık doğranmış kuru soğanları fırın tepsisine yayın. Sarımsakları ekleyin. Ayıklanmış ve tuzlandıktan sonra fazla suyu süzülmüş sardalyaları kuru soğanlar üzerine açık bir şekilde yerleştirin. Ortadan ikiye bölünmüş cherry domatesler ve defne yaprağını fırın tepsisine alın. Zeytinyağı, taze sıkılmış limon suyu, incecik kıyılmış maydanoz yaprakları, balıkları tuzladığınızı unutmadan damak tadınıza göre ekleyeceğiniz ince çekilmiş tuz ve taze çekilmiş tane karabiberi küçük bir kapta karıştırın. Hazırladığınız sosu balıkların üzerine eşit olarak gelecek şekilde gezdirin. Üzerine yağlı bir kağıt kapatıp, önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30 dakika kadar pişirin. Balıkların üzerinde bulunan yağlı kağıdı alıp pişirme işlemini 10-15 dakika daha sürdürün. Fırından çıkardığınız balıkları ılık ya da soğuk olarak servis edin. Afiyet olsun.



FIRINDA SARIKANAT

MALZEMELER

10 adet sarıkanat
1 çay bardağı zeytinyağı
½ adet limon suyu
1,5 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

İlk olarak balıkları güzelce temizleyip yıkıyoruz ve ardından havlu kağıtla suyunu alıyoruz ki sos karışımımızı derisi iyice çeksin. Zeytinyağı, limon, tuz ve karabiberi bir kapta güzelce karıştırıp fırçayla balıkların her tarafına güzelce karışımdan sürüyoruz. Yağlı kağıt serili tepsiye balıkları yerleştiriyoruz. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında ve fanlı ayarda yaklaşık 20 dakika pişiriyoruz. Sarıkanat ve çinekop hızlı pişen balıklar olduğu için çok uzun süre pişirmiyoruz ki suyunu kaybedip kuru olmasın. Afiyet olsun.

FIRINDA SOMON

MALZEMELER

2 adet fileto somon
½ çay bardağı zeytinyağı
2 diş sarımsak (dövülmüş)
3-4 dal taze kekik
1 adet limon suyu
¼ demet dereotu

HAZIRLANIŞI

Öncelikle sarımsakları dövün. Zeytinyağı ve limon suyunu ilave edip karıştırın. Marinasyon sosunu balıkların üzerine döküp, üzerini streçledikten sonra buzdolabında 1 saat bekletin. Fırın tepsisine yağlı kağıt serin. Sostan çıkardığınız somonları yağlı kağıdın üzerine yerleştirin. Fırını 200 dereceye ayarlayın. Kontrollü olarak 15-20 dakika boyunca pişirin. İncecik doğranmış dereotu ve dilim limonla servis edin. Afiyet olsun.



GÜVEÇTE LEVREK KAVURMA

MALZEMELER

400 gram fileto levrek balığı
3 yemek kaşığı zeytinyağı
100 gram arpacık soğan
3 diş sarımsak
10 adet kültür mantarı
1 adet büyük boy domates
2 adet orta boy yeşil biber
2 yemek kaşığı soya sosu
1 yemek kaşığı tereyağı
½ çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber
½ tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı kekik

HAZIRLANIŞI

Balığı temizleyip, kılçık ve kafa kısmını çıkarttıktan sonra elde ettiğiniz fileto levrek balığını küçük küpler halinde kesin. Sarımsak ve arpacık soğanların kabuklarını soyun. Üzerini nemli bir bezle silip, arzuya göre sap kısımlarını çıkarttığınız mantarları ortadan ikiye kesin. Kabuğunu soyduğunuz domatesi küp şeklinde doğrayın. Uç kısımlarını aldığınız yeşil biberleri iri iri kesin. Sarımsakları ince ince dilimleyin. Bir tavada kızdırdığınız zeytinyağında dilimlenmiş sarımsak ve bütün haldeki arpacık soğanları 2-3 dakika kadar soteleyin. Küçük küpler halinde kestiğiniz levrek filetoyu katıp, soteleme işlemini yüksek ateşte sürdürün. Afiyet olsun.



GÜVEÇTE MOZZARELLALI KARİDES

MALZEMELER

12 adet karides (ayıklanıp temizlenmiş)
2 adet soğan
1 adet kapya biber
1 diş sarımsak
3 adet cherry domates
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 yemek kaşığı tereyağı
½ adet top mozzarella peyniri
1 tutam tuz
1 tutam karabiber

HAZIRLANIŞI

İlk olarak tavaya 1 yemek kaşığı zeytinyağı ve 1 yemek kaşığı tereyağını alalım. Ocağın altını açıp yağı kızdıralım. Yağı yakmadan Karidesleri iki yüzü hafif kızarıcak şekilde 1-2 dakika kızgın yağda çevirelim. Yağ çekmemesi için peçetenin üzerine alalım. Fırını 180 dereceye ısıtalım. Soğan, sarımsak ve biberi küçük küçük doğrayalım. Kalan zeytinyağını tavaya alıp ısıtalım. Soğanı ilave edip 3-4 dakika soteleyelim. Sarımsak ve biberi de ekleyip sotelemeye devam edelim. En son çeri domatesleri de ikiye bölüp ekleyelim. Karıştırıp altını kapatalım. Güvece soğanlı harcı ve karidesleri yayalım. 180 derecede 10 dakika pişirelim. Afiyet olsun.



HAMSİ TAVA



MALZEMELER

500 gram hamsi
¾ su bardağı mısır unu
7-8 yemek kaşığı sıvı yağ
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Öncelikle hamsileri ayıkladıktan sonra soğuk suyla yıkayıp bir süzgeçle iyice suyunu süzün. Tavada sıvı yağı kızdırın. Suyu süzülen hamsileri tuzla karıştırdığınız mısır ununa bulayıp kurukları iç tarafa gelecek şekilde tavaya dizin. Alt tarafları kızardıktan sonra bir başka tava ile ters yüz edin ve diğer tarafını pişirin. Hamsileriniz kızarınca tavanın üzerine bir tabak koyarak tabağa alın. Yanında soğan ve dilediğiniz yeşilliklerle servis edin. Afiyet olsun.



HAMSİKOLİ

MALZEMELER

500 gram hamsi
1 demet pazı
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
1 adet büyük boy soğan
6-7 dal taze soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
3 su bardağı mısır unu
1 su bardağı sıcak su
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Pazı, maydanoz, dereotu ve taze soğanı bol suyla yıkayıp temizledikten sonra, hepsini ince ince doğrayın ve derince bir kabın içerisine alın. Hamsileri alın ve küçük küçük doğradıktan sonra, doğranmış yeşilliklerin üstüne ekleyin. Kuru soğanı ince ince doğradıktan sonra bir miktar tuzla güzelce ovun ve ardından suyla durulayıp, onu da karışıma ilave edin. Mısır unu, tuz, karabiber, zeytinyağı ve sıcak suyu da ilave edip, tüm malzemeleri yoğurun. Kek hamuruyla kurabiye hamuru arasında bir kıvamı olması gerekiyor hazırladığınız karışımın. Bir fırın kabını tereyağı ile güzelce yağlayın ve hazırladığınız karışımı kaba boşaltın. Üstünü düzleştirdikten sonra, önceden ısıtılmış 170 derece fırında, üstü kızarana dek 60 dakika pişirin. Fırından çıkardıktan sonra dilimleyin ve sıcak ya da ılık olarak servis edin. Afiyet olsun.



HAMSİLİ ILIK KİNOA SALATASI

MALZEMELER

½ kg hamsi
½ su bardağı beyaz kinoa
8 adet yarı kurutulmuş domates
2 dal taze soğan
½ demet taze nane
1 yemek kaşığı kapari turşusu
Bir tutam maydanoz
Limon
Tuz
Zeytinyağı

HAZIRLANIŞI

Öncelikle kinoayı tuzlu suda haşlayıp süzün. Bu arada hamsiyi tuzlayıp biraz yağ ile karıştırın ve 230 derecede 10 dakika fırınlayın. Kinoa soğumadan kurutulmuş domates, nane, taze soğan, maydanoz, limon suyu, tuz ve zeytinyağı ile karıştırın. Ardından servis tabaklarına alın, fırından çıkan hamsiyi paylaştırın ve üzerine kapari serpiştirin. Bekletmeden ılık olarak servis edin. Afiyet olsun.



IZGARA KAYA LEVREĞİ

MALZEMELER

200 gram fileto kaya levreği

Deniz börülcesi salatası:

100 gram deniz börülcesi

1 adet baby turp (haşlanmış)

1 küçük kök taze zencefil

¼ demet taze roka yaprağı

¼ çay kaşığı tuz

¼ çay kaşığı toz beyaz biber

½ çay kaşığı kuru lavanta

Patates püresi için:

250 gram patates

30 gram krema

30 gram fesleğen

Susam yağlı sos için:

100 ml. pirinç sirkesi

60 ml. susam yağı

100 gram bal

80 ml. beyaz şarap sirkesi

120 ml. soya sos

40 gram tane hardal

60 ml. limon suyu

460 ml. zeytinyağı

1 çay kaşığı maldon deniz tuzu

1 gram karabiber

HAZIRLANIŞI

Deniz börülcesi salatası ve yemeğin servisinde kullanacağınız susam yağlı sos için; pirinç sirkesi, susam yağı, bal, beyaz şarap sirkesi, soya sos, tane hardal, limon suyu ve karabiberi blender yardımıyla karıştırın. Zeytinyağı ve deniz tuzu ilave edip karıştırdıktan sonra daha sonra kullanmak üzere bir kenarda bekletin. Patates püresi için; kaynar suda patatesleri haşlayın. Fesleğen ve kremayı mutfak robotunda karıştırıp sos haline getirin. Sıcağı sıcağına püre haline getirdiğiniz haşlanmış patatesleri fesleğenli krema karışımıyla karıştırın. Deniz börülcesi salatası için sıcak suda kısa sürede haşlanmış ve soğuk suda şoklanmış deniz börülcelerini; haşlanıp ikiye bölünmüş körpe turp, ayıklanmış roka yaprakları, kabuğu soyulduktan sonra şeritler halinde kesilmiş taze zencefil, tuz ve toz beyaz biberle harmanlayın. Önceden hazırladığınız susam yağlı sosun bir kısmıyla tatlandırın. Kılçıkları ayıklanmış, derisi üzerinde kaya levreğini ızgarada ters yüz edip yüksek ateşte pişirin. Hazırladığınız fesleğenli patates püresini servis tabağına alın. Üzerine ızgara balığı yerleştirin. Afiyet olsun.



IZGARA MEZGİT

MALZEMELER

4 dilim mezgit fileto
1 çay kaşığı tereyağı (erimiş)
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı iri çekilmiş karabiber
1 tatlı kaşığı iri çekilmiş deniz tuzu
4 adet cherry domates
2 dal taze kekik

HAZIRLANIŞI

İlk olarak temizlenmiş, ayıklanmış fileto halindeki balıkları iyice yıkayın ve kurulayın. İyice suyunu süzdükten sonra, balıkları geniş bir kaba alın ve tuzu, karabiber ve zeytinyağıyla karıştırın. Taze kekik yapraklarını da ilave edin. 15-20 dakika buzdolabında lezzetlendirmek için bekletin. Tava iyice ısındıktan sonra balıkları düzgünce tavaya yerleştirin (Bu aşamada döküm tava kullanabilir veya fırının ızgara teli üzerinde pişirebilirsiniz). Cherry domatesleri de balıkların kenarlarına dizin. Bir yüzeyi piştikten sonra diğer tarafını çevirince 1 çay kaşığı yemek kaşığını tüm filetolara paylaştırın ve tereyağının yavaş yavaş erimesi ve diğer yüzeyin de pişmesi için 4-5 dakika bekleyin. Dilerseniz tereyağının lezzetinin dağılması için balıkları bir kez ters yüz edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KAĞITTA LEVREK

MALZEMELER

2 adet levrek fileto
½ adet havuç
4 adet brokoli
4 adet karnabahar
3 adet cherry domates
½ adet kapya biber
1 adet küçük boy kırmızı soğan
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tereyağ
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı beyaz sirke
1 çay kaşığı toz kişniş
1 çay kaşığı rezene tohumu
½ çay kaşığı karabiber
½ çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Domates hariç, soğanı yuvarlak yuvarlak, havuç dışındaki sebzeleri iri parçalar halinde doğrayın. Havuç daha zor piştiği için ince doğrayın. Bir yemek kaşığı zeytinyağı ve tereyağda, domates hariç bütün sebzeleri hafifçe soteleyin. İki büyük parça yağlı kağıt kesin, sebzeleri eşit olarak iki kağıda bölüştürün, domatesleri de ortadan ikiye bölüp ekleyin. Ezilmiş sarımsak, zeytinyağı, sirke, tuz ve baharatları bir kasede harmanlayın. Balık filetolarını sebzelerin üzerine yerleştirin. Yağlı kağıdı, içindeki malzemeler hava almayacak şekilde katlayın. Tamamen kapatmadan önce zeytinyağlı karışımı eşit olarak balıkların üzerine gezdirin. Sonra isterseniz 200 derecede önceden ısınmış fırında 20 dakika, isterseniz de kapağı kapalı bir tencerede kısık ateşte 20 dakika pişirerek hazırlayabilirsiniz. Afiyet olsun.



KIRLANGIÇ ÇORBASI

MALZEMELER

4 adet kırlangıç balığı
1 adet büyük boy patates
1 adet büyük boy havuç
2 adet defne yaprağı
1 adet soğan
1 adet limon kabuğu
3-4 adet tane karabiber
1/3 çay bardağı zeytinyağı
1/2 adet maydanoz
1 çay kaşığı tuz
Terbiyesi için:
1 adet limonun suyu
1 adet yumurta sarısı

HAZIRLANIŞI

İlk olarak temizlenmiş balıkları bir tencereye alın ve üzerine oda sıcaklığında 1 litre su ekleyin. Ardından irice kesilmiş limon kabukları, tane karabiber ve defne yapraklarını da ekleyerek karıştırın. Bu şekilde orta ateşte kaynatın. Su kaynadıktan 2-3 dakika sonra balıkları, limon kabuklarını ve karabiberi çıkartın. Bu aşamada balıkların tam pişmemesi çok önemli. Tenceredeki suyun içinde yalnızca defne yapraklarını bırakın. Kaynayan suyun içine küp küp doğranmış soğan, patates ve havuçları alın. Üzerine zeytinyağını da ekleyerek sebzeler yumuşayıncaya kadar pişirin. Bu esnada balıkları farklı bir kabın içine bekletin. Sebzeler pişerken balıkları kılçık kalmayacak şekilde temizleyin. Parçalara ayırdığınız balıkları, kaynayan sebzelere ilave edin. Tuzunu da ekledikten sonra ortalama 5-10 dakika kaynatın. Başka bir kabın içinde yumurta sarısı ve limonla birlikte çırpın. Kaynar sudan bir kepçe alarak yumurtalı karışıma ekleyin ve ılıtın. Hazırladığınız terbiyeyi balıklı suyun üzerine azar azar ekleyin. Terbiyeyi çorbaya ekledikten sonra 2-3 dakika daha kaynatın. Ardından çorbayı ocaktan alın ve içinden defne yapraklarını çıkartın.Hazırladığınız kırlangıç çorbasının üzerine ince doğranmış maydanoz ve karabiber ekleyin. Afiyet olsun.



KREMALI LEVREK BUĞULAMA

MALZEMELER

1.5 kg levrek fileto
2 domates
3 sivri biber
1 limon
10 mantar
100 gr tereyağı
1 su bardağı domates püresi
1 su bardağı su
200 ml süt kreması
Tuz
Karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle mantarları temizleyip dilimleyin. Sivri biberlerin çekirdeklerini temizleyip ince doğrayın. Domatesleri soyup küp küp doğrayın. Tereyağını tencerede eritip mantarları ekleyin. Mantarlar suyunu salıp çekinceye kadar pişirin. Sivri biberleri ilave edip kavurmaya devam edin. Biberlerin rengi değişmeye başladığında domates püresi ve 1 bardak suyu ekleyin. Orta ısılı ateşte suyunu çekinceye kadar pişirin. Kremayı ekleyip 1 dakika daha pişirin. Levrek filetoları fırın tepsisine dizin. Mantarlı harcı üzerine yayın. Tepsinin üzerini alüminyum folyoyla kapatın. Önceden ısıtılmış 200 dereceye ayarlı fırında 30 pişirin. Sıcak olarak servis yapın. Kremalı levrek buğulamayı, börülce salatası ve havuç mezesi ile birlikte servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



KUŞKONMAZLI FIRIN SOMON

MALZEMELER

800 gram fileto somon
500 gram taze kuşkonmaz
200 gram mantar
1,5 yemek kaşığı tereyağı
½ tatlı kaşığı bal
½ tatlı kaşığı esmer şeker
1 adet orta boy limon
1 yemek kaşığı soya sosu
½ çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber

HAZIRLANIŞI

Özellikle kalın yapıda olan kuşkonmazların sap kısımlarındaki kabukları bir soyacak yardımıyla boyuna çekerek ince bir şekilde alın. Büyüklüklerine göre ortadan ikiye kesin. Somon filetoları, deri ve fazla yağlı kısımlarını ayıkladıktan sonra iri küpler halinde kesin. Üzerini nemli bir bezle temizlediğiniz kültür mantarlarını ince ince dilimleyin. Limon kabuğunu rendenin kalın kısmıyla rendeledikten sonra ortadan ikiye kestiğiniz limonun suyunu sıkın. Oda sıcaklığında beklettiğiniz tereyağını; esmer şeker, bal, soya sosu, limon suyu ve taze çekilmiş tane karabiberle karıştırın. Geniş bir kaba aldığınız kuşkonmaz, mantar ve somon parçalarını hazırladığınız tereyağı karışımıyla karıştırın. Büyük kareler halinde dört adet yağlı kağıt kesin. Somonlu karışımı yağlı kağıtlara eşit olarak paylaştırdıktan sonra yağlı kağıtları bohça şeklinde kapatın. Kağıtları, birleşim yerleri altta kalacak şekilde fırın tepsisine yerleştirin. Sağlık fısıldayan bu ana yemeği, önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişirin. Servis tabaklarına aldığınız kuşkonmazlı somonları sıcak olarak bekletmeden servis edin. Afiyet olsun.



LAGOS FİLETO

MALZEMELER

200 gram fileto lagos balığı
50 gram kuskus
1 adet orta boy enginar
30 gram bottarga
100 gram domates püresi
1 su bardağı soğuk su
30 gram havuç
20 gram kereviz sapı
20 gram arpacık soğan
½ demet maydanoz
3 yemek kaşığı zeytinyağı

HAZIRLANIŞI

Balık suyunu hazırlamak için; küçük küpler halinde kesilmiş arpacık soğan, havuç ve kereviz sapını zeytinyağında soteleyin. Sonrasında fileto çıkarttığınız lagos balığı kemiklerini ilave edip 5 dakika süreyle pişirin. Domates püresi ve soğuk su ekleyip 30 dakika kısık ateşte kaynatın. Kaynama işlemi bittikten sonra balık suyunu süzüp kenara alın. Ayrı bir tencerede kaynamakta olan tuzlu suya attığınız kuskusu, dilediğiniz kıvama gelene kadar haşlayın ve kenara alın. İnce kıyılmış enginarları ve lagos filetoyu önceden hazırladığınız balık suyunda, kapağı kapalı şekilde pişirmeye başlayın. 10 dakika sonra haşlanmış kuskus ve ince kıyılmış maydanozu ilave edin. 1-2 dakika daha pişirdikten sonra derin bir tabakta rendelenmiş bottarga ile lezzetlendirip bekletmeden servis edin. Afiyet olsun.



LAKERDA

MALZEMELER

1 adet iri palamut
500 gram kaya tuzu
3-4 adet defne yaprağı
1 yemek kaşığı tane karabiber

HAZIRLANIŞI

Gövde kısmını çıkarttığınız balığı 3 eşit parçaya bölün ve omurgasındaki ilik kısmını bir dal ya da süpürge parçasıyla iyice temizleyin. Ardından balıkların iç kısmında bulunan koyu kahverengi parçayı sivri uçlu bir bıçakla üçgen şeklinde keserek çıkartın. Hazırladığınız balıkları tuzlu ve buzlu suda 4 saat bekletin, her saat başı suyunu değiştirin. Böylece balık içindeki kanı tamamen atmış olacak. Balıkları sudan çıkartın ve kuruması için kağıt havlunun üzerine yayın, bu şekilde 4-5 saat bekletin ve tamamen kurumalarını sağlayın. Cam ya da plastik bir kavanozun dibine yarım santim yüksekliğinde kaya tuzu serpin. Balıkların beyaz kısımları tuza değecek şekilde yan yana ve sıkı sıkıya yerleştirin. Üstlerine defne yaprakları ve tane karabiber serpiştirip, tekrar tuzla kaplayın. Bu şekilde tüm balıkları kavanozlara yerleştirin. Ardından kavanozun içine, balıkların üstüne bir ağırlık yerleştirin(bir taş ya da mermer parçası), ağırlığın üstüne de bir tahta parçası yerleştirin ve kavanozun ağzını temiz bir bezle kapatın. Kavanozları bu şekilde, güneş görmeyen serin bir yerde yaklaşık 20 gün bekletin. Bekleme süresinin sonunda, balıkları nazikçe tuzdan çıkartın ve derisini nazikçe ayırıp dilimleyin. Dilimlediğiniz parçaları soğuk su dolu bir kabın içine alın ve 2-3 saatte bir suyunu değiştirerek bir gece boyunca buzdolabında bekletin. Böylece balıklar fazla tuzu atmış olacaklar. Ertesi gün balıkları sudan çıkartın ve zeytinyağı dolu bir kaba yerleştirin ağzını kapatın ve buzdolabında saklayın. Bu şekilde hazırladığınız balıklar buzdolabında zeytinyağının içine yaklaşık 1 hafta durabilir ancak daha uzun süre saklamak istiyorsanız, 5 litre suya 750 gram kaya tuzu atarak bir salamura suyu hazırlayın ve balıkları bu suyun içinde bekletin. Afiyet olsun.



MANTARLI SOMON



MALZEMELER

1 adet somon
5-6 adet mantar
2 yemek kaşığı bitkisel yağ
1 tatlı kaşığı un
½ çay bardağı süt
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

İlk olarak mantarlar doğranır ve yağ koymuş tavada suyu çekene kadar yüksek ısıda pişirilir. Üzerine un eklenir, 1-2 dakika karıştırılır. Tuzu ve karabiberi döküldükten sonra sütü eklenir ve kremalaşıncaya kadar pişirilir. Somon balığı ısıtılmış yağsız tavada pişirilir. Üzerine biraz tuz ve karabiber dökülür. Mantar ile birleştirilerek sıcak olarak tüketilir. Afiyet olsun.



PALAMUT BUĞULAMA

MALZEMELER

2 adet büyük boy palamut balığı
2 adet orta boy kuru soğan
2 diş sarımsak
4 adet büyük boy domates
1 adet orta boy limon
½ demet maydanoz
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet defne yaprağı
½ tatlı kaşığı tane karabiber
1çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Kafa ve kuyruk kısımlarını aldığınız palamut balıklarını dikkatli bir şekilde temizleyip ortadan ikiye kesin. Bol suda yıkadığınız balıkları kağıt havlu yardımıyla kurulayın. Kuru soğanı, yarım ay şeklinde doğrayın. Sarımsakları küçük küpler halinde kesin. Yeşil uç kısımlarını aldığınız domatesleri ortadan ikiye kesip ince ince dilimleyin. Uzunlamasına dört eşit parçaya böldüğünüz limonu ince ince dilimleyin. Maydanoz yapraklarını ayıklayın. Yarım ay şeklinde doğradığınız kuru soğanları fırın tepsisinin tabanına döşeyin. Sarımsakları ekleyin. Domates dilimleri ve ayıklanmış maydanozları yerleştirin. İki eşit parçaya bölüp tuzladığınız palamutları domateslerin üzerine dizin. Limon dilimleriyle süsleyin. Defne yaprağı ve tane karabiberleri fırın tepsisine alın. Zeytinyağını balıkların üzerine gezdirip önceden ısıtılmış 200 derece fırında 25-30 dakika kadar pişirin. Ilık ya da soğuk olarak servis edin. Afiyet olsun.



PALAMUT KÖFTESİ

MALZEMELER

4 dilim palamut
½ su bardağı un
1 adet yumurta
½ bağdereotu
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı karabiber
2 adet yumurta
1 su bardağı galeta unu
4 su bardağı kızartma yağı
½ su bardağı un

HAZIRLANIŞI

Pişmiş ve ayıklanmış palamutları bir kaseye alın. Un, yumurta, tuz, karabiber ve pul biberi ilave ederek, malzemeler birbirine karışıncaya kadar spatula yardımıyla karıştırın. Dereotunu da ilave ederek fazla sulandırmadan elinizle şekil verin. Kızartma yağını ısınması için ocağa alın. Yumurta sarılarını çırpın. Elinizle şekil verdiğiniz balıklı harcı önce una, sonra yumurtaya ardından da galeta ununa bulayın. İyice kızmış yağda kızartın. Afiyet olsun.



PALAMUT TAVA

MALZEMELER

2 adet palamut
1 su bardağı mısır unu
1 yemek kaşığı un
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
3 su bardağı kızartma yağı

HAZIRLANIŞI

Öncelikle palamutları iyice temizleyin ve halka halka doğrayın. Süzgece koyun ve iyice suyu ve kanı süzülünceye kadar bekletin. Kızartma yağını, kızartma yapacağınız tava veya tencerenin içine dökün ve iyice kızmasını bekleyin. Buzdolabı poşetinin içine un, mısır unu ve baharatları ilave edin Suyu süzülen balıkları buzdolabı poşetinin içine atın ve ağzını kapatarak, unun ve baharatların balıkların bütün yüzeyini kapladığına emin olun. Kızgın yağda iki yüzü de iyice pişinceye kadar kızartmaya devam edin. Kızaran palamutları kağıt havlu yardımıyla fazla yağını süzmesi için bir tabağa alın ve bu tabaktan servis yapın. Afiyet olsun.



SARDALYA EZMESİ



MALZEMELER

250 gr tuzlu sardalya
100 gr ince çekilmiş antep fıstığı
1 dilim bayat ekmek
100 gr yeşil zeytin
1 limon
1 çay bardağı zeytinyağı

HAZIRLANIŞI

Sardalyaların kılçıklarını ayıklayıp, zeytinlerin çekirdeklerini çıkarın. Balıkları havanda macun kıvamına gelinceye kadar dövün. Ekmeği ufalayın. Antep fıstığı, ufalanmış ekmek, zeytin ve sardalyaları rondodan geçirip püre kıvamına getirin. Karışımı meze tabağına aktarıp, zeytinyağı ve limonla çırpın. Dereotu ile süsleyerek servis yapın. Afiyet olsun.



SEBZE VE KARİDES DOLGULU BARBUN

MALZEMELER

½ kg. karides
1 kilogram barbun balığı
5 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tsuz
1 çay kaşığı karabiber
1 adet defne yaprağı
İç Malzemeler:
1 demet pazı
1 adet soğan
2 diş sarımsak
1 adet sarı biber
1 adet kırmızı biber
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
3 yemek kaşığı sıvı yağ

HAZIRLANIŞI

İlk olarak temizlenmiş ve kılçığı çıkarılmış balıklar zeytinyağı, tuz, karabiber ve defne yaprağı ile harmanlanır. Soğan yemeklik doğranır, bir tavada kavrulur pembeleşmeye yakın sarımsak ilave edilir. Daha sonra soğana göre biraz daha iri doğradığımız biberler ilave edilir. Biberler biraz yumuşadıktan sonra pazı ilave edilir. Pazı suyunu salıp çekdikten sonra karidesler ilave edilir. 3-4 dk daha pişirilir. Ocaktan almadan tuz ve karabiber ilave edilir. Hazırladığımız iç malzeme kılçığı çıkarılmış olan barbun balıklarının içine doldurulur. Balıklar yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizilir. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dk pişirilir. Afiyet olsun.



SOMON BURGER

MALZEMELER

Somon köftesi için:

100 gram haşlanmış somon
1 adet yumurta
1 yemek kaşığı ekmek kırıntısı
1 dal taze soğan
1 yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz
1/2çay kaşığı kişniş tozu
1 çay kaşığı tuz
½ çay kaşığı beyaz biber
1 tatlı kaşığıl imon suyu
2 yemek kaşığı sıvı yağ

Burger için:

2 ince dilim domates
3 yaprak roka
1/3 adet kırmızı soğan
1 yemek kaşığı tartar sos
1 adet burger ekmeği

HAZIRLANIŞI

Öncelikle taze soğanı ve maydanozu mümkün olduğunca ince kıyın. Yağ dışındaki bütün burger malzemelerini harmanlayıp bir hamburger köftesi haline getirin. Yağı kızdırın ve iyice kızan yağda köftenizin her 2 tarafını üçer dakika pişirin. Pişen köfteyi kenara alın. Hamburger ekmeğinin üzerine sırasıyla, roka, domates, köfte, soğanlar ve sosu koyun. Afiyet olsun.



SOMON ŞİŞ

MALZEMELER

1 adet somon fileto
1 adet soğan
1 adet sarı biber
Marinesi için:
½ adet limonun suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı beyaz karabiber
1 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

Marineyi hazırlayarak işe başlayın. Sarımsağın kabuklarını soyun ve havanda iyice dövün. Bir kabın içerisine yarım limonun suyunu, zeytinyağını, sarımsağı, tuz ve karabiberi alın. Güzelce karıştırın. Somonları küp küp doğrayın. Doğradığınız somonları marinenin içine atın ve güzelce karıştırın. Üzerini kapatarak dolapta 1 saat kadar dinlenmeye bırakın. Dinlendirdikten sonra dolaptan çıkarın. Soğanların kabuklarını soyun ve ince dilimler halinde doğrayın. Biberleri tohumlarından ayırarak ince ince doğrayın. Çöp şişlere somon, soğan ve biberleri dizin. İzli bir ızgara tavasına ya da ızgaraya şişlerinizi dizin. Güzelce pişirin. Somonlar ve sebzeleriniz pişince tabağına alın. Yeşillikler ve limonla süsleyerek servis edin. Afiyet olsun.



SOMONLU LAZANYA

MALZEMELER

Lazanya için:

1 paket lazanya yaprağı

500 gram somon

300-400 gram ıspanak

1 tatlı kaşığı tuz

Beşamel sos için:

150 gram tereyağı

2 yemek kaşığı un

1 litre süt

1 çay kaşığı tuz

1 çay kaşığı karabiber

Üzeri için:

1 kase rendelenmiş peynir

HAZIRLANIŞI

İlk olarak somon balığınızı ve ıspanağınızı yıkayın ve ince bir şekilde doğrayın. Üzerine biraz tuz ekleyin. Beşamel sos için tencereye 150 gram tereyağ ekleyin ve erimesini bekleyin. Ispanağınızı ve somun balığınızı ekleyin. Daha sonra yavaşça 1 litre sütünüzü ekleyin ve isteğe göre tuz ve karabiber ile tatlandırın. Sonrasında koyulaşana kadar karıştırın. Şimdi bütün malzemelerimiz hazır olduğuna göre lazanyamızı yapabiliriz. İlk olarak borcamın üzerine beşamel sosunu gezdirin. Sonrasında lazanya yapraklarını ekleyin. Üzerine beşamel sosunu gezdirin. Ispanağınızı ve somon balığınızı ekleyin. Şimdi bir daha tekrarlayın. Şimdi üzerini lazanya yaprakları ile kapatacağız ve kalan beşamel sosunu üzerine ekleyeceğiz. Üzerini bir alüminyum folyo ile kapatın. Şimdi önceden ısıtılmış 200 derecede 35-40 dakika fırında pişirin. Daha sonra alüminyum folyoyu çıkarıp rendelenmiş peyniri ekleyin ve 10 dakika daha pişmeye bırakın. Afiyet olsun.



SOSLU SOMON

MALZEMELER

2 adet somon fileto
2 diş sarımsak
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı balzamik sirke
1 çorba kaşığı soya sosu
1 çorba kaşığı limon suyu
1 dal biberiye
3 çorba kaşığı su
½ çay kaşığı taze çekilmiş karabiber

Servisi için:

1 adet büyük boy patates
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı süt
¼ çay kaşığı tuz
¼ çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle patatesleri soyup irice rendeleyin ve elinizle sularını sıkıp bir tavaya alın. Tereyağı, tuz, karabiber ve sütü ekleyip karıştırın ve kısık ateşte patatesler kızarana dek ağzı açık olarak pişirin. Somon filetoları ağzı kapaklı bir kaba alın ve diğer tüm malzemeyi üzerine koyup karıştırarak orta ateşte ağzı kapalı olarak pişirin. Sos kıvam aldıkça azar azar su ekleyebilirsiniz. 15-20 dakika pişirip ateşten alın. Önce patatesleri tabaklara alın ve üzerine somonları yerleştirin. Sıcak servis edin. Afiyet olsun.



TERBİYELİ PALAMUT ÇORBASI

MALZEMELER

6 su bardağı su
2 palamut fileto
2 orta boy patates
2 orta boy havuç
2 çorba kaşığı un
1 yumurta sarısı
1 limonun suyu
Tuz
Taze çekilmiş karabiber

HAZIRLANIŞI

Öncelikle palamut filetoyu kuşbaşı iriliğinde doğrayın. Patates ve havuçları soyup küp küp doğrayın. Suyu tencereye alıp ısıtın. Balık, havuç ve patatesi ekleyip 10 dakika pişirin. Küçük bir kâsede unu çok az suyla ezin. Yeterince tuzla birlikte çorbaya ilave edip karıştırın. Sebzeler yumuşayıncaya kadar pişirin. Yumurta sarısı ve limon suyunu bir kâsede iyice çırpın. Çorbaya azar azar ve sürekli karıştırarak ilave edin. Tencereyi ocaktan indirip çorbayı kâselere paylaştırın. Taze çekilmiş karabiber serpip servis yapın. Terbiyeli palamut çorbasını, mısır ekmeği ile birlikte servis edebilirsiniz. Afiyet olsun.



TON BALIKLI DÜRÜM

MALZEMELER

180 gram konserve ton balığı
1,5 yemek kaşığı mayonez
1 tatlı kaşığı acı sos
3 adet kornişon turşu
½ adet kırmızı soğan
1 adet tam buğday unlu lavaş
1 yaprak kıvırcık marul
3 dilim domates
2 dal taze nane

HAZIRLANIŞI

İlk olarak ton balığını, mayonezi, acı sosu, turşuyu ve soğanı karıştırın. Tam buğdaylı lavaşın üzerine bir yaprak kıvırcık marul yerleştirin. Ton balıklı harcı marulun üzerine alın. Domates dilimlerini ve taze naneyi yerleştirin. Sıkıca sarın. Afiyet olsun.



TON BALIKLI KÖFTE



MALZEMELER

1 adetton balığı
1 adet yumurta
4-5 dal maydanoz
1 tatlı kaşığı limon suyu
5 silme yemek kaşığı galeta unu

HAZIRLANIŞI

Öncelikle ton balıklarının yağını süzün. Maydanozu yıkayın ve ince ince kıyın. Derin bir kaba ton balığını, maydanozu, yumurtayı, limon suyunu ve galeta ununu ilave edin. Harcı güzelce yoğurun ve köfte şekli verin. Yapışmaz bir tavaya çok az sıvıyağ koyup tavanın altını yakın. Hazırladığınız köfteleri tavaya dizip kızarana kadar pişirin. Afiyet olsun.



TON BALIKLI MAKARNA

MALZEMELER

1 paket Makarna
200 gram ton balığı konservesi
2 yemek kaşığı zeytinyağı
6 adet cherry domates
1 diş sarımsak
1 su bardağı haşlanmış mısır
1 su bardağı siyah zeytin
¼ demet fesleğen
1 tatlı kaşığı kapari
1 çay kaşığı tuz
½ çay kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI

Makarnayı kaynar suda yaklaşık 8- 10 dakika kadar haşlayın. Sosunda kullanmak üzere 1 çay bardağı kadar haşlama suyu ayırın. Makarnayı süzdükten sonra bir kenarda bekletin. Ton balıklı makarnanın sosu için; sarımsağı rendeleyin. Kapari çiçeklerini ve fesleğeni incecik kıyın. Cherry domatesleri ortdan ikiye kesin. Zeytinyağını bir tencerede kızdırın. Doğranmış cherry domates ve rendelenmiş sarımsağı 2 dakika kadar kavurun. Yağını süzdürdüğünüz ton balığı konservesini ekleyin ve domatesler suyunu çekene kadar sosu pişirin. Ardından sırasıyla; haşlanmış mısır, siyah zeytin, doğranmış fesleğen ve kapari, tuz ve karabiber katın. Haşlama suyundan ayırdığınız kısmı ekleyin ve sosu kaynatın. Haşlanmış makarna ve ton balıklı harcı tencerede harmanlayın. Sıcak olarak bekletmeden servis edin. Afiyet olsun.



TON BALIKLI RULO

MALZEMELER

2 adet ton balığı
1 adet konserve mısır
1 adet kornişon turşu
4-5 yemek kaşığı mayonez
6 adet tortilla
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı pul biber

HAZIRLANIŞI

Kornişon turşuyu küçük küçük doğrayıp diğer malzemelerle birlikte bir kaba alıyoruz ve iyice karıştırıyoruz. Karışımı tortillaların içine paylaştırıp sarıyoruz. Üzerine yumurta ile süt karışımını sürüyoruz. 180 derece fırında 15 dakika pişiriyoruz. Afiyet olsun.



TUZDA ÇİPURA

MALZEMELER

2 adet çupra
3 kilogram kaya tuzu
3 adet yumurta
3 yemek kaşığır ezene tohumu
2 adet limon kabuğu rendesi
1 avuç kekik
1 avuç maydanoz
2-3 adet taze soğan

Aioli sos için:

3 diş sarımsak
1 tutam safran
1 tutam tuz
100 ml. zeytinyağı

HAZIRLANIŞI

Tuzu derince bir kaba alın. Üstüne bir yumurtaları kırın, rezene tohumlarını serpin ve limon kabuğu rendelerini ilave edin. Güzelce karıştırın ve bir kenara alın. Balıkların karnını; taze kekik, maydanoz ve taze soğanlarla doldurun. Hazırladığınız tuzun 3'te 1'ini tepsinin dibini tamamen kaplayacak şekilde ve yaklaşık 1 cmlik bir tabaka olacak şekilde tepsiye yayın. Üstüne karnını doldurduğunuz balıkları yerleştirin ve kalan tuzla balıkları güzelce kaplayın. Balıkların üstünde yerlerini de belli edecek minik tuz tepeleri olacak. Önceden ısıtılmış 245 derece fırında yaklaşık 15 dakika bu şekilde pişmeye bırakın. Balıklar pişerken sosunu hazırlayın. Sarımsakları bir havanda tamamen ezilene dek dövün, üstlerine safranı ilave edip tekrar dövün, zeytinyağını damla damla ilave ederek, pürüzsüz bir sos elde edene dek karıştırmayı sürdürün. Biraz da tuz ilavesiyle sosunuz hazır. Balıkları fırından alın ve 10 dakika kadar tepsiyi bir kenarda soğumaya bırakın. Tepsideki tuz taş gibi sertleşmiş olacak, bir bıçağın ucuyla balıkların belli olduğu tuz tepesinin knarların hafif hafif bastırarak, balıklara zarar vermeden tuzu kırın. Tuz bir kalıp şeklinde balıkların üstünden kalkacaktır. Balıkları tuzlardan tamamen arındırın, gerekirse bir mutfak fırçasıyla üstünde kalan tuz parçalarını temizleyin ve bir servis tabağına alın. Yanında aioli sosu ve mevsim salatasıyla sıcak olarak servis edin. Afiyet olsun.



USKUMRU DOLMA

MALZEMELER

4 orta boy uskumru
2 soğan
200 gr pirinç
50 gr çam fıstığı
50 gr kuş üzümü
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı yenibahar
2 yumurta sarısı
1 çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı galeta unu
1 su bardağı un
1 su bardağı sıcak su
1 çeyrek demet maydanoz
1 çeyrek demet dereotu
Tuz
Tarçın
Kızartmak için:
Ayçiçeği yağı

HAZIRLANIŞI

İlk olarak uskumrunun karnını yarmadan, solungaçlarını temizleyin. Kuyruk kısmından orta kemiğini kırın. Balığı parmak uçlarınızla ovarak kemiği etten ayırın. Kemiği üstten tutup çıkarın. Üzerinde kalan etleri temizleyin. Tüm uskumruları aynı şekilde hazırlayıp yıkayın. Zeytinyağını tencerede ısıtıp çam fıstıklarını kavurun. Kıyılmış soğan ve uskumru etlerini ekleyip kavurmaya devam edin. Pirinci ilave edin. İyice karıştırıp tarçın, yenibahar, karabiber, kuş üzümü ve tuzu ekleyin. Sıcak suyu ekleyip kısık ateşte 5 dakika pişirin. Kıyılmış dereotu ile maydanozu ilave edin. Harcı uskumruların içine doldurun. Önce una, ardından çırpılmış yumurta sarısına, en son galeta ununa bulayıp çok kızgın olmayan ayçiçeği yağı ile bir tavada 6-7 dakika kızartın. Sıcak servis yapın. Afiyet olsun.



USKUMRU PİLAKİ

MALZEMELER

6 adet uskumru
1 adet büyük boy soğan
1 adet büyük boy patates
1 yemek kaşığı salça
1 çay bardağı su
1 adet limon
1 adet kırmızı biber
2 adet yeşil biber
1-2 adet taze soğan
1 adet havuç
1 adet patlıcan

HAZIRLANIŞI

Öncelikle patatesleri elma dilim şeklinde kesin. Orta boyutlardaki bir borcamın içerisine patatesleri dizin. Temizlenmiş uskumruları patatesin üzerine yerleştirin. Bu esnada soğanları hilal şeklinde doğrayın ve balığın kenarlarına ekleyin. Aynı şekilde limonları da borcama dizin. Başka bir kaseye bir bardak su ve bir yemek kaşığı salçayı ekleyerek eritin. Salçanın üzerine tuz, kekik ve karabiber ekleyerek karıştırın. Hazırladığınız salçalı sosu balıkların üzerinde gezdirin ve 200 dereceli fırında 30 dakika pişirin. Biber, havuç, taze soğanları küçük küçük doğrayın. Patlıcanları alacalı bir şekilde soyun ve küp küp doğrayın. Doğradığınız sebzeleri zeytinyağında kızartın. Servis tabağının altına kızarttığınız sebzeleri yerleştirin. Üzerine ise pişirdiğiniz balıkları yerleştirerek servis edin. 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

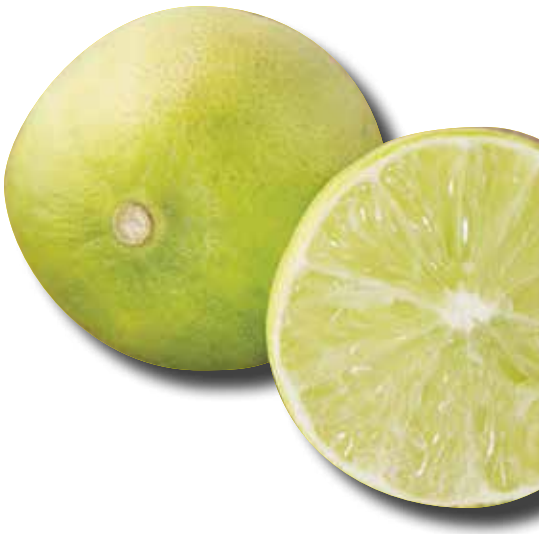
İçine bir torba tuz koyun. Tuzun dolaptaki nemi aldığını göreceksiniz.

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.



gastrofests.com

AĞZININ TADINI
BİLENLER İÇİN

