Sofra

HEDİYE!
KURABİYELER VE BİSKÜVİLER KİTABI

YAŞAMINI KORUMAK İÇİN
ATMA, PİŞİR!

EV HALKIYLA
BRUNCH KEYFİ

TAM MEVSİMİ
HAMSİ, TEKİR, LEVREK

MÜTEVAZI ARPANIN
YILDIZI PARLIYOR

ORMAN MEYVELİ PASTA S. 16

TATLI BAŞLANGIÇLAR İÇİN
MEYVELİ PASTALAR

Yeni Yılın Işıltısı

YEPYENİ TARİFLER
İDDİALI SUNUMLAR

ARALIK 2020/OCAK 2021-12
9 771304 554001 12
FİYATI: 11 TL
KKTC FİYATI: 14 TL

ÖNCE İŞ DÜNYASI DEDİK, PARAF'I YENİLEDİK!



İş dünyasına özel fırsatlar sunan yeni Paraf'la tanışın:

- Nakit akışınızı düzenleyin,
- Anlaşmalı tedarikçilerde özel indirimler kazanın,
- Ürün tedariklerinizi ister taksitli ister vadeli yapın,
- Çek, senet ve nakitle uğraşmayın.

Üstelik yeni Paraf Esnaf, Paraf KOBİ ve Paraf Business'la banka kartı ve kredi kartı özelliği tek kartta!

ParafPara Kazanma Fırsatı

Medline Acil Sağlık Hizmeti

HALKBANK

Ayrıntılı bilgi için: parafcard.com.tr | 0850 222 0 401 Esnaf ve KOBİ Dialog


HALKBANK
KOBİ
Paraf.
business
İHSAN TÜRKER
Esnaf
Business

editörden

UMUDUN REÇETESİ

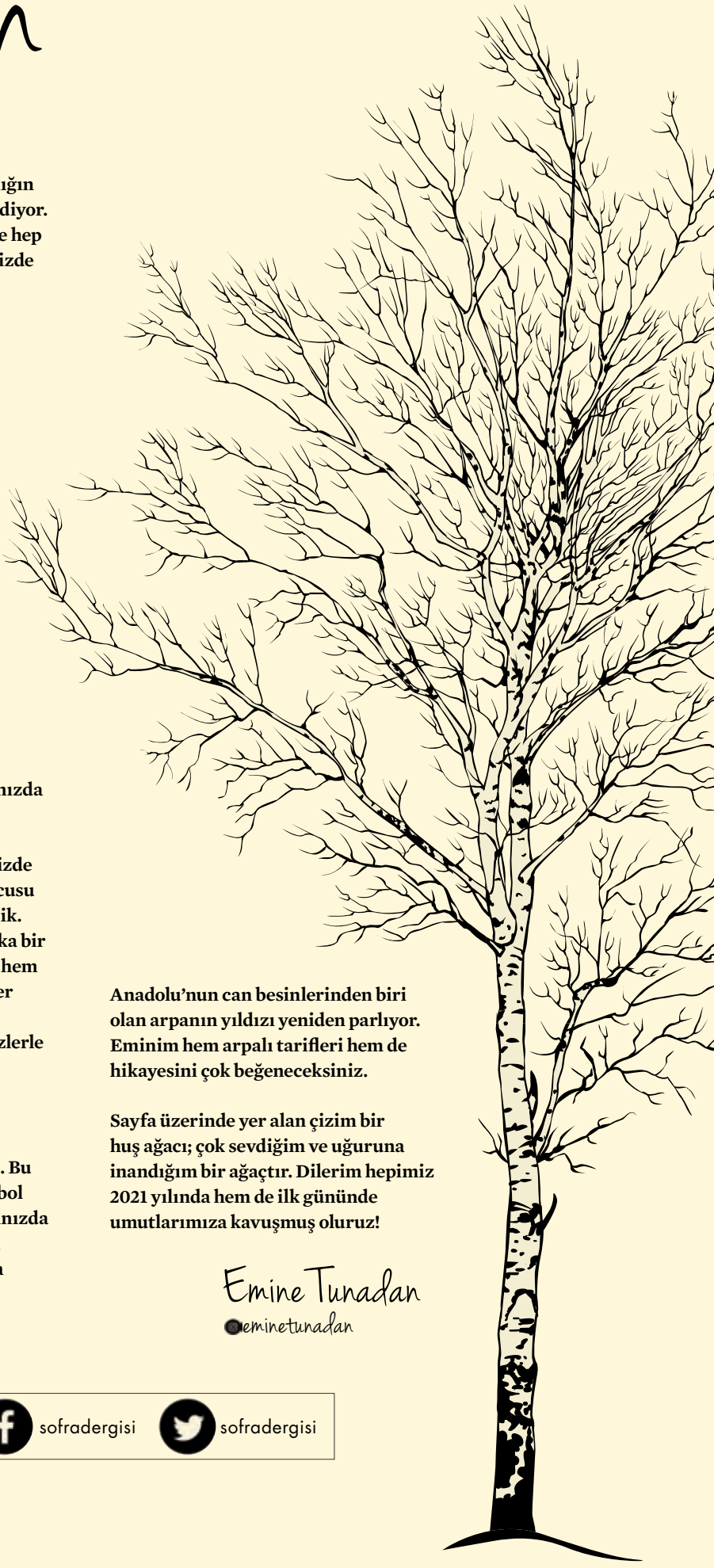
Fazlasıyla zor bir 2020 yılı yaşadık; salgın hastalığın yoğun etkileriyle de tatsızlığımız halen devam ediyor. Yeni yılın neleri getireceğini bilmemekle birlikte hep bir alışkanlıkla dilekler, istekler, planlar zihnimizde dönüp duruyor. Her biri çeşit çeşit ve adım adım uygulanmaya hazır!

Umutların önceliği eminim herkes için sağlıklı bir yaşam. Yeterli beslenme, adeta 'hayat' demek olan hareket, beyni temizleyen uyku vazgeçilmezlerimiz. Bunların dengeli varlığı sağlıklı bir beden ve zihni kaçınılmaz kılıyor. Özellikle hareket etmediğimiz zaman vücudumuz yaşlandığımızı düşünüyormuş. Kasları çalıştırmak sadece vücudu değil beyni de capcanlı tutuyor. İşin beslenme kısmında seçici davranmak ise kilo almayı önlediği gibi hastalıklara karşı vücutta adeta bir kalkan görevi görüyor. Eminim bunların hepsini sizler de çok iyi biliyorsunuz. Ve hepimizin yeni yıl dileklerinde bolca yer kaplıyor.

Aralık-Ocak sayısını tek dergi olacak şekilde hazırladık. Elbette 2021'in Ocak ayında da karşınızda olacağız; hem de yepyeni, güzel bir çalışma ile.

2020'nin son, 2021'in de ilk sayısı olan bu derginizde atıksız mutfak üzerine SG İmalathane'nin kurucusu Selda Güleç ile başarılı bir çalışma gerçekleştirdik. Gerçekten hiçbir şeyi atmayın, mutlaka bambaşka bir tarifte değerlendirin. Bu durum size hem ruhen hem de maddi açıdan çok iyi gelecektir. Atıksız tarifler bizim çok sahiplendiğimiz bir konu ve 2021 yılı içinde ilginizi çekecek bambaşka çalışmalarla sizlerle birlikte olmayı planlıyoruz.

Mevsim meyveleriyle nefis tatlılar, sadece kış mevsimi değil tüm zamanların sevilen besini bakliyatlarla iştah kabartan lezzetler hazırladık. Bu kaliteli protein kaynaklarına öğünlerinizde bol bol yer verin. Fırın yemeklerimiz sizlere mutfaklarınızda pratiklik kazandırırken, bal ve mevsim balıkları konularımız ise yaratıcı reçeteler hazırlamanıza yardımcı olacak. Bu konuların aynı zamanda şık sunum fikirleri vereceğini de düşünüyorum.



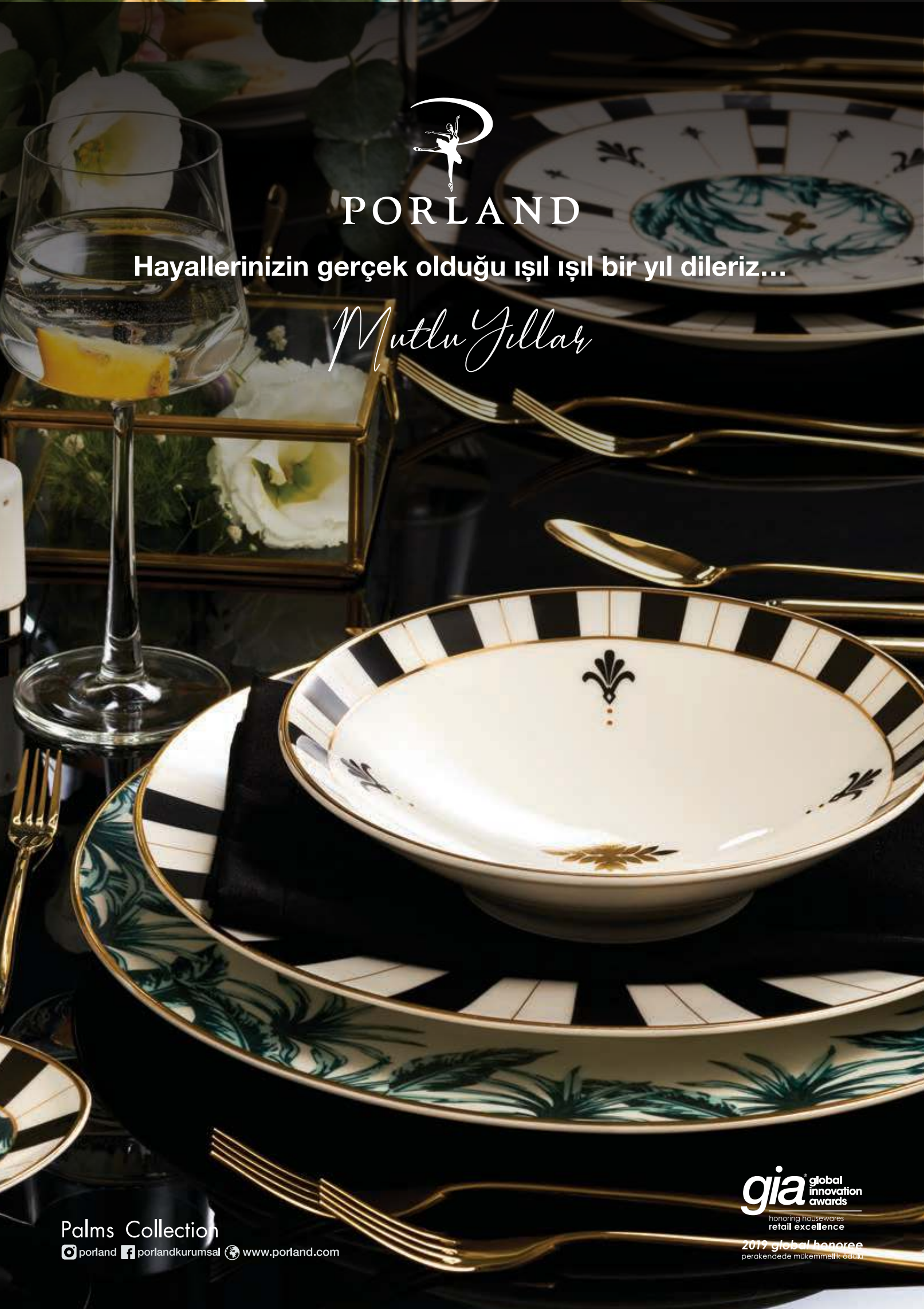
Anadolu'nun can besinlerinden biri olan arpanın yıldızı yeniden parlıyor. Eminim hem arpalı tarifleri hem de hikayesini çok beğeneceksiniz.

Sayfa üzerinde yer alan çizim bir huş ağacı; çok sevdiğim ve uğuruna inandığım bir ağaçtır. Dilerim hepimiz 2021 yılında hem de ilk gününde umutlarımıza kavuşmuş oluruz!

Emine Tunadan

eminetunadan

www.sofradergi.com.tr sofradergi sofradergisi sofradergisi


PORLAND
Hayallerinizin gerçek olduğu ışıl ışıl bir yıl dileriz...
Mutlu Yıllar
Palms Collection
porland porlandkurumsal www.porland.com
gia global innovation awards
honoring housewares retail excellence
2019 global honoree
perakendede mükemmellik ödülü

içindekiler



8 Kutlama Yemeği Fırında Hindi

12 Davet Sofrası Zarif Bir Yılbaşı Masası Kurduk

18 Advertorial-Bağdat Baharatı da Lezzeti de Bol 'Baharatlı Yılbaşı Köftesi'

20 Kültür Mirası Kadim Uygarlıkların Mütevazı Gıdası; Arpa

30 Doğadan Sofralarınıza Bozayı Evde Yapın

32 Atıksız Sofra Atmayıp Pişiriyoruz

40 Dilşat'ın Mutfağından Sağlıklı ve Pratik Fırın Yemekleri

48 Advertorial- Kurukahveci Mehmet Efendi Kahve Kokusu Evinizi Sarsın

50 Güzel Şeyler Hafta Sonuna Lezzet Katacak Brunch Keyfi

56 Doğanın Eczanesi Bal Damlayan Sayfalar

64 Bilge Mutfak Ev Yapımı Doğal İksirler

66 Zarif Sunumlar Tatlı Yiyelim Tatlı Konuşalım

73 Advertorial-Metro Gastronometro Şeflerinden Yılbaşı Sofralarına Özel Tarifler

74 Şımartan Tatlar Hediyelik Kurabiyeler

78 Kışa Özel Baklagillerle Sıra Dışı Tarifler

90 Denizin Bereketi Uskumru, Tekir, Hamsi, Palamut ve Levrek ile Balık Sofrası

96 Mutfak Okulu Pofidik Yorkshire Pudding Yapıyoruz

Sofra

TURKUVAZ

SAHİBİ
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

TÜZEL KİŞİ TEMSİLCİSİ VE GENEL MÜDÜR
YASEMİN GEBEŞ

YAYIN DİREKTÖRÜ
ASLIHAN SARP İŞMAN

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
EMİNE TUNADAN
(emine.tunadan@sofra.com.tr)

GÖRSEL YÖNETMEN: BAHAR ŞAHİNBAŞ
EDİTÖR: SELMA ŞEN (selma.sen@sofra.com.tr)
FOTOĞRAFLAR: ERKİN ÖN (erkin.on@sofra.com.tr)

KATKIDA BULUNANLAR
ARZU ÖZMEN, ASUMAN KERKEZ, CANBERK GEZER, DİLŞAT YAŞAR, GÜLŞEN YILMAZ, ILGIN BEATON, İLKNUR ŞENEL, İNCİ BAK, KÜBRA ALTAY, MÜJGAN YURTSEVEN, ÖZGE BULUTER, SELDA GÜLEÇ

FOTOĞRAF EDİTÖRÜ: CANAN YETİŞTİ SATKIN
SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ VE İNTERNET YAYIN SORUMLUSU: ŞEFİK ÇALIK
GENEL MÜDÜR YARDIMCILARI
YONCA ERTÜRK ÖZEREN, ÖZGÜR ATANUR
PAZARLAMA MÜDÜRÜ: FERHAL ŞENCAN
ÜRETİM TAKİP MÜDÜRÜ: EYÜP ÇURLU
PAZARLAMA YÖNETMENİ: MERYEM ŞATIROĞLU

REKLAM SATIŞ GENEL MÜDÜR YARDIMCISI: AHMET KURŞUNLU
REKLAM SATIŞ GRUP KOORDİNATÖRÜ: EMEL AKIN
REKLAM SATIŞ MÜDÜRÜ: CEM EKE
REKLAM REZERVASYON TEL: (0212) 354 41 18 - 354 33 95
FAX: (0212) 354 33 50-75
BÖLGELER REKLAM SATIŞ GRUP KOORDİNATÖRÜ: AYNUR GÜKCAN
ANKARA REKLAM SATIŞ GRUP KOORDİNATÖRÜ: AYŞE ALTUN
İZMİR REKLAM SATIŞ KOORDİNATÖRÜ: ŞEBNEM AKDENİZ
ANTALYA REKLAM SATIŞ KOORDİNATÖRÜ: ŞEYDA YILMAZ

TURKUVAZ GRUBU HİZMETLERİ
MARKA VE PAZARLAMA GRUP BAŞKANI: SİNAN KÖKSAL

ABONELİK
ABONE OPERASYON MÜDÜRÜ: UFUK KOCAOĞLU
ÇAĞRI MERKEZİ: 444 88 81
abone@turkuvazabone.com - www.turkuvazabone.com
http://www.facebook.com/TurkuvazMedyaAboneHizmetleri
http://twitter.com/#!/TurkuvazAbone

SOFRA Turkuvaz Dergisi'nin imtiyaz ve yayın hakkı, Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş'ye aittir. Sofra Turkuvaz Dergisi'nde yayımlanan ilanların sorumluluğu ilan sahiplerine aittir. Sofra Turkuvaz adı ve amblemi Türkiye'de hiç bir şekilde başkalarınca kullanılamaz. Sofra Turkuvaz Dergisi'nde yayımlanmakta olan her türlü yazı, resim, fotoğraf ve illüstrasyonun Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.'nin izni olmadan kısmen veya tamamen kullanılması, yayımlanması yasaktır.

Türkiye'de hazırlanıp basılmıştır.
Turkuvaz Dergi Tel: (0 212) 354 30 00 **Fax:** (0212) 354 36 31
Yazışma Adresi: Güzeltepe Mah. Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B Blok Apt. No 29/1/1 Eyüpsultan İstanbul Telefon: (0 212) 354 30 00
Yayının Türü: Yerel, süreli üyesidir.
Yönetim Yeri: Güzeltepe Mah. Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B Blok Apt. No 29/1/1 Eyüpsultan İstanbul
Yayımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Matbaa Genel Müdürü: MEHMET KAMİLOĞLU
Basımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Basıldığı Yer: Güzeltepe Mah. Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B Blok Apt. No 29/1/1 Eyüpsultan İstanbul
Tel: (0 212) 354 30 00 - www.turkuvazmatbaacilik.com
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş. **Basıldığı Tarih:** Kasım 2020
İstanbul Matbaa Müdürü: HAKAN DEMİRCİ

Lezzete odaklanın!



beypiliç®

ağzınıza sağlık

www.beypilic.com.tr



Yeni Yılı Özenle Karşılayın

HAFİF TADI VE BESLEYİCİ ÖZELLİĞİYLE BİLİNİN HİNDİ ETİ YENİ YIL SOFRALARI İÇİN GENELLİKLE BÜTÜN BİR ŞEKİLDE HAZIRLANIP MASAYA GETİRİLİR. YEMEK YAZARIMIZ İLKNUR ŞENEL GÜZEL AROMALAR KATARAK HAZIRLADIĞI HİNDİ YEMEĞİNİ ZERDEÇALLI KARNABAHARLA SUNUYOR.

YAPIM: **İLKNUR ŞENEL**
FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**

FIRINDA HİNDİ

10-12 KİŞİLİK

- 4-5 kg'lık bütün hindi
- 1 adet soğan
- 1 adet limon
- 4 diş sarımsak
- Yarım demet maydanoz
- Tuz, karabiber

SOS İÇİN

- 200 gram tereyağı
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 adet limonun suyu ve rendelenmiş kabuğu
- 3 diş sarımsak
- Yarım demet kıyılmış maydanoz
- 1 çay kaşığı karabiber, tuz

ZERDEÇALLI KARNABAHAR İÇİN

- 1 adet orta boy karnabahar
- Yarım çay bardağı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı toz zerdeçal
- İkişer çay kaşığı köri ve kişniş
- Tuz, karabiber

Sos için tüm malzemeyi krema kıvamına gelene kadar karıştırın. Hindiyi yıkayıp kurulayın. Tuz ve karabiberle her yerini ovalayın. Derisini yırtmadan hafifçe aralardan kaldırarak elinizle derisinin altına sosu ovalayarak sürün. Kalan sosu hindinin üzerine, her tarafına gelecek şekilde sürün.

Soğan ve limonu dörde kesip sarımsakların kabuklarını temizleyin. Soğan, limon, sarımsak ve irice doğranmış maydanozu hindinin içine doldurun. Bacaklarını mutfak ipi ile birbirine bağlayıp fırın tepsisine yerleştirin.

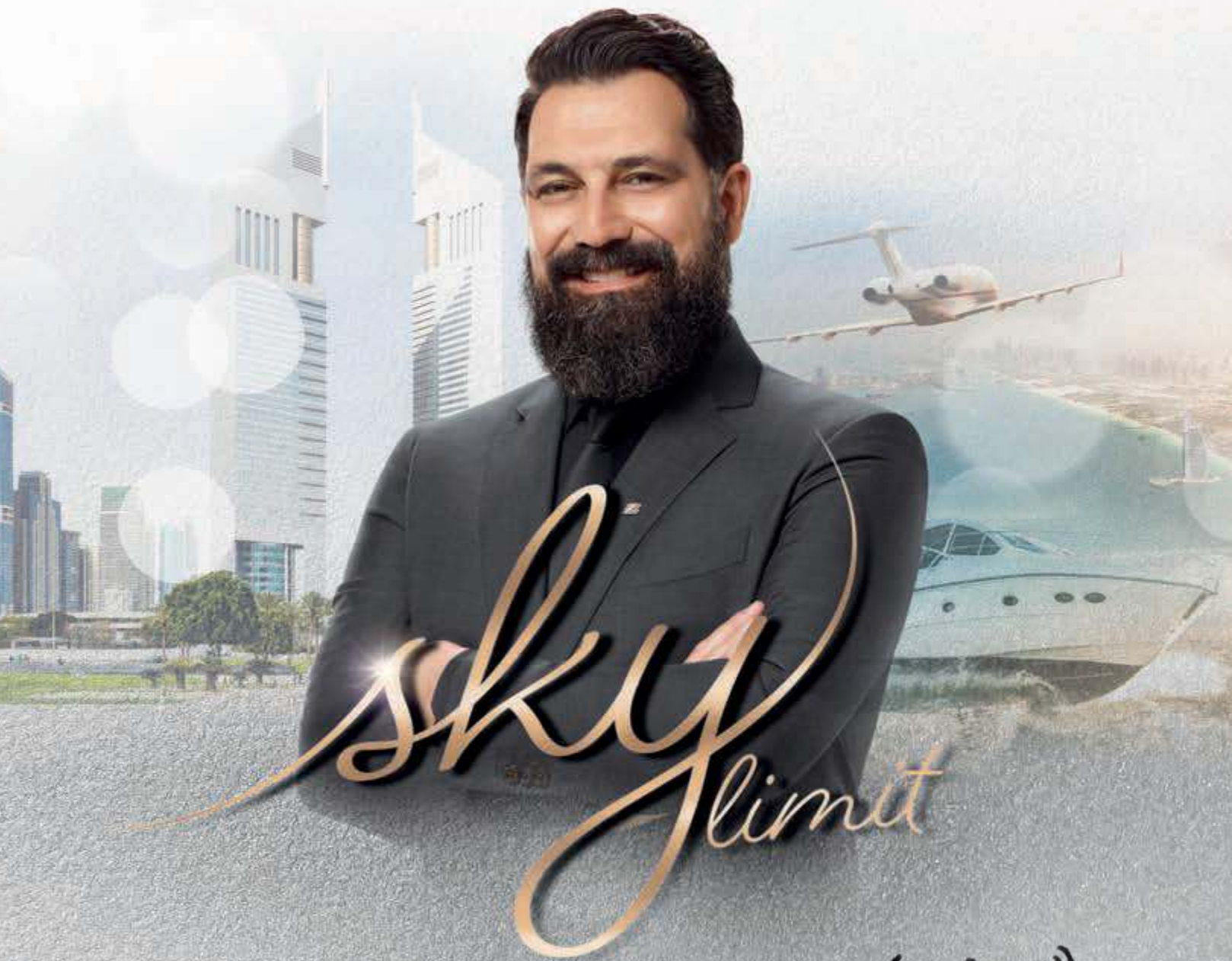
Önceden ısıtılmış 175 derece fırında yaklaşık 2 saat pişirin. Pişirme sırasında her 30 dakikada bir fırın tepsisinde biriken yağı hindinin üzerine gezdirin.

Hindinin pişmesine 45 dakika kala zerdeçallı karnabaharı hazırlayın. Karnabaharı çiçeklerine ayırın. Kalan malzemeyi ayrı bir yerde iyice karıştırıp karnabaharları bu karışıma bulayın ve pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 25 dakika pişirin. Hindi ile birlikte servis yapın.

Limitlerin olmadığı yerdesin

İster ihtiyaç kredisi, ister kredi kartı ister ek hesap veya konut kredisi olarak dilediğiniz gibi kullanın.

VakıfBank, daima seninle.



Sky Limit Kullanım Alanları | ekhesap | İhtiyaç Kredisi | Konut Kredisi

Daima hazır limit.

Yüksek limit.

VakıfBank Mobil'den kolay kullanım.

Şubelerimizden gerçekleştireceğiniz Sky Limit başvurunuzun ardından, limit yönetiminizi VakıfBank Mobil'den kolayca yapabilirsiniz.

444 0 724 | vakifbank.com.tr

VakıfBank
Burası Sizin Yeriniz

/vakifbank



YILBAŞI RUHUNU EVİNE TAŞIYANLARA

Metro Türkiye, yeni yılı keyifle karşılamak isteyenlere "Evde Yılbaşı" konseptinde yılbaşına özel ev dekorasyon ürünlerinden yılbaşı sofralarını lezzetlendirecek ürünlere, kutu oyunlarından sofra düzenlemesine kadar yeni yıl kutlamasında tüm ihtiyaçları karşılayacak ürün yelpazesi sunuyor.



KENDİNE DEĞER VERENLERE

Schwarzkopf Professional Fibre Clinix, renklendirilmiş saçlar için geliştirdiği Parlaklık Arttırıcı Serisi ile saç tellerini olduğundan daha sağlıklı ve doğal görünüme dönüştürmeyi hedefliyor. Fibre Clinix'in sofistike çözümleri ile saç bakımınızı kişiselleştirin, saçlarınızı hiç işlem görmemiş gibi doğal haline getirip değişimi-dönüşümü keşfedin.

'HATIR' İLE KAHVE KEYFİ

Karaca'nın közde Türk kahvesi, sütlü Türk kahvesi, sütlü sıcak çikolata yapabilen ürünü Hatır, kahve makinesi kategorisinde bir ilk. Ayrıca makine ile birlikte verilen kitapçıkta sütlü, sade olmak üzere birçok tarif yer alıyor. Tasarımı da çok şık.
www.karaca.com





HERKESİ MUTLU EDECEK HEDİYELER

Paşabahçe Mağazaları, yeni yıla keyifli bir başlangıç yapmak isteyenleri her zevke ve bütçeye uygun ürünleriyle mağazalarına bekliyor. Yepyeni bir yıl yaklaşırken sevdiklerine ne alacağına karar veremeyenler için Paşabahçe Mağazaları birbirinden zarif ürünleriyle geniş bir yelpazede hediye seçeneği sunuyor.



SİZE ÖZEL YILBAŞI

Güvenli turizm sertifikası alarak sosyal mesafe protokollerini titizlikle hayata geçiren Fairmont Quasar, İstanbul'da konforlu ve güvenli yılbaşı akşamı geçirmeniz için tüm hazırlıklarını tamamladı.
0 212 403 85 00 / fairmont.com



Seni düşünür o
bankkart

Bankkart Seni düşünür o



LEZZETE YOLCULUK

Divan Pastaneleri, tüm dünyayı etkisi altına alan pandemi nedeniyle yeni yılı evde karşılamaya hazırlandığımız bugünlerde dünyanın gözde şehirlerinden ilham alarak tasarladığı yılbaşına özel hediye setleriyle; İstanbul, New York, Londra, Roma ve Paris hayallerini süsleyen, imza tatları ve ikonik simgeleriyle lezzetli bir yolculuğa çıkarıyor.

IŞILDAYAN SAÇLAR

Dyson, yeni yıla özel sınırlı sayıda üretilen bakır rengi Dyson Airwrap™ saç şekillendirici ve esnek bakır plakalara sahip Dyson Corrale™ saç düzleştiricisi ile yeni yılda saçlarının doğal parlaklığını öne çıkarmak isteyenlere yardımcı olmaya hazır!







DÖRT MEVSİM DONDURMA

Yabancı firmaların hakim olduğu dondurma hammadde sektörüne yerli bir firma olarak giren Alsogelato, dondurma ustalarının gönlünde yer edinmeyi başardı. Ürün gamını her geçen gün genişleten Alsogelato, yakın zamanda dondurma ustalarının beğenisine sürpriz lezzetler sunarak sektöre yenilik getirmeyi planlıyor.



AROMALI TATLAR

Dr. Oetker 'Doğanın Lezzeti Serisi', üç farklı aromalı şeker ürününden oluşuyor. Seride; doğal limon aromalı Dr. Oetker Limonlu Şeker, doğal portakal aromalı Dr. Oetker Portakallı Şeker ve tarçın, zencefil, kakule içeren Dr. Oetker Baharatlı Esmer Şeker yer alıyor.

ARALIK AYINA ÖZEL



Kahve Dünyası'nın her ay farklı bir konseptte hazırladığı "Ayın Dondurması" Aralık ayında tarçın, zencefil ve gingerbread kurabiyenin armonisi ile birleşiyor. Yılbaşı dondurması konseptiyle Jersey inek sütü, bisküvi, üzüm pekmezi, tarçın, salep, zencefil ve karanfili bir araya getiren bu yeni lezzet severleri bekliyor.

YENİLENEN YÜZLER Geleneksel Türk sütlü tatlılarını marketler aracılığı ile pratik şekilde tatlı severlerle buluşturan Eker, heyecan verici bir yenilik yaparak aralık ayında sütlaç, kazandibi, keşkül gibi tüm tatlı çeşitlerini yeni tasarımlarıyla tüketicilerin beğenisine sunuyor.



Kredi kartı ve banka kartı tek kartta!





Zarif Bir Yılbaşı Masası

KETEN MASA ÖRTÜSÜ ÜZERİNE YERLEŞTİRDİĞİ KESME KRİSTAL BARDAKLAR VE PASTEL TONLARDAKİ MASA AKSESUARLARI, PORSELEN TAKIMLARI İLE ZARİF BİR MASA HAZIRLAYAN İLKNUR ŞENEL'İN YILBAŞI TEMALI SOFRASI YAPTIĞI YEMEKLERLE BÜTÜNLÜK SAĞLIYOR. FAZLA VAKİT ALMADAN HAZIRLANABİLEN BİRBİRİNDEN LEZZETLİ YEMEKLER VE MASA TASARIMI SİZLERE DE YILBAŞI GECESİ İÇİN İLHAM VEREBİLİR.

STİL: **SELMA ŞEN** FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**



İLKNUR ŞENEL
alyaminakuzine

BADEM ÇORBASI
4-6 KİŞİLİK

◆ 40 gram çiğ badem ◆ 2 su bardağı süt
◆ 2 yemek kaşığı tereyağı ◆ 3 yemek kaşığı un
◆ 2 su bardağı su ◆ Tuz, karabiber
ÜZERİ İÇİN ◆ File badem, toz muskat

Bademi bir kaba alıp üzerini iki parmak geçecek kadar sıcak su ilave edin ve 5 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda suyunu süzüp kabuklarını temizleyin. Yarısını sütle birlikte rondodan çekip kenara alın.

Tereyağını tencereye alın. Kalan bedemi kıyıp, tencereye ilave edin ve soteleyin. Üzerine un katıp rengi dönede kadar kavurun. Su ekleyip karıştırın ve kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca sütlü bademi ilave edip karıştırın. Tuz ve karabiberini ayarlayın. 10 dakika pişirip ocaktan alın.



Üzeri için file bademi yağsız ve yapışmaz yüzeyli tavada kavurun. Ilındıktan sonra çorbanın üzerine serpiştirin. Muskat serpip servis yapın.



Mevsimin en güzel meyvelerinden biri olan bal kabağını salatada kullanmaya ne dersiniz? Kuzu kulağı, kıvırcık marul yaprakları, roka, beyaz peynir, ceviz ve tanelenmiş nar da diğer malzemeleriniz olabilir. Sosuna da bir miktar nar ekşisi çok yakışır.







Servis peçetelerini tabakların üzerine koymak yerine ayaklı bir stand içinde masaya yerleştirebilirsiniz.

İlknur Şenel'in farklı form ve yükseklikteki şamdanları yılbaşı masasına ayrı bir zarafet katıyor.



FIRINDA SEBZELİ TAVUK

6 KİŞİLİK

◆ 6 adet tavuk baget ◆ Birer adet dolmalık kırmızı, sarı ve yeşil biber◆ 1 adet küçük boy brokoli ◆ 6-7 adet bebek patates ◆ 2-3 adet bebek havuç ◆ 7-8 adet arpacık soğan ◆ 5-6 diş sarımsak

SOS İÇİN ◆ 5 yemek kaşığı zeytinyağı ◆ 1 çay kaşığı toz kırmızı biber ◆ 1 çay kaşığı karabiber ◆ Tuz

Sos için tüm sos malzemesini geniş bir karıştırma kabına alıp iyice çırpın.

Tavuk baget lere bıçak yardımı ile 2-3 yerinden çizikler atıp bir kaba alın. Üzerine sosu ilave edip elinizle iyice ovalayarak sosu içine çekmesini sağlayın. Kabın üzerini streç filmle kapatıp buzdolabında 2-3 saat dinlendirin. Sürenin sonunda baget lerin üzerine jülyen doğranmış biberleri, çiçeklerine ayırılmış brokoliyi ve kalan sebzeleri ilave edin. İyice harmanlayıp sosun sebzelerle karışmasını sağlayın. Baget leri pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirin. Yanlarına sebzeleri gelişigüzel koyup, önceden ısıtılmış 180 derecede fırında yaklaşık 1 saat pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

YUFKALI ISPANAK GRATEN

6-8 KİŞİLİK

◆ 750 gram ıspanak ◆ 2 adet yufka ◆ 1 su bardağı ufalanmış beyaz peynir ◆ 1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri ◆ Tuz, karabiber

SOS İÇİN ◆ 125 gram eritilmiş tereyağı ◆ 1 su bardağı süt ◆ 2 adet yumurta

Ispanakların köklerini ve kalın saplarını koparın. Kalan ıspanağı bol su ile yıkayıp iyice kurulayın. Elinizle irice parçalayıp büyük bir karıştırma kabına alın. Aynı şekilde yufkaları da elinizle didikleyip ıspanağın üzerine ilave edin. Beyaz peynir, kaşar peynirin yarısı, tuz ve karabiber ilave edin. Tüm malzemeyi harmanlayıp yağlanmış orta boy fırın tepsisine yayın. Elinizle hafifçe üzerine bastırın.

Sos için tüm sos malzemesini bir kaseye alıp iyice çırpın. Ispanaklı karışımın üzerine, her tarafına eşit miktarda gelecek şekilde dökün. Önceden ısıtılmış 180 derecede fırında yaklaşık 25 dakika pişirin. Daha sonra fırından alıp kalan kaşar peynirini üzerine serpin. Yeniden fırına verip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 7-8 dakika pişirin. Fırından alıp üzerini mutfak havlusu ile örtün. 10 dakika dinlendirip dilimleyin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.



ORMAN MEYVELİ PASTA

8-10 KİŞİLİK

KEK İÇİN ◆ 1 su bardağı ılık süt ◆ 1 yemek kaşığı elma sirkesi ◆ 3 adet yumurta ◆ 2 paket vanilya ◆ 1 su bardağı toz şeker ◆ 1 su bardağı ayçiçeği yağı ◆ 3 yemek kaşığı kakao ◆ 1 çay kaşığı karbonat ◆ 1 paket kabartma tozu ◆ 2 su bardağı un ◆ 1 tutam tuz

KREMA İÇİN ◆ 2 su bardağı süt ◆ 2 yemek kaşığı un ◆ 2 yemek kaşığı nişasta ◆ 2 adet yumurtanın sarısı ◆ Yarım su bardağı toz şeker ◆ 1 yemek kaşığı tereyağı ◆ 1 paket krema (200 ml)

ÜZERİ İÇİN ◆ Böğürtlen, yaban mersini, Frenk üzümü, altın çilek, pudra şekeri



Kek için ılık süte elma sirkesi ilave edin. Karıştırıp 10 dakika dinlendirin. Ayrı bir yerde yumurta, vanilya ve şekeri mikser yardımıyla iyice çırpın. Üzerine sütlü sirke karışımını ve yağı ekleyip çırpın. Kalan kuru malzemeyi katıp karıştırın. Tabanı pişirme kağıdı ile kaplanmış orta boy yuvarlak ve kelepçeli kalıbın kenarlarını yağlayın. Kek karışımını kalıba döküp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında, ara sıra kontrol ederek ortalama 40 dakika pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın.

Krema için süt, un, nişasta, şeker ve yumurta sarısını bir kaba alıp orta ısıda ve çırpma teli ile karıştırarak pişirin. Pişen muhallebiyi ocaktan alıp tereyağını ekleyin ve karıştırmaya devam edin. Muhallebi ılınınca kremayı katıp, mikserin yüksek devrinde 5 dakika çırpın.

Keki enlemesine ikiye kesin. Bir adet keki servis tabağına alın. Üzerine kremanın yarısını yayıp, diğer keki üzerine kapatın. Kalan kremayı ikinci kekin üzerine sıkma torbası yardımıyla sıkın. Kremanın üzerine meyveleri dilediğiniz şekilde yerleştirin. Pudra şekeri serpip servis yapın.

HER GÜZELLİĞİN

BİR DOQU'SU VAR.

Her dokunuşta evinize mutluluk katın diye şimdi ev tekstilinde yeni bir DOQU var.



Festa Yatak Örtüsü - **İndigo**



Skoç Battaniye - **Lacivert**



Gülal Yatak Örtüsü

DOQU HOME

İstikbal, Bellona, Mondi Home, DOQU HOME ve

www.doquhome.com.tr'de

/DOQUHOME /DOQU_HOME 0850 205 03 35

Erciyes Anadolu HOLDİNG

Baharatı da Lezzeti de Bol...

BU YILBAŞI GECESİ BAĞDAT'IN ÇEŞİT ÇEŞİT BAHARATLARINI KULLANARAK DAMAKLARDA UNUTULMAZ TATLAR BIRAKMAYA NE DERSİNİZ? O HALDE TEK YAPMANIZ GEREKEN; BAHARATI BOL, ZAHMETİ AZ OLAN ''BAHARATLI YILBAŞI KÖFTESİ''Nİ HAZIRLAMAK.

AKLINIZDA BULUNSUN!

Bağdat Kuru Nane, özellikle etli köftelere, etli tencere yemeklerine ayrı bir lezzet ve ferahlık katar. Ayrıca kuru naneyi yoğurtlu, ayranlı yemeklerde, çorbalarda da bol miktarda kullanabilirsiniz.
Kuru naneyi tencereye yemeklerinde ve çorbalarda kullanacaksanız yemeği ocaktan almaya yakın ilave edin ya da servis sırasında yemeğin üzerine serpin.
İki yemek kaşığı kuru nane ve 1 dilim limonu sıcak suda 2-3 dakika dinlendirip süzdükten sonra nane çayı olarak içebilirsiniz.
Kimyon, sindirim ve bağışıklık sistemini düzenleyici, rahatlatıcı özelliğe sahiptir. Bu nedenle et yemeklerinde mutlaka kullanmaya özen gösterin.



BAHARATLI YILBAŞI KÖFTESİ

6-8 KİŞİLİK

◆ 1 kg köftelik kıyma ◆ 1 çay kaşığı Bağdat Karabiber ◆ 1 tatlı kaşığı Bağdat Pul Biber ◆ 1 tatlı kaşığı Bağdat Kuru Nane ◆ 1 tatlı kaşığı Bağdat Kimyon ◆ 1 çay kaşığı Bağdat Zerdeçal ◆ 4 yemek kaşığı Bağdat Galeta Unu ◆ 1 adet yumurta ◆ 1 adet büyük boy soğan ◆ 1 diş sarımsak ◆ 10-15 dal maydanoz ◆ 1 yemek kaşığı zeytinyağı ◆ Tuz
ORTASI İÇİN: 200 gram taze kaşar peyniri
ÜZERİ İÇİN: Bağdat Pul Biber ve Bağdat Kuru Nane

Kıymayı derin bir kaba alın. Üzerine karabiber, pul biber, kuru nane, kimyon, zerdeçal, galeta unu, yumurta, rendelenmiş soğan, dövülmüş sarımsak, kıyılmış maydanoz ve tuz ilave edin. Malzeme birbirine karışana kadar iyice yoğurun. Harçtan mandalina büyüklüğünde beze koparıp elinizde yuvarlayın. Daha sonra iki avucunuzun arasında bastırarak düzleşene kadar açın. Ortasına 4-5 adet küçük küp doğranmış kaşar peyniri yerleştirip yuvarlayın. Açılmaması için birleşim yerlerini iyice kapatın. Kalan harcı da aynı şekilde hazırlayıp pişirme kağıdı ile kaplanmış iki adet fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-40 dakika pişirin. Fırından alır almaz üzerlerine pul biber ve kuru nane serpin. Sıcak olarak servis yapın.

NOT: Vaktiniz varsa köfteyi yoğurduktan sonra üzerini streç filmle kapatıp 1 gece buzdolabında dinlendirin. Ertesi gün harcı yeniden yoğurup fırınladığınızda köfteniz daha da lezzetli olacaktır.

ATIKSIZ SOFRA

Bayatlayan ekmeklerinizi dilimleyip kızartın ve kenara alın. Ayrı bir yerde Bağdat Pul Biber, Bağdat Kimyon, Bağdat Kuru Nane ve zeytinyağını iyice karıştırın. Kızarmış ekmeklerin üzerine sürüp kahvaltılarınıza nefis bir lezzet daha ekleyin.

Bağdat'ın baharatlarında bulunan pratik kullanımlı tuzluklu kapakları sayesine miktarını çok rahat ayarlayabilirsiniz.



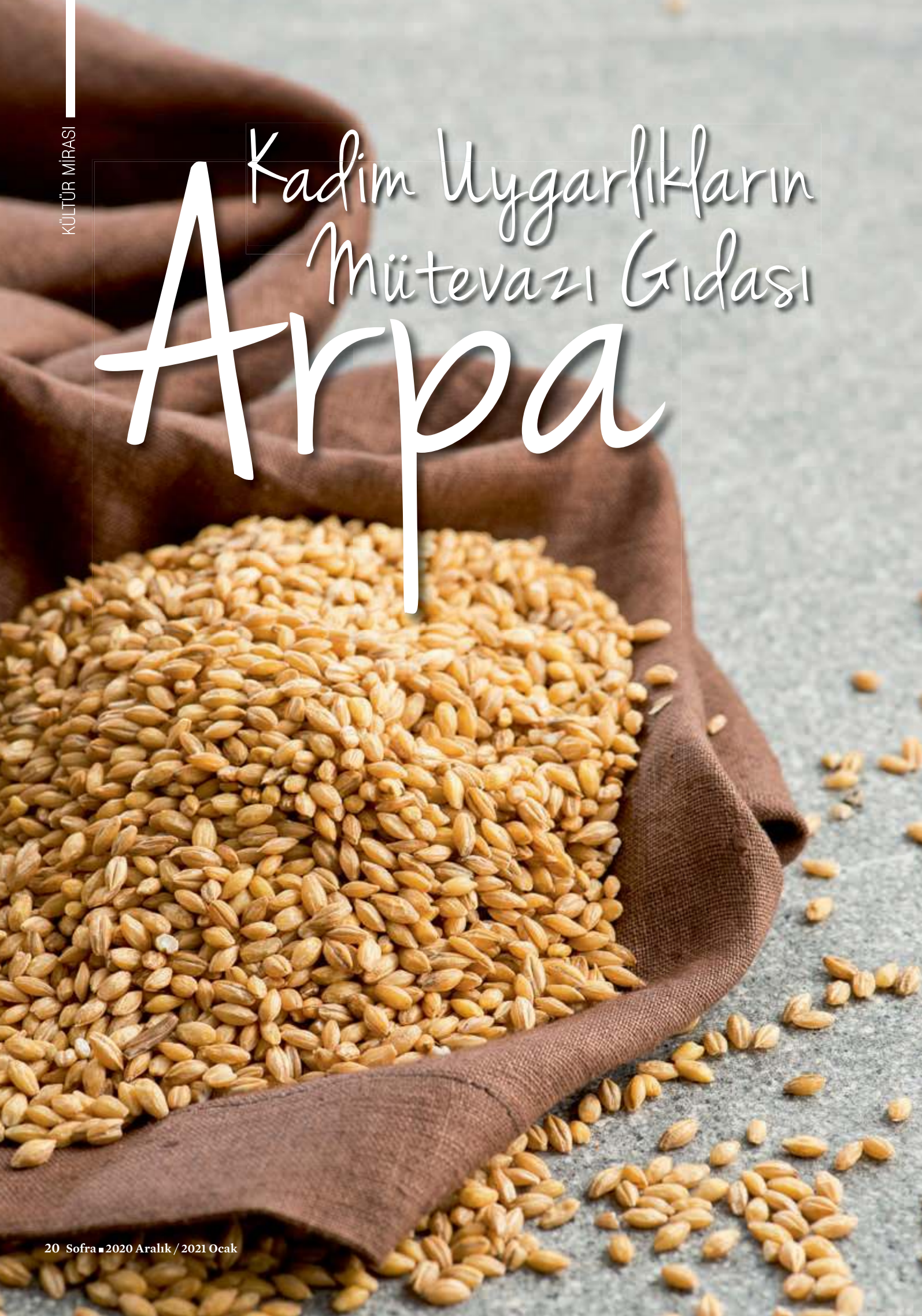
Mutfaklardaki plastik kullanımı azaltmak için Bağdat'ın tuzluklu kapaklı cam şişelerini tercih edin.

/bagdatbaharat

BAĞDAT 1964

Arpa

Kadim Uygarlıkların Mütevazı Gıdası





ASUMAN KERKEZ
asumankerkez

BİNLERCE YIL BOYUNCA ANADOLU İNSANINA CAN OLAN ARPA, ANADOLU'NUN BUĞDAY KADAR ESKİ BİR TAHILIDIR. TANIM YERİNDEYSE 'BURNUMUZUN DİBİNDE' FARKINA BİLE VARMADIĞIMIZ BÜYÜK BİR HAZİNENİN, ARPANIN YOLCULUĞUNU ÖĞRENMEYE HAZIR MISINIZ? GELİN O ZAMAN GASTRONOMİ ARAŞTIRMACISI VE AKADEMİSYEN ASUMAN KERKEZ'İN KALEME ALDIĞI, GIDA VE YEMEK STİLİSTİ İNCİ BAK'IN TARİFLERİNİ HAZIRLADIĞI SAYFALARIMIZA GÖZ ATIN.

YAZI VE TARİFLER: **ASUMAN KERKEZ**
TARİFLERİN YAPIMI VE STİL: **İNCİ BAK**
FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**

Hititlerden Hazreti Muhammed'in beslenmesine, savunma mekanizmasını sağlamlaştıran beta glukandan yüksek lif kaynağı olmasına, hafif salatalardan mis kokulu çorbalara kadar birçok konuyu içeriyor dosya konumuz ve eminim ilginizi çekecek. Virüslerle savaştığımız zor günlerde fonksiyonel gıdaların hayatımızda ne kadar önemle yer aldığını gördük. Özellikle kavuzsuz (çıplak) arpa, içerdiği yüksek beta glukan oranı, çözünen ve çözünmeyen lif içeriği sayesinde sağlıklı beslenmede çok önemli. Hikayesi, tarihi ve fonksiyonel özellikleriyle bir yıldız olmayı hak eden arpayla ve mis gibi arpalı tariflerimle tanışmaya hazır mısınız?

TANIŞALIM MI? BEN KAVUZSUZ ARPA...

Tarla Bitkileri Merkez Araştırma Enstitüsü'nde çalışan yüksek ziraat mühendisi arkadaşlarım atalık arpanın izinden giderken çok destek oldular. Bir gün Ankara'nın Güdül ilçesi Yeşilöz Köyü'nde koca bir çınarın altında Hatice Teyzeyle sohbet edip arpa kavurgası yaparken buldum kendimi. Hatice Teyze komşusunun elinde bulunan atalık kavuzsuz arpa tohumunun bir kısmını karşılığında buğday verip, 'allem edip kallem edip' bir şekilde alan kararlı bir kadın. Yıllar içinde ekip biçerek arttırdığı tohumlar duyulunca bizim hikaye de başladı. Biliyor musunuz kavuzsuz arpa odun ateşinde tıpkı mısır gibi patladı. Kış gecelerinde film izlerken, sohbet ederken bir şeyler atıştırmaya ihtiyaç duyarız. Tam tahılla yapacağınız çok az yağlı arpa kavurgasını çok seveceksiniz...

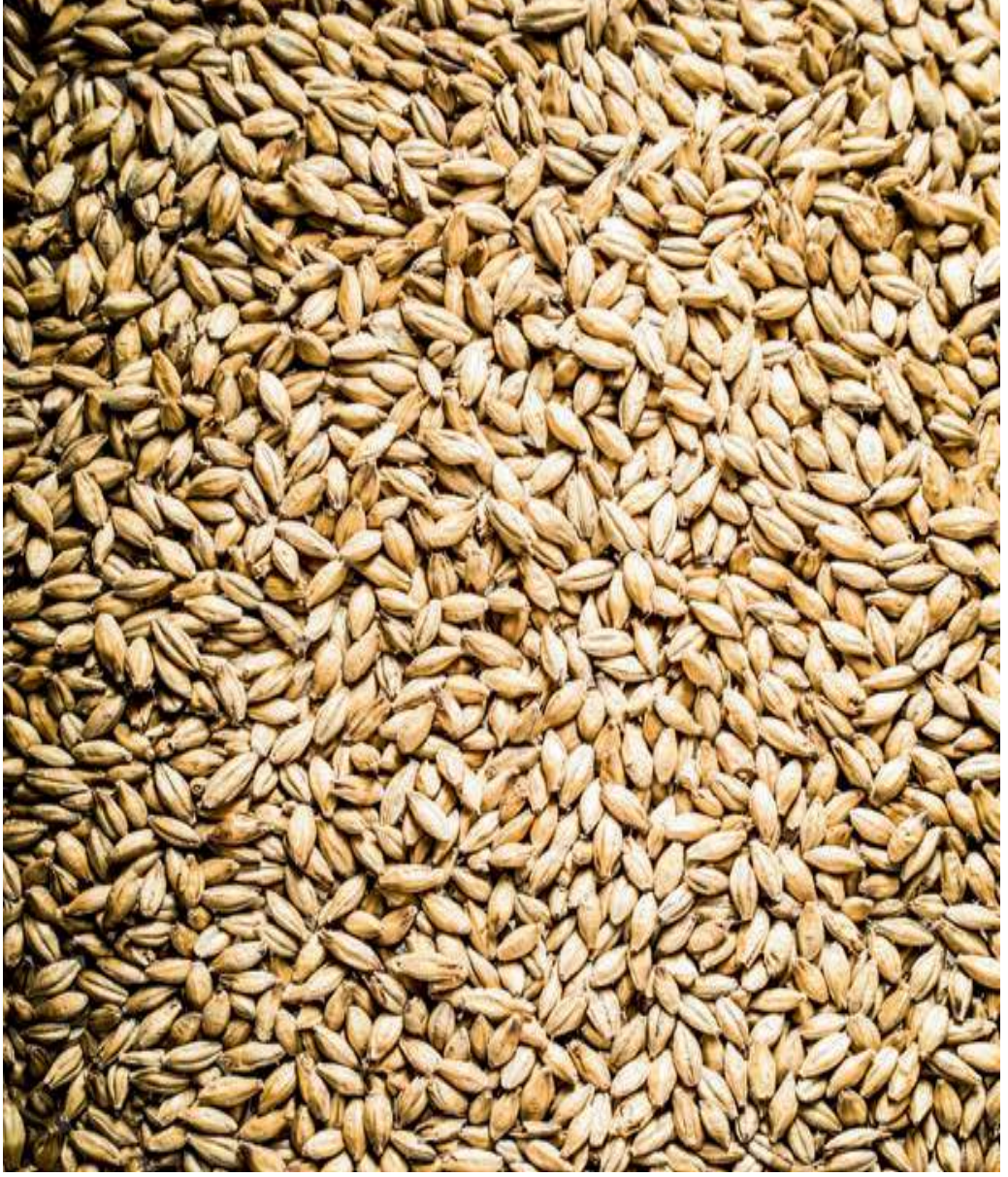
ARPA KAVURGASI

4-6 KİŞİLİK

200 gram arpa
Tuz
1 çay kaşığı ayçiçeği yağı

Tane arpaları kalın tabanlı bir tavaya alın. Orta ısıda sürekli karıştırarak, tavayı sallayarak kavurun. Arpalar patlayınca ocaktan alın. Yanında kuru meyvelerle birlikte servis yapın.





ARPANIN MEMLEKETİ

'Memleketim tıpkı buğday gibi Mezopotamya ve Anadolu' diye fısıldadı arpa. O her zaman mütevazi kimliğiyle geride durdu ama biliyor musunuz M.Ö 2000'li yıllarda halkın beslenmesinin yüzde 80'ini arpa sağlardı. Sonraları daha beyaz olan kardeşi buğdayın gerisinde kaldı. Buğday zengin, arpa ise fakir yiyeceği sayıldı. Ve hiç hak etmediği halde zamanla unutuldu.

Arpanın tarihinden bahsetmişken bakın ekmeğin üzerine yemin etmek hangi zamanlardan kalma bir ritüel: Gün ağarırken Anadolu'da meydana toplanan Hititli askerler heyecanla Kral ve Kraliçeye bakarlar. Hititliler M.Ö 1650-1200'lü yıllarda askerlerin krala kraliçeye ve Hatti ülkesine bağlılık yeminini arpa ekmeğinin üzerine yaptırırlar...

"Sonra ant içiren kişi askerlerin eline balmumu ve koyun yağı verir. Bu balmumunun eridiği ve koyun yağının eridiği gibi diye başlar ve askerler önce eritilmiş balmumu ve koyun yağının üzerine yemin ederler.

Sonra arpayı ve arpa ekmeğini ellerine verir ve onları ezerler ve o şöyle söyler: "Arpayı değirmen taşları arasında öğüttükleri su ile karıştırdıkları, pişirdikleri ve (sonra) parçaladıkları gibi, kim bu antları bozarsa kim krala, kraliçeye ve prenslere ve Hatti ülkesine kötülük yaparsa, bu antlar onları tutsun! Onların da aynı biçimde kemikleri öğütülsün ! O da aynı biçimde suda (boğulsun)! O da aynı biçimde parçalansın. Onun da kötü bir alın yazısı olsun! Ve adamlar bağırırlar: Öyle olsun! Bu arpanın nasıl yeşerme gücü artık yoksa o tarlaya götürülüp nasıl tohum olarak artık kullanılamazsa ekmek olarak nasıl kilerde saklanamazsa kim bu antları bozar ve krala, kraliçeye ve prenslere kötülük ederse ant tanrıları da onun geleceğini yok etsinler"...

Bu topraklarda yaşayan şanslı insanlar olarak yemin ederken kullandığımız ifadelerin bile binlerce yıldır dilden dile dolaştığını bilmek ne kadar özel bir duygu. Anadolu tarihinin gözbebeği Çatalhöyük'te bulunan kalıntılar arasında kavuzsuz arpa var. Arpanın M.Ö 7000- M.Ö 6000'li yıllarda kullanıldığını ve tarımının yapıldığını ispat eden bu kıymetli bilgiler bize arpayı alıp başımızın üstüne koymamız gerektiğini anlatıyor.

SİZ HİÇ ARPA EKMEĞİ YEDİNİZ Mİ?

Glüten intoleransı olanlar için çok elverişli bir tahıldır arpa. Buğdayla kıyasladığınızda glüten oranı çok düşük olduğu için ekmek yaparken zorlandığınızı hissedersiniz ve elastik bir hamur elde edemezsiniz. Sade arpa unuyla ekmek yapmak ciddi ustalık gerektirir. Hamura hakim olması zor olunca en pratik çözüm uygun kalıplarda veya tepside pişirmektir. Anadolu'da arpanın lezzetine alışkın olanlar ekmek hamuru yoğururken biraz da arpa unu karıştırırlar. İlk deneyim için benim tavsiyem de tarifte verdiğim ölçülere uygun olarak arpa ununu ¼ oranında kullanmanız.



ZEYTİNLİ VE KÜNCÜLÜ ARPA EKMEĞİ

6 KİŞİLİK

30 gram yaş maya
400 ml ılık su
1 yemek kaşığı üzüm pekmezi
2 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
300 gram buğday unu
100 gram tam arpa unu
50 gram çekirdekleri çıkarılıp doğranmış siyah zeytin
1 kahve fincanı küncü (kabuklu susam)

Mayayı ılık suda eritin. Pekmezi ekleyip karıştırın. 10 dakika kadar bekletip mayanın biraz çalışmasını sağlayın. Karışımı yoğurma kabına alıp zeytinyağını ve tuzu ekleyin. Bir kaşık yardımıyla karıştırıp azar azar unları ilave edin. Kıvamı katılaşınca parmak uçlarınızla karıştırmaya devam edin. 10 dakika kadar yoğurarak homojen kıvamlı ve pürüzsüz bir hamur elde edin. Üzerini kapatıp hamur iki katına çıkana kadar mayalandırın. Kıyılmış zeytini ve küncüyü ekleyin. Alttan üste doğru katlayarak malzemelerin dağılmasını sağlayın ve hamurun havasını alın. Üzerini kapatıp hamur kendini bırakana kadar 15-20 dakika daha bekletin. Hamurun havasını alıp kesici yardımıyla mandalina büyüklüğünde parçalar koparın. Oval şekil verip yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizin. Üzerlerine birer çizik atıp arpa unu eleyin. Önceden ısıtılmış 210-220 derece fırında alt üst ısıtma ayarında pişirin. Sıcakken arasına tereyağı sürüp yemeği sakın ihmal etmeyin, ya da peynir ve yeşilliklerle güzel bir sandviç hazırlayın kendinize.



ARPALI BEYPAZARI KURUSU

8-10 KİŞİLİK

1 su bardağı+
2 yemek kaşığı buğday unu
3 su bardağı arpa unu
1 tatlı kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı tuz
1 paket (40 gram) yaş maya
200 ml ılık süt
100 gram eritilmiş tereyağı
100 ml zeytinyağı

İlave olarak: Un

Önce kuru malzemeleri; unu, arpa ununu, tarçını ve tuzu beraberce eleyin. Mayayı ılık sütün içerisinde eritin. Sıvı malzemeleri; erimiş tereyağını, zeytinyağını ve mayalı sütü derin bir karıştırma kabına alın. Parmak uçlarınızla homojen bir hale gelene kadar karıştırın. Kuru malzemeleri ekleyerek yoğurun. Biraz sert bir hamur elde edene kadar kontrollü olarak un ekleyin. Üzerini nemli bir bezle kapatıp mayalanmaya bırakın. Hamur iki katına çıkana kadar mayalanmasını bekleyin. Hamurdan portakal büyüklüğünde parçalar koparıp 3 cm çapında fitiller halinde yuvarlayın. Keskin bir bıçak yardımıyla Beypazarı kurusu şeklinde dilimleyin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış tepsiye dizin. Kurumaması için üzerini kapatıp 30 dakika kadar bekletin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında alt üst ısıtma programında, üzeri kızarana kadar pişirin. 160-150-140 şeklinde 5 dakika aralıklı olarak ısıyı azaltın. Beypazarı kurusu geç bayatlayan, nem oranı çok düşük bir yapıdadır. Bu kıvamı sağlayabilmek için gerekirse Beypazarı kurusu piştikten sonra fırını kapatıp içinde soğumasını bekleyebilirsiniz.


A STAR ALLIANCE MEMBER
HER YENİ YIL
YENİ BİR BAŞLANGIÇ
Her gününüzü, yepyeni hikâyelerle doldurun.
MUTLU YILLAR
TURKISH AIRLINES

KAVUZSUZ ARPALI VE BOL SAĞLIKLI

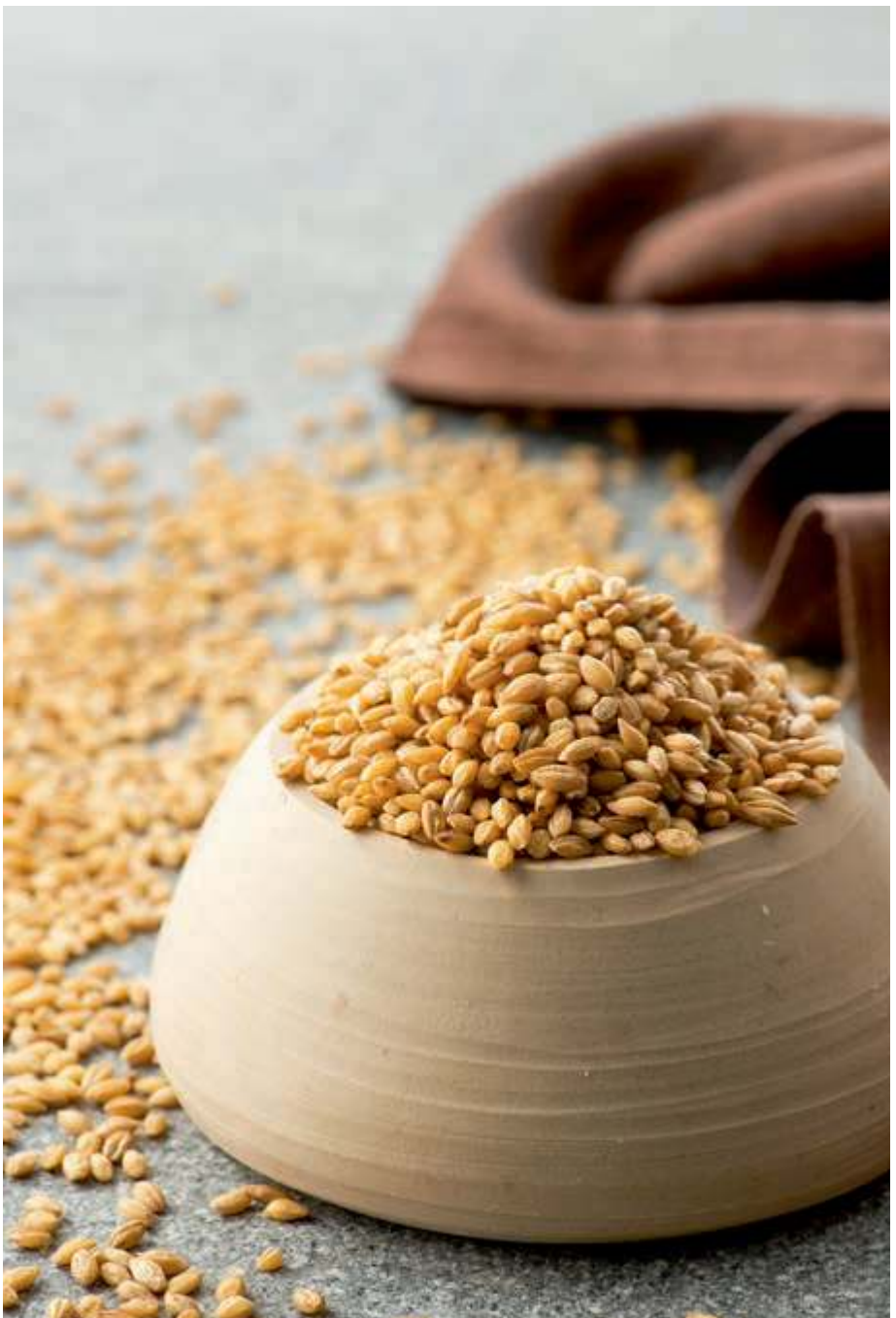
Gıdalarımız besin değerleri yönünden incelenir ve sonuçta çok yönlü besin değerine sahip olanlar "fonksiyonel gıda" sınıfına girer. Şimdi düşünün ki hem doyurucu hem de nefis lezzetler hazırlamanıza yardım eden arpa gibi bir gıdanız var. Bu gıda aynı zamanda beta glukandan yönünden destekleyen muhteşem bir silah. Hatta arpadan elde edilen ve beta glukan bakımından zenginleştirilmiş tabletler ilaç firmaları tarafından Tip 2 diyabet hastaları için geliştiriliyor. Yapılan bir araştırma sonucuna göre arpada bulunan beta glukandan çözünür lifi, glikoz emilimini yavaşlatır ve sağlıklı kan şekerini teşvik eder. Kavuzlu arpada beta glukandan içeriği yüzde 3-7 iken kavuzsuz arpada yüzde 16'ya kadar çıkabilir. Sizce de bütün faydalarını göz önüne aldığımızda, Anadolu'nun fonksiyonel gıdalarından bir tanesi de arpa değil mi? Zamanında Antik Roma gladyatörleri güç ve dayanıklılık vermesi için arpa yerlerdi ve bu nedenle Hordeari (arpa adam) olarak adlandırılırlardı. Güç ve sahip olunan erk tarih boyunca genelde etle beraber anılır. Kahramanlar etle beslenir ama bu konuda arpamız ezber bozuyor. Bu nedenle bağırsak sistemini çalıştırarak günümüzde yaşanan sindirim sistemi rahatsızlıklarına engel olur.

ARPA LİF YÖNÜNDEN ÇOK ZENGİN BİR BESİNDİR. LİFLER SADECE KABUK KISMINDA DEĞİL TANEDE DE YAYGIN BİR ŞEKİLDE BULUNUR.

Beslenmemize dikkat etmeye karar verdiğimiz zamanlarda sebzeli, meyveli, yeşillikli ve bol renkli mis gibi salatalar hazırlamaya başlarız. Salata tek başına öğün olarak tüketildiğinde uzun süre tokluk hissi vermez ve bir bakarız ki aman Allah'ım midemizden acıkma sinyalleri gelmeye başlamış. Bir taraftan da vücudumuz için gerekli olan lif, protein, karbonhidrat, vitamin, mineral gibi besin öğelerini de dengeli almamız gerekir.

Bu nedenlerle salataların yanına veya üzerine misafir olarak bir tahıl veya tohum eklemek çok pratik ve keyifli bir çözüm yolu. Benim için önemli olan bu eklemelerin atalık tohum, Anadolu'nun kendi özel tahıllarından yana olması. İşte tam da burada bizim haşlanmış arpa her ürünle uyum sağlayan ve tok tutan yapısıyla imdadımıza yetişiyor. Kavuzsuz arpayı tıpkı buğday gibi haşlayıp dondurucuda saklayabilir, ihtiyacınız olduğunda kullanabilirsiniz. Pancar suyu, zerdeçal gibi eklemelerle hazırlarsanız renkli ve çok daha eğlenceli olur.

Bu konuda son bir not eklemek isterim ki akşamdan ıslattığınız arpa suyu sizin için harika bir detoks içeceği olur. Arpa suyu eskilerin tabiriyle içinizi temizler.



PEYGAMBERİMİZİN SOFRASINDA ARPA

Geçerli kaynaklardan öğrendiğimiz bilgilere göre Peygamberimiz ölene kadar sadece tam arpa ununda yapılan ekmeği yedi. Hurma ve dövülmüş arpa ile yapılan Deşişe'yi de çok severdi. Yanındakilere arpayla yapılan Telbine çorbasını yemelerini tavsiye ederdi. O dönem arpa ile yapılan yemekler, Telbine, Harira, Nasa, Kişk, Deşişe'dir. Tarifini verdiğim Telbine çorbası tam arpa ununda yapılan sütlü yumuşak kıvamlı bir çorbadır. Peygamberimiz yaşadığı dönemde Telbine Çorbası için; "birinizin yüzündeki kiri yıkaması gibi karnınızdaki kiri yıkar" şeklinde ifade kullanmış. Detoks etkisi olan bu maharetli gıdayı pişirirken minik birkaç ekleme yaptım. Sonuçta önemli olan yediğiniz lokmanın tarihini, hikayesini, kaynağını bilmek ve günlük beslenme rutinimize bu sağlıklı gıdaları dahil edebilmek...



TELBİNE ÇORBASI

4 KİŞİLİK

1 adet kabak
2 yemek kaşığı tereyağı
1 adet küçük boy soğan
150 gr tam arpa unu
1 litre süt
Tuz

ÜZERİ İÇİN
Tereyağında çevrilmiş pul biber ve ekmek

Kabağı soyup minik küpler halinde doğrayın (büyüklüğü 0.5 mm olmalı) . Tavaya 1 yemek kaşığı tereyağını alıp eritin. Üzerine kıyılmış soğan ekleyip 2 dakika soteleyin. Kabakları ilave edip karıştırın. 2-3 dakika soteleyin ve ocaktan alın.

Diğer tarafta tencereye 1 yemek kaşığı tepeleme tereyağını alıp eritin. Üzerine arpa ununu ekleyip kokusu çıkana kadar orta ısıda kavurun. İlk sıcaklığı çıkana kadar bekletin. Üzerine sütü ekleyip topaklanmaması için hızlı bir şekilde çırpma teli ile karıştırın. Kaynamaya başlayınca sotelediğiniz sebzeleri tencereye alın. Tuzunu ayarlayıp pişmeye bırakın. Kıvamı koyulaşırsa kaynar su ekleyebilirsiniz. Çorba kıvama geldikten sonra servis tabağına alın. Üzerine pul biberli tereyağlı sos, fırınlanmış ekmek parçaları veya istediğiniz baharatları ekleyip zenginleştirebilirsiniz.



MANTARLI ORSOTTO (ARPALI RISOTTO)

4 KİŞİLİK

1 su bardağı kavuzsuz arpa
600-700 ml et suyu
40 gram tereyağı
1 adet soğan
2 diş sarımsak
300 gram kültür mantarı
1 yemek kaşığı balzamik sirke
50 gram parmesan peyniri
50 gram tereyağı
Çay kaşığının ucu ile karabiber
Taze kekik veya biberiye

Arpayı akşamdan bol suyla yıkayın ve ılık suya ıslatın. Yemek hazırlığına başlamadan önce et suyunu bir tencereye alarak kaynatın. Kısık ısıda sürekli sıcak kalmasını sağlayın. Tereyağını tencereye alıp eritin. Kuru soğanı çok ince bir şekilde doğrayıp üzerine ekleyin. Arada karıştırarak orta ısıda saydamlaşana kadar kavurun. Sarımsakları çok ince doğrayıp ilave edin. Mantarları soyun veya çok kirliyse yıkayıp bekletmeden kağıt havluyla kurulayın. İnce geniş dilimler halinde doğrayıp tencereye alın. Süzdüğünüz arpayı da ilave edip 2 kepçe et suyu ve sirkeyi ekleyin. Tuzunu ayarlayın. Orta ısıda arpa suyunu çektikçe 2 kepçe eklemeye devam edin. Et suyu bittiğinde arpayı kontrol edin. Yemeği ocaktan aldığınızda orzottonun çok hafif sulu kalması gerekir. Parmesan rendesi ve tereyağını ekleyip iyice karıştırın. Arzuya göre karabiber, biberiye ekleyin. Soğutmadan servis yapın. Yanına tavuk veya etle beraber servis yapabilirsiniz.

ORSOTTO DAİR NOTLAR...

Arpaların dışı yumuşak orta kısmında nokta şeklinde hafif sert ve beyaz bir kısım kalana kadar pişirmeniz yeterlidir.

Karabiberi isterseniz parmesanla ve tereyağıyla beraber ekleyip karıştırabilir, isterseniz tabağa aldıktan sonra üzerine serpebilirsiniz.

Taze kekik ve biberiye için de aynı şey geçerli. Bu aromatik bitkileri zevkinize göre içine veya üzerine ekleyerek kullanabilirsiniz.

ARPALI MI BUĞDAYLI MI?

Keşkek, Danişmend-Name'de (1360) "buğday veya arpayla yapılan düğün yemeği" olarak geçer. Demek ki bizim sadece buğdayla yapmaya devam ettiğimiz keşkek tarihte arpayla da yapılıyordu. Zaten kelime kökeni Farsça'da "kaşk" olarak geçer ve arpa anlamında kullanılan bir kelimedir. Keşkek Hititlilerden bu yana Anadolu'nun tören yemeği, özel gün yemeği, paylaşım değeri en yüksek olan yemeklerimizden bir tanesi. Kimi yerde herise, kimi yerde aşşur densin hiç fark etmez. Özünde kaynayarak bereketlenen arpanın veya buğdayın, nimet olması ve paylaşılmasıdır.

ARPA KEŞKEK

4-6 KİŞİLİK

1 su bardağı kavuzsuz arpa
500 gram kemikli kuzu eti
1 adet soğan
1 çay kaşığı silme karabiber
1 yemek kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı pul biber
Yeteri kadar su
Tuz

Kavuzsuz arpayı bol suda yıkayıp süzün ve bir gece önceden tencerede ıslatın.

Eti tencereye alın. Üzerine suyu ilave edip ocağa alın. Suyun üzerinde biriken kefi kaşıkla toplayın. Tuzunu ayarlayıp pişmeye bırakın. 30 dakika kadar kısık ısıda pişirip ocaktan alın. İnce doğranmış kuru soğanı ve arpayı pişen etin üzerine ilave edin. Kısık ısıda malzemeler iyice yumuşayana kadar pişirin. Bu aşamada isterseniz düdüklü tencere kullanıp pişme süresini kısaltabilirsiniz. Eti yemeğin içinden çıkarıp kemiklerinden ayırın ve didikleyin. Tekrar tencereye alın. Karabiber ekleyin. Tokmakla veya bir kepçe yardımıyla iyice kıvam alana kadar dövün. Tereyağını eritip pul biber ekleyin. Sıcak keşkeği tabaklara alıp üzerine pul biberli tereyağı gezdirip servis yapın.

NOT: Kemikli eti önceden suda bekletip kemik kırıklarını iyice temizleyin.



Arpanın kullanım alanının ne kadar geniş olduğunu göstermek adına İtalya'da risotto pirincine ikame olduğundan bahsetmek istiyorum. Risotto için kullanımı uygun olan Carnaroli ve Arborio pirincini el altında bulundurmak her zaman mümkün olmaz.
Arpa mütevazı kimliğiyle daha uygun fiyatlı olduğu ve daha kolay bulunduğu için kavuzsuz arpa ile de risotto yapılır. Çabuk pişmesi adına kabuğu soyulmuş arpa kullanırsanız daha iyi sonuç alırsınız. İtalyanca arpa "orzo" ve arpalı risottoya da "orsotto" deniliyor. Ekonomik sebepleri bir tarafa bırakırsak, bu konunun yerli üretimi destekleyerek ve daha sağlıklı olanı tercih etmekle ilgili olduğunu düşünüyorum. Madem risotto menülerimizde arz-ı endam ediyor o zaman kendi ürünümüzle yapmak çok daha mantıklı olacak. Bizim olan ve bizden olan her zaman daha değerli...



aklınızda bulunsun!

Dilerseniz bozayı süzmeden içerek, siyez bulgurunun liflerinden de faydalanabilirsiniz. İçerdiği yüksek enerji miktarından dolayı kilo kontrolü yapanların dikkatli tüketmesi önerilir.

Evde Boza Yapımı

BOZA, İÇERDİĞİ AKTİF MAYALAR VE FAYDALI BAKTERİLER SAYESİNDE PROBİYOTİK BİR İÇECEKTİR. TAM DA MEVSİMİ OLAN BU ŞİFALI İÇECEĞİ EVDE YAPIP İÇMENİZİ ÖNERİRİZ.

EV YAPIMI BOZA

6-8 KİŞİLİK

1 su bardağı siyez bulguru
1 Türk kahvesi fincanı pirinç
8 su bardağı su
1 Türk kahvesi fincanı ılık su
1 çay kaşığı kuru maya
1 su bardağı toz şeker

Bulgur ve pirinci yıkayıp geniş bir tencerenin içine alın. Üzerine 8 su bardağı suyu ekleyip kaynamaya bırakın. Kaynamaya başladığında ocağı kısıp dibinin tutmaması için arada karıştırarak pişirmeye devam edin.

Mayayı 1 kahve fincanı ılık su ile karıştırın. İyice eriyen bulgur ve pirinç karışımına şekeri ekleyin ve karıştırın. Bu aşamada toz şeker karışımı sulandıracaktır. 10 dakika kadar karıştırarak ocağın üzerinde tutun. Ocaktan alıp blender ile pürüzsüz bir kıvam alana kadar çekin ve ılınmaya bırakın.

Mayayı eklemeden önce karışımın içine parmağınızı batırın ve sekize kadar sayın. Eğer ısıya dayanabiliyorsanız karışım mayayı eklemek için ideal sıcaklıkta demektir. Bu ısıya geldikten sonra mayayı ekleyip tamamen eriyene kadar karıştırın.

Geniş bir kasenin üzerine tel bir süzgeç oturtun ve boza karışımını süzün. Bozayı şişelere doldurarak oda ısısında 2 gün mayalanmaya bırakın. 2 günün sonunda mayalanan ve hafifçe ekşiyen bozayı 2-3 gün buzdolabında muhafaza ederek tüketebilirsiniz.



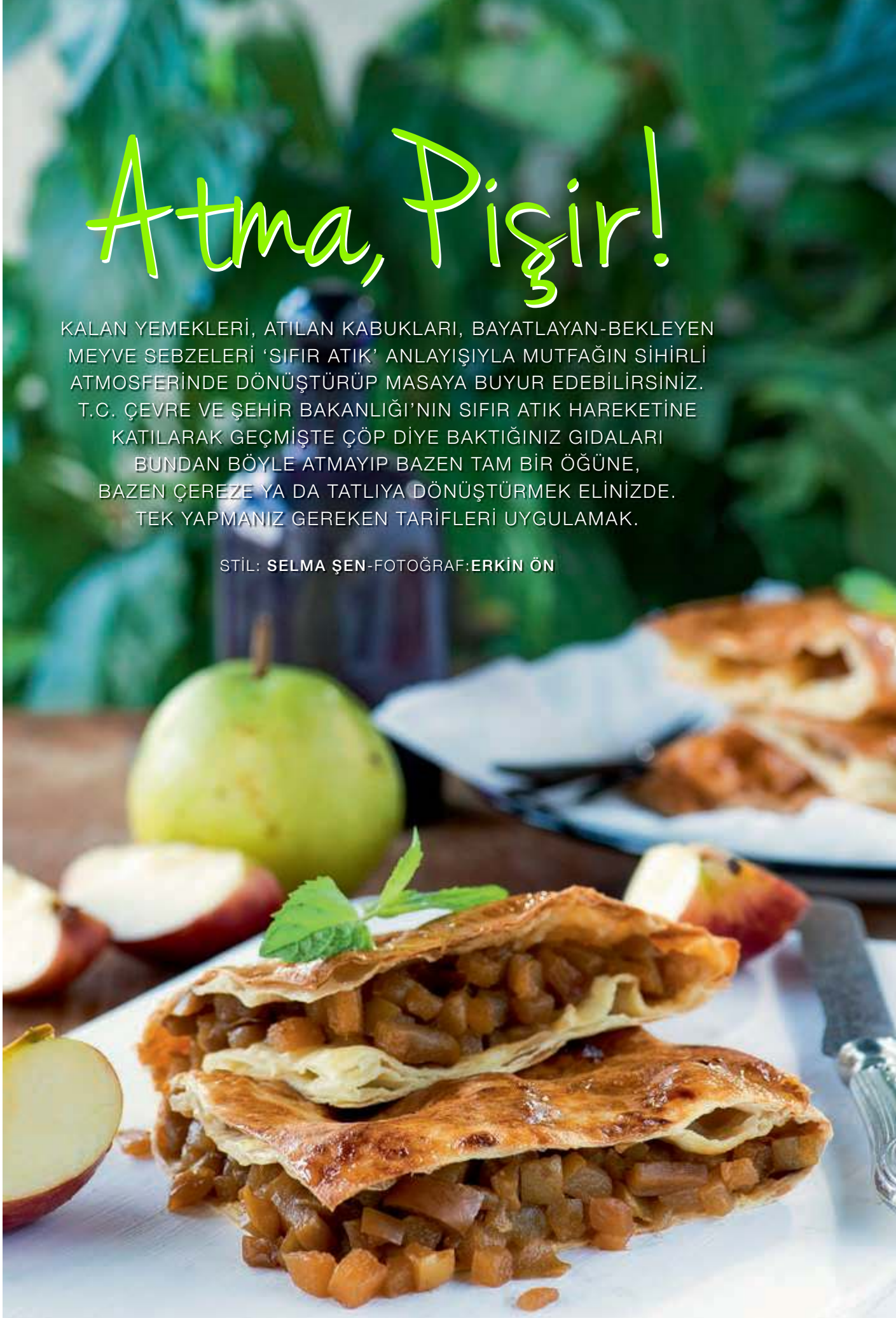
BOZANIN FAYDALARI

- İçerisindeki aktif mayalardan dolayı anne sütünü artırır.
- Nitrozamin gibi kanserojen maddelerin vücuttaki oluşumunun önlenmesine ve enfeksiyonlara karşı vücudun direncinin güçlenmesine yardımcı olur.
- Zengin protein ve B vitamini sayesinde enerji ihtiyacı fazla olan kişiler, hamileler ve sporcular tarafından tercih edilir.
- Hazmı kolaylaştırır ve sindirim sistemini rahatlatır. Stresi azaltır. Zihinsel yorgunluğunuza iyi gelir. Yatıştırıcı etkisi vardır.
- Cildi nemlendirip yumuşatır, parlak ve sağlıklı bir görünüm kazandırır.

Atma, Pişir!

KALAN YEMEKLERİ, ATILAN KABUKLARI, BAYATLAYAN-BEKLEYEN MEYVE SEBZELERİ ‘SIFIR ATIK’ ANLAYIŞIYLA MUTFAĞIN SİHİRLİ ATMOSFERİNDE DÖNÜŞTÜRÜP MASAYA BUYUR EDEBİLİRSİNİZ. T.C. ÇEVRE VE ŞEHİR BAKANLIĞI’NIN SIFIR ATIK HAREKETİNE KATILARAK GEÇMİŞTE ÇÖP DİYE BAKTIĞINIZ GIDALARI BUNDAN BÖYLE ATMAYIP BAZEN TAM BİR ÖĞÜNE, BAZEN ÇEREZE YA DA TATLIYA DÖNÜŞTÜRMEK ELİNİZDE. TEK YAPMANIZ GEREKEN TARİFLERİ UYGULAMAK.

STİL: **SELMA ŞEN**-FOTOĞRAF:**ERKİN ÖN**





MEYVELİ TATLI BÖREK

4-6 KİŞİLİK

- 3 adet yumuşamış armut
- 3 adet yumuşamış elma
- 1 su bardağı+ 1 tutam toz şeker
- Yarım çay kaşığı tarçın
- 2 adet yufka
- 1 yemek kaşığı süt
- 1 adet yumurta

Kalmış, yumuşamış armut ve elmaları kabuklu olarak iyice fırçalayıp yıkayın ve kurulayın. Daha sonra küçük küp şeklinde doğrayıp tavaya alın. Üzerine 1 su bardağı toz şeker ve tarçın ekleyip soteleyin.

Ayrı bir yerde süt, yumurta ve bir tutam toz şekeri çırpın.

1 adet yufkayı düz bir zemine yayın. Üzerine sütlü karışımdan sürün. Meyveli harcın yarısını yufkanın üzerine yerleştirin ve zarf şeklinde katlayın. Kalan yufkaya da aynı işlemi uygulayın. Üzerlerine kalan sütlü karışımdan sürün. Fırın tepsisine yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişirin. Ilık olarak servis yapın.

AKLINIZDA BULUNSUN!

Bu pratik tatlıyı mevsimine göre uzun süre kalmış, yumuşamış tüm meyvelerle hazırlayabilirsiniz.

NOHUT ÇEREZİ

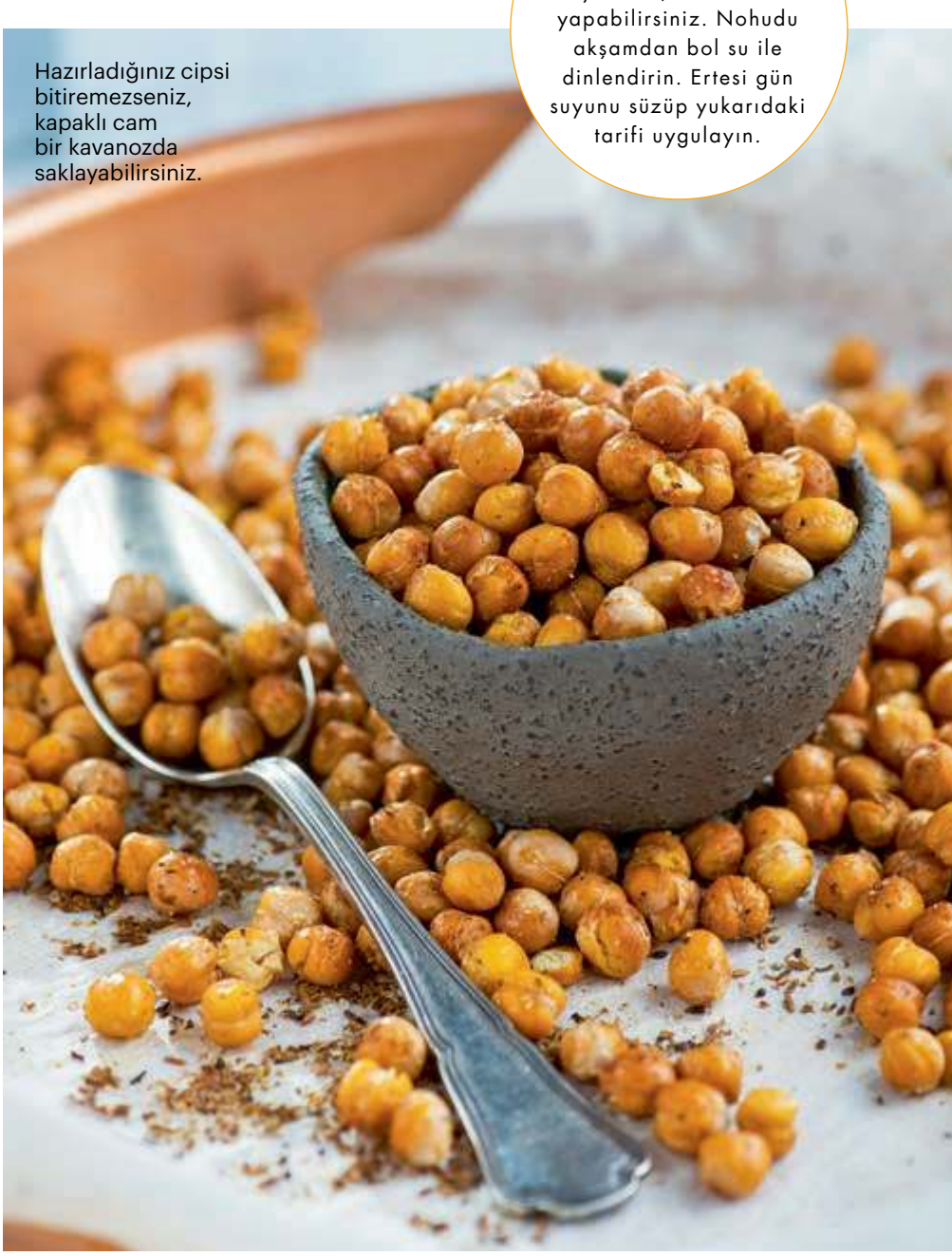
8 KİŞİLİK

- 2-3 su bardağı kalmış nohut yemeği
- Yarım çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı kimyon
- Yarım çay kaşığı karabiber
- Yarım çay kaşığı toz kırmızı biber
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı

Kalmış nohut yemeğinizin suyunu süzüp sudan geçirin ve kurulayın. Geniş bir kaba alıp üzerine kalan malzemeyi ilave edin. İyice harmanlayıp, pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine alın. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında kıtırlaşana kadar yaklaşık 30-40 dakika pişirin. Ilık olarak servis yapın.

AKLINIZDA BULUNSUN!

Bu cipsi uzun süre kilerinizde kalıp bayatlamış nohuttan da yapabilirsiniz. Nohudu akşamdan bol su ile dinlendirin. Ertesi gün suyunu süzüp yukarıdaki tarifi uygulayın.



Hazırladığınız cipsi bitiremezseniz, kapaklı cam bir kavanozda saklayabilirsiniz.

YER ELMASI CİPSİ

4 KİŞİLİK

- 5-6 adet yer elması kabuğu
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- Yarım çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı tuz

Yer elması kabuklarını iyice fırçalayıp yıkayın. Daha sonra geniş bir kaba alın. Üzerine zeytinyağı, karabiber ve tuz ilave edip iyice karıştırın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine üst üste gelmemesine dikkat ederek yerleştirin. Önceden ısıtılmış 165 derece fırında ve fansız olarak 30 dakika çıtır çıtır olana kadar pişirin.

Her fırının pişerken kurutma derecesi farklı olabilir. Dolayısıyla yer elması kabuklarını pişirirken ara sıra kontrol etmenizde fayda var.

AKLINIZDA BULUNSUN!

Çorbanın kendi tuzu olduğundan sosa dönüştürürken ilave tuz eklemenize gerek yoktur.





DOMATES ÇORBASINDAN SOS

4-6 KİŞİLİK

- 3-4 su bardağı kalmış domates çorbası
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı karabiber
- Yarım çay kaşığı kimyon
- Yarım çay kaşığı pul biber
- 1 dal biberiye
- 1 kahve fincanı ılık su
- 2 yemek kaşığı nişasta

Kalan çorbayı 15-20 dakika kısık ısıda kaynatıp çektirin. Kıvam aldığında bir miktar koyulaşacaktır. Üzerine baharatları ve elinizle yapraklarını sıyırdığınız biberiyeyi ekleyin. 5 dakika pişirip blender'den çekin.

Ayrı bir yerde su ve nişastayı iyice çırpın. Çorbaya yavaşça ilave edip hızlıca karıştırın. 2 dakika daha kısık ısıda pişirip ocaktan alın.

Kış mevsiminde kullanmak için sonbaharda derin dondurucuda sakladığınız domateslerden yaptığınız domates çorbanız kalır ise atmak yerine sos yapabilirsiniz. Bu sosu kızartmalarda, köftelerde ve makarnalarda değerlendirebilirsiniz.

SEBZE KABUKLU EKMEK

1 ADET

- 2 adet patlıcanın kabuğu
- 2 adet kabağın kabuğu
- 300+30 ml oda ısısında su
- 130 gram ekşi maya
- 450 gram buğday unu
- 55 gram tam buğday unu
- 10 gram tuz

Patlıcan ve kabak kabuklarını iyice fırçalayıp yıkayın ve kurulayın. Daha sonra fırın tepsisine yerleştirip, önceden ısıtılmış 170 derece fırında kuruyana kadar pişirin. Mutfak robotuna alıp, ister toz haline isterseniz de parçalı kalacak şekilde çekin.

300 ml su, maya ve unları derin bir kaba alıp pürüzsüz bir kıvam alana kadar yoğurun. Üzerini mutfak havlusu ile kapatıp oda ısısında 30 dakika dinlendirin.

30 ml oda ısısında su ve tuzu iyice karıştırıp tuzu eritin. Daha sonra hamura ilave edin. Sebze kabuklarını da katıp 15 dakika yoğurun. Üzerini kapatıp oda ısısında 1 saat dinlendirin. Sürenin sonunda hamuru zarf şeklinde katlayın ve üzerini örtüp 1 saat dinlendirin. Aynı işlemi 2 kez daha tekrarlayın.

Geniş bir kabı unlayıp hamuru kaba alın. Üzerini kapatıp 12 saat buzdolabının alt rafında dinlendirin. Buzdolabından çıkarıp oda ısısında 10 dakika dinlendirin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış dilediğiniz şekilde bir kalıba ya da 210 derece fırında ısıtılmış kapaklı döküm tencereye yerleştirin. Tencerenin kapağını kapatıp önceden ısıtılmış 210 derece fırında 20 dakika pişirin. Tencerenin kapağını açıp, fırının ısısını 200 dereceye düşürün ve 15 dakika daha pişirin. Fırından alıp üzerini mutfak havlusu ile kapatın. 10-15 dakika dinlendirin. Dilimleyip servis yapın.

AKLINIZDA BULUNSUN!

Mevsimine göre tüm sebzelerin kabuklarını fırında kurutup ekmek yapabilirsiniz.





TAVUK DERİSİ SOSU İLE TAVUK BUT

6 KİŞİLİK

- 6 adet tavuk but
- 3 diş sarımsak
- 1 su bardağı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı elma sirkesi
- 1 yemek kaşığı bal
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı kuru biberiye veya 2 dal taze biberiye
- 1 çay kaşığı kekik
- Tuz

Tavukların derilerini çıkarıp pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 30-40 dakika pişirip kurumalarını sağlayın. Derileri blender'e alın. Üzerine tavuk butları dışında kalan tüm malzemeyi ilave edin. Blender'den çekip çukur bir kaba alın. Kürdan yardımıyla her bir tavuk budun üzerlerine 5-6 yerinden delikler açın. Daha sonra sosa iyice bulayın. Gerekirse elinizle yedirin ki sos deliklerden girsin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35-40 dakika pişirin. Ilık olarak servis yapın.

Tavuk derilerini atmak yerine sosa dönüştürüp tavuk, hindi ve bıldırcın gibi kanatlılarda üzerlerine sürüp fırınlayabilirsiniz.

PORTAKAL VE MANDALİNA KABUKLU KEK

6-8 KİŞİLİK

- 2 adet portakalın kabuğu
- 2 adet mandalinanın kabuğu
- 3 adet yumurta
- 1 su bardağı toz şeker
- 1 su bardağı süt
- Yarım su bardağı zeytinyağı
- 3 su bardağı tepeleme un
- 1 paket vanilya
- 1 paket kabartma tozu

Portakal ve mandalina kabuklarını iyice fırçalayıp yıkayın ve kurulayın. Daha sonra pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine alın. Önceden ısıtılmış 165 derece fırında 30 dakika pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın. Sonra mutfak robotundan çekip toz haline getirin.

Ayrı bir yerde yumurta ve toz şekeri çırpın. Süt ve zeytinyağı ilave edip karıştırın. Üzerine un, vanilya, kabartma tozunu eleyerek ekleyin ve çırpın. Portakal ve mandalina tozunu katıp karıştırın. Yağlanmış orta boy yuvarlak kek kalıbına döküp, önceden ısıtılmış 170 derece fırında 45 dakika pişirin. Fırından alıp üzeri kapalı olarak 5 dakika dinlendirin. Dilimleyip servis yapın.





PIRASA KABUKLU OMLET

2 KİŞİLİK

- 1-2 adet pırasanın atılan dış kabukları
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 2 adet yumurta
- 1 çay kaşığı süt
- Tuz, karabiber

Pırasaların atılan dış kabuklarını iyice fırçalayıp yıkayın ve kurulayın. Daha sonra incecik kıyın.

Tereyağını tavaya alıp eritin. Kabukları ekleyip yumuşayana kadar karıştırarak kavurun. Tuz ve karabiber ilave edin. Bir- iki kez karıştırıp ocaktan alın.

Yumurtaları derin bir kaba alın. Üzerine süt ekleyip iyice çırpın. Yağsız tavada biraz pişince, omletin yarısının üzerine pırasalı harcı yayın. Omletin diğer parçasını pırasalı harcın üzerine kapatıp pişirin. Tavadan alıp dilimleyin. Sıcak olarak servis yapın.

LEBLEBİ UNLU KURABİYE

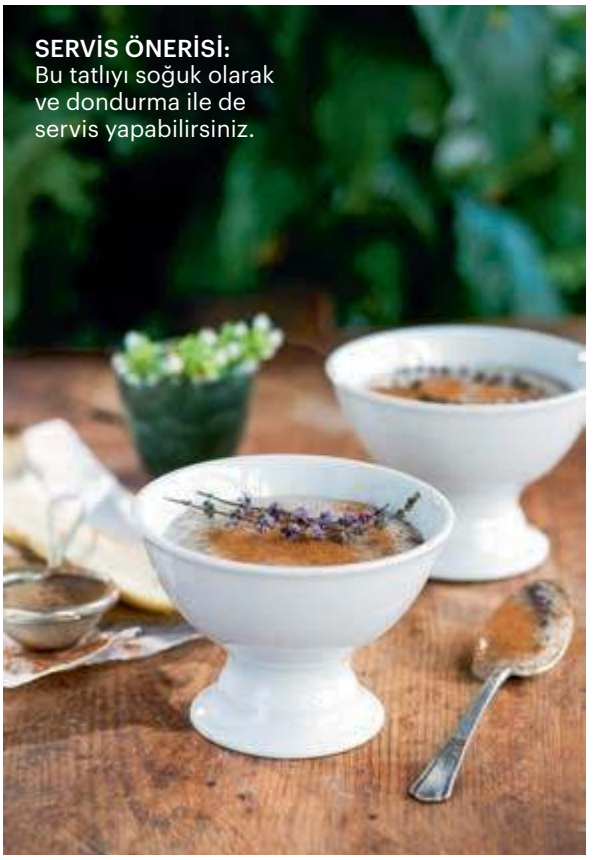
6 KİŞİLİK

- 180 gram bayat leblebi
- 100 gram oda ısısında tereyağı
- 1 adet yumurta
- 110 gram toz şeker
- 100 gram damla veya parça çikolata
- 1 paket vanilya
- 1 paket kabartma tozu
- 1 tutam tuz

Leblebiyi fırın tepsisine alıp, önceden ısıtılmış 160-170 derece fırında 30 dakika pişirin. Daha sonra fırından alıp 5 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda mutfak robotunda un haline getirin.

Ayrı bir yerde oda ısısındaki tereyağı ile yumurtayı iyice çırpın. Toz şeker ilave edip çırpmaya devam edin. Üzerine leblebi unu ve kalan malzemeyi katıp yoğurun. Hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp iki elinizin arasında şekil verin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında 20 dakika pişirin. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.





SERVİS ÖNERİSİ:
Bu tatlıyı soğuk olarak ve dondurma ile de servis yapabilirsiniz.

MUZ KABUKLU PUDİNG

4-6 KİŞİLİK

- 2 adet büyük boy muz kabuğu
- 7 su bardağı süt
- Yarım su bardağı toz şeker
- 1 su bardağı buğday nişastası

ÜZERİ İÇİN

- 1-2 tatlı kaşığı tarçın

Muz kabuklarını iyice fırçalayıp yıkayın ve kurutun. Daha sonra küçük olacak şekilde gelişigüzel doğrayın. Süt ve muz kabuklarını blender'den çekip püre haline getirin. Tencereye alıp üzerine kalan malzemeyi ilave edin. Çıpma teli ile iyice karıştırın. Ocağa oturtup kısık ısıda ve sürekli karıştırarak pişirmeye başlayın. Kıvamı koyulaşınca 1 dakika daha karıştırarak pişirmeye devam edin. Ocaktan alıp dilediğiniz şekildeki kuplara veya kaselere pay edin. Ilındıktan sonra üzerine tarçın serpin ve servis yapın.

Tarifleri hazırlayan SG İmalathane'nin kurucusu Selda Güleç ve mekanın şefi Canberk Gezer'e teşekkür ederiz.

Fırın Yemekleri

TENCERE YEMEKLERİNE GÖRE YAPIMI SON DERECE BASİT OLAN FIRIN YEMEKLERİ SAĞLIKLI OLMASI AÇISINDAN DA AYRICA TERCİH EDİLİR. AYURVEDİK SAĞLIK VE BESLENME DANIŞMANI DİLŞAT YAŞAR, MUTFAKTA ZAMANI KISITLI OLANLARI VE FARKLI TATLARDAN KEYİF ALANLARI MUTLU EDECEK, BAHARATI BOL FIRIN YEMEKLERİ HAZIRLADI.

STİL: **SELMA ŞEN**-FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**



DİLŞAT YAŞAR
a.dilsatyasar
lokmalokma





FIRINDA NOHUTLU BALIK

6 KİŞİLİK

- 6 parça levrek
- 1 çay kaşığı karabiber
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- 400 gram haşlanmış nohut
- 6 diş sarımsak
- 3 adet taze acı biber
- 300 gram rendelenmiş domates (yazdan derin dondurucuya koyduğunuz)
- 1 çay kaşığı kimyon
- 2 adet defne yaprağı
- 2 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz
- 1 tatlı kaşığı tuz

Levreği tuz, karabiber ve 1 yemek kaşığı zeytinyağı ile 10 dakika marine edin.

Zeytinyağı ve kalan malzemeyi derin bir kaba alıp harmanlayın. Karışımı büyük boy fırın tepsisine alın. Üzerine levrekleri yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



FIRINDA BAHARATLI TAVUK

4-6 KİŞİLİK

- 1 adet büyük boy bütün tavuk
- 50 gram tereyağı
- 1.5 yemek kaşığı zerdeçal
- Birer yemek kaşığı kimyon ve kişniş tohumu
- 1 yemek kaşığı pul biber
- 3 diş kıyılmış sarımsak
- 2 adet iri halkalar halinde dilimlenmiş limon
- 2 su bardağı haşlanmış basmati pirinci

Tavuğu iyice yıkayıp kurulayın. Tereyağı, baharatları ve sarımsağı karıştırın. Derisini iki yerden dikkatlice açın ve tereyağlı karışımı derinin altına dikkatlice doldurun. Kalan karışımı tavuğun her tarafına sürün.

Tavuğu limon dilimleriyle birlikte fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 20 dakika pişirin. Fırından alıp üzerini pişirme kağıdı ile kaplayıp 20 dakika dinlendirin. Tavuğu fırın kabından alıp, pirinci kaba alın. Üzerine tavuğu ve limonları yerleştirip pişirme kağıdı ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 10 dakika pişirin. Bu aşamada gerekirse biraz su ilave edebilirsiniz.

Fırından alıp, 20 dakika üzerini pişirme kağıdı ile kapatarak dinlendirin. Haşlanmış pirinci fırın kabında karıştırın. Tavuğu üstüne koyun, pişirme kağıdını hafifçe üstüne kapatarak 10 dakika daha pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

FIRINDA NANELİ KUZU KOL

4-6 KİŞİLİK

- 1 adet kemikli kuzu kol (iri parçalar halinde kesilmiş)
- 1 yemek kaşığı kimyon tohumu
- 6 diş sarımsak
- 4 dal taze nane
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı toz kırmızı biber
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 3 adet defne yaprağı
- 400 gram arpacık soğan
- 250 ml et suyu
- 1 adet halka doğranmış kereviz
- 2 adet kabaca doğranmış havuç
- 200 gram cibes otu ya da ıspanak
- 1 tatlı kaşığı tuz



Kimyon tohumunu yağsız tavada kavurun. Sarımsak ve naneyi dövün. Üzerine kimyon tohumu, tuz, karabiber, kırmızı biber ve zeytinyağını ekleyip iyice karıştırın. Kuzu kol parçalarını sosla iyice ovalayın. Derin bir fırın kabına kuzu kol, defne yaprağı ve arpacık soğanları yerleştirin. Et suyunu ekleyin. Üzerini pişirme kağıdı ile kaplayıp, önceden ısıtılmış 140 derece fırında 90 dakika pişirin. Fırından eti çıkarın, kereviz ve havucu ekleyip 40 dakika daha pişirin. Bir kez daha fırından alıp, cibesi ilave edin ve 5 dakika daha pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

Mükemmel lezzet pratik ambalajında



aynes®
İYİLİK SAĞLIK

Tereyağı

%82 süt yağı içerir

100gr x 15 Adet

www.aynes.com.tr | /aynesgida

FIRINDA KIŞ SEBZELERİ

6-8 KİŞİLİK

- Birer çay kaşığı kimyon, kişniş tohumu ve rezene tohumu
- 1 kg balkabağı (2 santimetre kalınlığında dilimlenmiş)
- 1 adet kabaca ikiye bölünmüş kırmızı soğan
- 2 adet acı kırmızı biber
- 1 baş dişlerine ayrılmış kabuklu sarımsak
- 1 yemek kaşığı rendenlenmiş zencefil
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 500 gram haşlanmış siyah fasulye (yeşil mercimek ya da fasulye de olabilir)
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Birer çay kaşığı karabiber ve zerdeçal
- 150 ml sıcak sebze suyu



Kimyon, kişniş ve rezene tohumunu yağsız tavada 1-2 dakika kavurun.

Sebze suyu dışında kalan malzemeyi derin bir kaba alıp harmanlayın. Üzerine baharat karışımını ekleyip bir kez daha harmanlayın. Orta boy yayvan bir fırın kabına alıp üzerine sebze suyunu gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında ara sıra (bal kabaklarını ezmeden) karıştırarak pişirin. Fırından alıp bal kabaklarını düzenli olarak yemeğin üzerine dizin. Ilık olarak servis yapın.



ADA ÇAYLI KÖFTE VE ARPA ŞEHRİYE

4-6 KİŞİLİK

KÖFTE İÇİN

- 300 gram kıyma
- 1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
- 1 diş dövülmüş sarımsak
- 10 yaprak doğranmış ada çayı
- Yarım rendelenmiş soğan

1 avuç ekmek içi

- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- Birer çay kaşığı tuz ve karabiber

PİLAV İÇİN

- 3-5 yaprak ada çayı
- 300 ml tavuk suyu
- 200 ml krema
- 1 paket arpa şehriye
- Yarım çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı tuz

Köfte için limon kabuğu, sarımsak ve ada çayını tuz ile birlikte dövün. Derin bir kaba tüm köfte malzemesini alıp iyice yoğurun. Harçtan limon büyüklüğünde bezeler koparıp elinizde yuvarlayın ve kenara alın.

Pilav için fırın kabına ada çayı dışındaki pilav malzemesini koyup karıştırın. Üzerine köfteleri yerleştirip ada çayı yapraklarını serpiştirin. Üzerini pişirme kağıdı ile kaplayıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Sürenin sonunda pişirme kağıdını alıp 10 dakika daha pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



FIRINDA HİNDİ BUT

4 KİŞİLİK

- 2 adet büyük boy hindi but
- 1 çay bardağı elma sirkesi
- 2 yemek kaşığı Hindistan cevizi şekeri ya da tozşeker
- 1 çay bardağı portakal suyu
- 1 tatlı kaşığı portakalın rendelenmiş kabuğu
- 2 adet pırasa
- 1 adet tatlı patates ya da patates
- 1 adet halka doğranmış limon
- Yarım çay kaşığı karabiber
- 2 tatlı kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı + bir tutam tuz

ÜZERİ İÇİN: 1 yemek kaşığı portakalın rendelenmiş kabuğu

Sirke, şeker, bir tutam tuz, portakal kabuğu ve portakal suyunu bir kaba alın. Kısık ısıda yarısı buharlaşana kadar pişirin. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. Sos ılıdığında hindileri sosla iyice ovalayın.

Ayrı bir yerde irice dilimlenmiş pırasa, irice küp doğranmış patates, limon, tuz, karabiber ve zeytinyağı ile harmanlayın. Daha sonra sebzeleri ve hindi butlarını fırın kabına alın. Hindi butlardan kalan sosu üzerine dökün. Pişirme kağıdı ile hafifçe kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Üzerine rendelenmiş portakal kabuğu serpiştirip, sıcak olarak servis yapın.







#ÇOK ÇEKİCİ



Her köşesi çok çekici ülkeye, çok çekici operatör yakışır.
Yüksek hız ve kaliteli çekim gücüyle; Turkcell'le bağlan hayata!

Kapsama, baz istasyonu ve coğrafi koşullara göre değişiklik gösterebilir. Detaylar turkcell.com.tr'de.

Kahve Kokusu Evinizi Sarsın!

1871 YILINDA TAHMİS SOKAĞI'NDA FAALİYETE BAŞLAYAN KURUKAHVECİ MEHMET EFENDİ DENEYİMİ İLE KAHVE DEMLEME TEKNİKLERİ İÇİNDE ÖZEL BİR YERE SAHİP OLAN DÖKME TEKNİĞİNİ PÜF NOKTALARI İLE ANLATIYORUZ. GEREKEN APARATLAR VE KALİTELİ KURUKAHVECİ MEHMET EFENDİ KAHVESİ İLE EVİNİZDE BU GÜZEL KIŞ MEVSİMİNDE PROFESYONELLERİN HAZIRLADIĞI LEZZETTE KAHVELER HAZIRLAYABİLİRSİNİZ.









DÖKME TEKNİĞİ

1) En az 600 gram suyu kaynatın. **2)** Damlatıcıya filtre yerleştirin. **3)** Filtreyi hafifçe ıslatın. **4)** Kısa bir süre bekledikten sonra 30 gram (3 yemek kaşığı) iri öğütülmüş kahveyi filtreye boşaltıp tanelerin yüzeyini düzleyin. Demliği cam sürahi üzerine alın, hepsini birden dijital tartının üzerine koyun ve tartıyı sıfırlayın.

BU BİR İLANDIR.



5

5) Kahvenin hazırlanmasında 4 su dökümü gerekir. İlk dökümde sıcak su kahve taneleriyle buluşur. Suyu dış çevreden başlayarak döne döne kahve tanelerinin merkezine doğru dökün. Tartı 60 gram geldiğinde dökmeyi bırakın, tüm kahve tanelerinin suyla temas ettiğinden emin olun. Suyu dökme işlemi 30 saniye sürmelidir. İkinci döküm öncesi 30 saniye bekleyin.

Kahve tanelerinin merkezinden başlayarak döne döne dış kenara doğru ve sonra tekrar merkeze doğru suyu dökün. 90 gram su ilave ederek 150 grama gelin. Bu işlemle su tanelere daha eşit miktarda dağılmış olur. Bu işlem sonrası 50–60 saniye bekleyin.

İkinci döküm sonrası kahve ve su karışımı filtreden damlarken, su kahvelerin seviyesine inince aynı şekilde 100 gram daha su boşaltın. Bu 15–20 saniye sürmeli ve toplam dökülen su miktarı 250 grama ulaşır.

Son ve dördüncü aşamada 100 gram suyu 20 saniyede dökün. Toplamda 350 gram suyu kahve tanecikleri üzerinden geçirerek kahvenizi hazırlamış oldunuz.

KURUKAHVECİ MEHMET EFENDİ

19. yüzyıl sonlarına kadar Türk kahvesi çiğ çekirdek olarak satılıyor, evlerde tavada kavrulduktan sonra el değirmeninde çekiliyor ve içilebiliyordu. Bu durum Mehmet Efendi'nin kahveci dükkânını babasından devralmasına kadar sürer. 1871 yılında işin başına geçen Mehmet Efendi, kahveyi dibeklerde öğüterek müşterilerine hazır olarak satmaya başlar. Böylece İstanbul Tahmis Sokağı'nda taze kavrulmuş, mis gibi kahve kokusu da çevreye yayılmaya başlar. Tahmis zaten "kahve kavurma" demektir. Mehmet Efendi müşterilerine sağladığı bu kolaylıkla kısa bir zaman sonra "Kurukahveci Mehmet Efendi" diye anılmaya başlar. Cumhuriyetten sonra 1934'te soyadı kanununun çıkması ile aile "Kurukahveci" soyadını alır.

Mehmet Efendi 1931 yılında vefat ettikten sonra, işi oğulları Hasan Selahattin, Hulusi ve Ahmet Rıza sürdürür.

Kardeşlerin en büyüğü olan Hasan Selahattin (1897–1944) yurtdışının önemini hemen kavrar ve uluslararası etkinliklere katılır.

Marka Dönemi Hulusi Bey (1904–1934) dönemin gelişen teknolojisini göz ardı etmez ve modern üretimi gerçekleştirir. Ayrıca Tahmis Sokağı'ndaki dükkânın yerine dönemin ünlü mimarı Zühtü Başar'a günümüzde de kullanılmakta olan bir bina inşa ettirir. Aynı dönemde müessese için, dönemin usta grafikeri İhap Hulusi Bey'e bir amblem çizdirir. Bu amblem günümüzde de kullanılmaktadır. Bir süre sonra yönetimi, Londra'da eğitim görmüş olan en küçük kardeş Ahmet Rıza Kurukahveci devralır. Ahmet Bey'in dünyadaki gelişmeleri yakından takip ediyor olması, onu reklama ve müesseseyi çağdaşlaştırma yönünde adımlar atmaya yöneltir. Bu dönemde kahve, parşömenli kâğıt paketlere konur ve bakkallara otomobil ile dağıtılmaya başlanır. Ayrıca Galatasaray Sahne Sokağı'nda bir şube açılır.

Üçüncü ve Dördüncü Kuşak Bugün Kurukahveci'nin yönetiminde üçüncü ve dördüncü kuşak birlikte görev yapmaktalar. 1871 yılında Tahmis Sokağı'nda faaliyete başlayan işletme, günümüzde Y. Dudullu'daki yeni tesisinde üretimini sürdürüyor.

www.mehmetefendi.com





Brunch Keyfi

DEKORASYON ÖNERİLERİ, PRATİK VE LEZZETLİ TARİFLERİYLE MÜKELLEF BİR BRUNCH MASASI HAZIRLAYAN İLKNUR ŞENEL, SAKİN PAZAR GÜNLERİNİZE RENK KATACAK SUNUMLARINI SİZLERLE PAYLAŞIYOR.

YAPIM: **İLKNUR ŞENEL**-STİL: **SELMA ŞEN**-FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**



Taze sıkılmış meyve suları ve sütün içine çubuk tarçın veya çubuk vanilya ekleyip bir süre bekleterek aroma kazanmasını sağlayabilirsiniz. Ev yapımı küçük ekmekleri soğuduktan sonra yarısına kadar kağıtlara sarıp jüt iplerle bağlayabilirsiniz.





Mevsim meyveleriyle hazırlayacağınız reçeller ve marmelatları kuru yemiş ve baharat kullanarak tatlandırabilirsiniz. Baharatları pişmeye yakın eklemenizi tavsiye ediyoruz.
Çubuklar şeklinde kesilmiş salatalık ve havuçlara kararmaması için limon suyu sürebilirsiniz.



PEYNİR PASTASI

10-12 KİŞİLİK

- 200 gram krem peynir
- 200 gram sert beyaz peynir
- Yarım çay bardağı zeytinyağı
- Birer yemek kaşığı zahter ve kavrulmuş susam
- 1 çay kaşığı pul biber
- 2 yemek kaşığı küçük doğranmış yeşil zeytin
- 2 yemek kaşığı nar tanesi
- 2 yemek kaşığı bal

Peynirleri geniş bir kaba alıp çatal yardımıyla ezin. Dilediğiniz bir kalıba bastırarak şekil almasını sağlayın. Üzerini streç filmle kapatıp sertleşene kadar buzdolabının alt rafında dinlendirin. Sertleştikten sonra servis tabağına alın.

Zeytinyağı, zahter, susam, pul biber ve zeytini bir kavanoza alıp iyice karıştırın. Peynirin üzerine serpin. Nar taneleriyle süsleyip bal gezdirin ve servis yapın.





SUCUKLU PATATES

4 KİŞİLİK

- 2 adet patates
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 adet sivri biber
- Yarım kangal sucuk
- 1 adet domates
- Yarım su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
- Tuz, karabiber

Patateslerin kabuklarını soyup kesme şeker büyüklüğünde doğrayın. Zeytinyağını tavaya alıp patatesi ekleyin ve orta ateşte yaklaşık 10 dakika kavurun. Küçük doğranmış sivri biber ve sucuğu ilave edip kavurmaya devam edin. Doğranmışdomatesikatın.Tuzvekarabiberini ekleyip domates yumuşayınca kaşar peyniri ilave edin. Tavanın kapağını kapatıp 5 dakika pişirin. Ocaktan alıp sıcak olarak servis yapın.



TRABZON HURMALI CHIA

4 KİŞİLİK

- 2.5 su bardağı Hindistan cevizi sütü
- 2 yemek kaşığı bal
- 5 yemek kaşığı chia tohumu
- 2 adet olgun Trabzon hurması

ÜZERİ İÇİN

- 1 su bardağı irice dövülmüş fındık
- 2 adet yıldız anason
- 2 adet çubuk tarçın

Karıştırma kabına Hindistan cevizi sütü, bal ve chia tohumunu alıp karıştırın. Chia tohumu şişip jelleşene kadar buzdolabında bekletip arada bir karıştırın.

Trabzon hurmasını ikiye kesip kaşık yardımıyla içini çıkarın. Ezip püre haline getirin. Yarısını kaselere pay edin. Üzerlerine chia'lı karışımı paylaştırın. Kalan Trabzon hurmasını üzerlerine ilave edip fındık serpin. Anason ve tarçın ile süsleyerek servis yapın.



PEYNİRLİ GALETTE

6 KİŞİLİK

❄ 125 gram soğuk tereyağı
❄ 1.5 su bardağı un
❄ 5 yemek kaşığı soğuk su
❄ Tuz

DOLGUSU İÇİN

❄ 2 diş sarımsak
❄ 1 adet kırmızı soğan
❄ 1 yemek kaşığı zeytinyağı
❄ Yüzer gram beyaz peynir ve kaşar peyniri
❄ 1 tatlı kaşığı top kekik

ÜZERİ İÇİN

❄ 5-6 adet kiraz domates
❄ 1 adet yumurtanın sarısı

Dolgu malzemesi için dilimlenmiş sarımsak ve halka doğranmış soğanı zeytinyağında hafifçe soteleyin ve ocaktan alın. İçine küp doğranmış peynirleri ve kekiği ilave edip karıştırın.

Küp doğranmış tereyağı, un ve tuzu mutfak robotunda çekin. Tereyağı parçaları bezelye kadar küçüldüğünde suyu ilave edip çok az daha karıştırın. Streç filme sarıp, buzdolabında 1-2 saat dinlendirin.

Hamuru pişirme kağıdı üzerine alıp 30 cm çapında açın ve kenarlarından 3 cm boşluk kalacak şekilde ortasına hazırladığınız harcı yayın. Üzerine ortadan ikiye bölünmüş kiraz domates yerleştirin. Hamurun kenarlarına çırpılmış yumurta sarısı sürün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.

mondihome

TASARIMLA YENİLE HAYATI

Mondi'nin yepyeni kreasyonları ile sen de yenile hayatı!

NOVİTA KONSEPT





Erciyes Holding

0850 222 33 11 / MONDi.COM.TR mondi mondimobilya



Bala Övgü...

KIZARTILMIŞ BİR DİLİM KÖY EKMEĞİNİN ÜZERİNE GEZDİRİLEN BALI HEPİNİZ BİLİRSİNİZ, MUHTEŞEM BİR YEMEKTİR! YANINDA BİR PARÇA PEYNİR, BİRAZ DA TEREYAĞI İLE SADECE KAHVALTI İLE SINIRLAMAK HAKSIZLIK OLUR. DOĞANIN İNSANLIĞA SIRA DIŞI ARMAĞANLARINDAN BİRİ OLAN BALIN MUTFAKTAKİ KULLANIMI ÖYLESİNE FAZLA Kİ KİTAPLAR DOLUSU BİLGİ SUNULABİLİR. YEMEK YAZARIMIZ, YILLARDIR EKİBİMİZİN AYRILMAZ BİR PARÇASI OLAN SEVGİLİ GÜLŞEN YILMAZ, YEMEK DEFTERİNDE YER ALAN VE SIKÇA HAZIRLADIĞI BALLI TARİFLERİNDEN BEŞ TANESİNİ SİZLERLE PAYLAŞIYOR.

STİL: SELMA ŞEN
FOTOĞRAF: ERKİN ÖN

‘Arı gibi çalışkan’ lafını sıkça duyarız. Disiplinli, özverili ve bilinçli bir çalışmadır burada anlatılmak istenen. Tıpkı ifadedeki arılar gibi. Kraliçe arı, binlerce işçi arı aynı kovan içinde benzeri olmayan bir düzen içinde yaşarlar. Kovanın içindeki akıl almayan tertip, balmumu-petek yapımı, kilometrelerce uçup çiçek özüne ulaştıktan sonra hem nektarı, poleni toplamı ritüeli hem de diğer arılara bunun varlığını duyurma yöntemleri akıl alır gibi değil.

Bir işçi arının onca emek karşılığında bir parmağın ucu kadar bal ürettiği tahmin ediliyor. Belki insana göre bireysel bir çaba ancak birlik halindeki yaşamları asıl dikkat çeken.

Yüzyıllarca ilaç ve güzellik için tüketilmiş. Hediye değeri çok yüksek bir besin uzun zaman boyunca. 18. yüzyılın başlangıcında taşınabilir kovanların yaygınlaşması, dumanlama sistemi bal üretimini yaygın hale getirmiş. Bugün gelinen noktada ciddi tatsız detaylar olsa da dileğimiz bilinçli insanların çabalarıyla arının varlığının değerinin hep bilinmesi ve korunması.

Tüm bu negatif durumlara rağmen Anadolu halen çiçek çeşitliliği ve doğa zenginliği açısından arılar için bir cennet. Bölgeye has Kafkas arı çeşidi de oldukça güçlü bir tür. Hakkari’nin Yüksekova, Bitlis’in Karakovan, Rize’nin Anzer, Ege’nin çam balı, meşe balı ve daha nicesi benzersiz bir hazine.

Kimi arı çiçeklere konarken yaptığı bal buram buram çiçek, meyve kokuyor kimi ise ağaçlara sevdalanıp aromasını balına taşıyor. Bal konusunda dünyanın en şanslı coğrafyalarından birinde yaşadığımızın her zaman bilincinde olarak balı yemeyi öneriyoruz sizlere. Damaklara sunduğu şölen bir yana arının sadece bal üretmeyen adeta doğanın dengesini koruyan en önemli canlı olduğunu unutmayalım!



GÜLŞEN YILMAZ

BAL ÇOK KOLAY BOZULMAZ AMA ÖMRÜNÜ UZATMAK İÇİN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN KURALLAR ŞU ŞEKİLDE

Buzdolabında değil oda ısısında saklanmalı, ancak asla güneşle buluşmamalı.

Hava almayan, kapağı sıkıca kapalı bir kavanoz aromasını korumak için en ideali.

Kavanozun içinde bulunan balı bir kaşıkla almaya çalışırsanız hijyen olmasına çok dikkat edin. Bal güçlü olduğu kadar aynı zamanda çok hassas da bir besin.

Kavanoz içinde kristalleşen balınızı çözmek için kavanozu, içine su girmeyecek şekilde sıcak suyun içinde bekletin. Balınız orijinal ise eski haline dönecektir.

BALLI TAVUK PİRZOLA

4 KİŞİLİK

6 adet tavuk pirzola

SOS İÇİN
1 Türk kahvesi fincanı bal
1 Türk kahvesi fincanı zeytinyağı
1 yemek kaşığı hardal
1 Türk kahvesi fincanı soya sosu
1 diş dövülmüş sarımsak
1 tatlı kaşığı kekik
2 dal biberiye
Tuz, karabiber

Sos için bal, zeytinyağı, hardal ve soya sosunu iyice çırpın. Üzerine dövülmüş sarımsak, kekik, biberiye, tuz ve karabiber ilave edip karıştırın. Tavuk pirzolaları teker teker sosa bulayıp bir kaba alın ve üzerini kapatıp bir gece buzdolabında dinlendirin.

Ertesi gün ızgarada önlü arkalı pişirip sıcak servis yapın.



EVDE
YILBAŞI

D&R MUSIC BOOK STORE

YILBAŞI HEDİYESİ
D&R'DAN ALINIR

YÜZ BİNLERCE
KİTAPTA
2.'YE **%50** İNDİRİM



ÇEŞİT ÇEŞİT **YENİ YIL HEDİYESİ D&R'DA**



KUTU OYUNLARINDA
KAÇIRILMAYACAK
FIRSATLAR



TÜM YETİŞKİN **PUZZLE**
ÜRÜNLERİNDE
%25 İNDİRİM



Bu ilandaki kampanyalar 31 Aralık 2020 tarihine kadar geçerlidir ve stoklarla sınırlıdır. Yüz Binlerce Kitapta 2.'ye %50 İndirim, Tüm Yetişkin Puzzle Ürünlerinde %25 İndirim kampanyaları D&R mağazalarında ve D&R Kart ile yapılacak alışverişlerde geçerlidir. Yüz Binlerce Kitapta 2.'ye %50 İndirim kampanyası seçili kitaplarda ve fiyatı düşük olan 2. kitapta geçerlidir. Kampanyalar havaalanı mağazalarında ve dr.com.tr'de geçerli değildir. D&R kampanya koşullarında ve fiyatlarda değişiklik yapma hakkını saklı tutar.

/ DRDunyasi / dr_dunyasi / www.dr.com.tr

MEYVELİ KEK PİZZA

6-8 KİŞİLİK

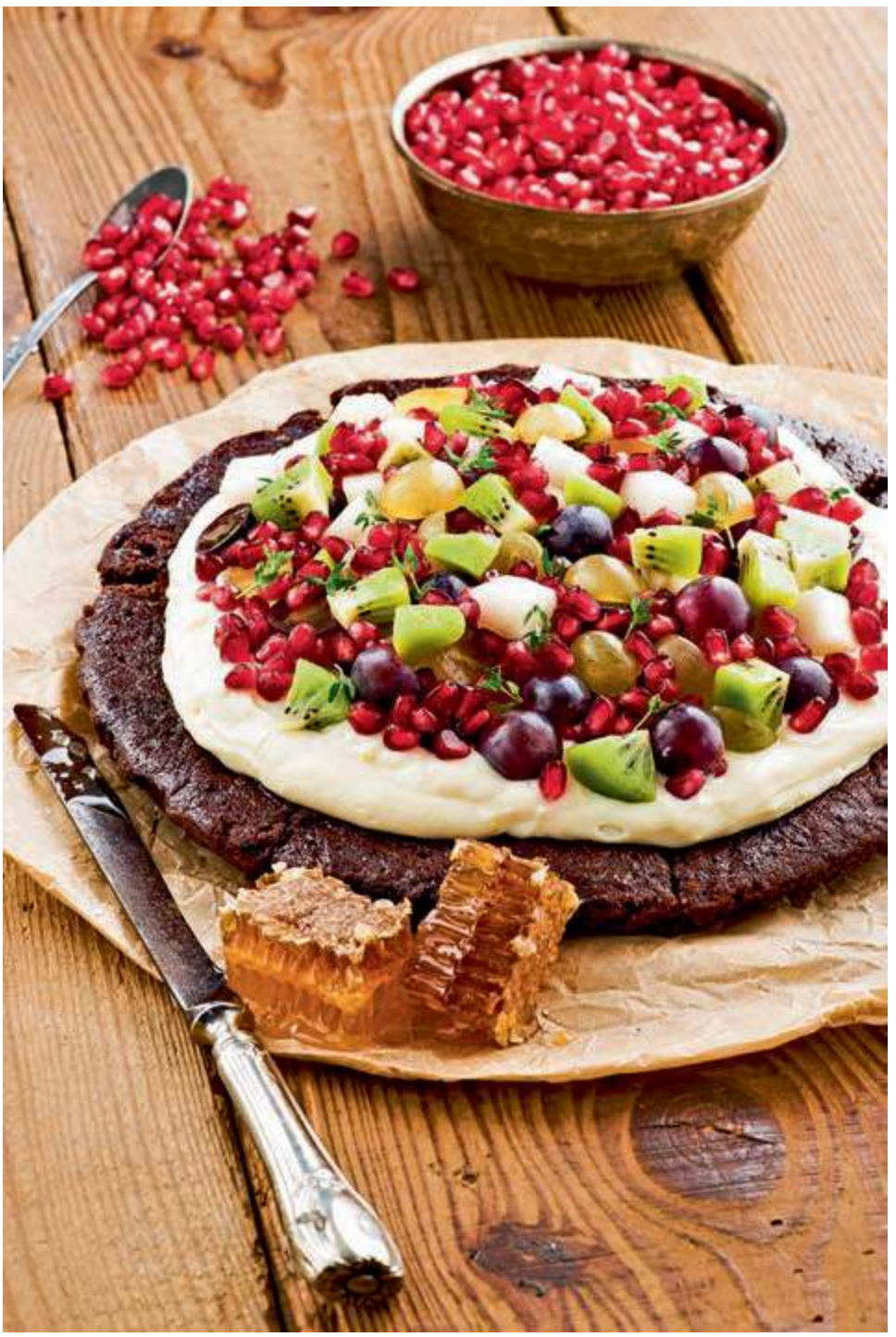
Yarım su bardağı bal
3 adet yumurta
Yarım su bardağı esmer şeker
100 gram tereyağı
1 paket kabartma tozu
1 paket vanilya
1 paket kakao
Aldığı kadar un

KREMA İÇİN

2 yemek kaşığı bal
5 su bardağı süt
1 adet yumurta
2 yemek kaşığı toz şeker
1 paket vanilya
1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
4 yemek kaşığı un
1 tatlı kaşığı tereyağı

ÜZERİ İÇİN

Yarımşar salkım beyaz ve siyah üzüm
Birer adet nar, kivi ve armut
2 dal taze kekik



Krema için tereyağı dışında kalan malzemeyi bir tencereye alıp çırpma teli ile iyice çırpın. Orta ateşte kıvam alana kadar pişirin. Tereyağı ekleyip eriyince ocaktan alın. Mikser yardımıyla 10 dakika çırpıp soğumaya bırakın.

Kek için yumurta ve esmer şekeri kabarana kadar çırpın. Tereyağı, bal, kabartma tozu, vanilya ve kakao ekleyip karıştırın. Akıcı kıvamlı bir hamur elde edene kadar yavaşça un ilave edin. Hamuru ince olacak şekilde pişirme kağıdı ile kaplanmış büyük boy yuvarlak bir kek kalıbına boşaltın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 25-30 dakika pişirin. Fırından alıp ılınmaya bırakın. Servis tabağına yerleştirip üzerine soğuk kremayı yayın.

Üzeri için narı temizleyin, kivinin kabuğunu soyup küp şeklinde doğrayın. Üzümleri taneleyip ikiye kesin. Armudun kabuklarını soyup küp doğrayın. Kekiği yapraklarına ayırıp tüm malzemeyi kremanın üzerine yerleştirin ve servis yapın.



BALLI HAMUR HALKALARI

6-8 KİŞİLİK

1 su bardağı bal
1 adet yumurta
2 yemek kaşığı yoğurt
2 yemek kaşığı sirke veya limon suyu
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Yarım paket (20 gram) yaş maya
Aldığı kadar un

KIZARTMAK İÇİN
Bol ayçiçeği yağı

ÜZERİ İÇİN
Esmer şeker

Bal, yumurta, yoğurt, sirke ve zeytinyağını bir kapta karıştırın. Yaş maya ilave edip karıştırmaya devam edin. Yavaşça un ekleyip yumuşak kıvamlı ve toparlanabilir bir hamur elde edin. Üzerini streç filmle kaplayıp bir gece mayalanmaya bırakın.

Hamurdan limon büyüklüğünde bezeler koparıp şekil verin. Bol ve kızgın ayçiçeği yağında kızartıp kağıt havlu üzerine çıkarın. Sıcakken üzerine esmer şeker serpip servis yapın.



BALLI RULO PASTA

6-8 KİŞİLİK

PANDİSPANYA İÇİN
3 adet yumurta
Yarım su bardağı toz şeker
100 gram oda ısısında tereyağı
Birer paket vanilya ve kabartma tozu
Aldığı kadar un

BALLI HARÇ İÇİN
Yarım su bardağı bal
500 gram tuzsuz lor peyniri
1 adet yumurtanın akı
1 paket vanilya

SÜSLEMEK İÇİN
Frenk üzümü

Pandispanya için yumurta ve toz şekeri çırpın. Tereyağı ekleyip karıştırın. Vanilya ve kabartma tozu ilave edip karıştırmaya devam edin. Akıcı kıvamlı bir hamur elde edene kadar yavaşça un ekleyin. Hamuru pişirme kağıdı ile kaplanmış büyük boy kek kalıbına boşaltıp önceden ısıtılmış 160 derece fırında pembeleşene kadar pişirin.

Ballı harç için bal, lor peyniri, yumurta akı ve vanilyayı iyice çırpın. Pandispanyayı fırından alıp streç film serili düz bir zemine yerleştirin. Fazla soğumadan üzerine lorlu karışımı yayıp streç film yardımıyla rulo şeklinde sarın. Bir gece buzdolabında dinlendirip dilediğiniz şekilde süsleyerek servis yapın.

ZERDEÇALLI BALLI KEK

6-8 KİŞİLİK

3 yemek kaşığı bal
1 tatlı kaşığı toz zerdeçal
3 adet yumurta
1 su bardağı toz şeker
Yarım su bardağı ayçiçeği yağı
1 su bardağı süt
1 paket vanilya
1 paket kabartma tozu
3 su bardağı un

KALIBI YAĞLAMAK İÇİN
1 yemek kaşığı tereyağı

ÜZERİ İÇİN
1 su bardağı bal
Yarım su bardağı esmer şeker



Yumurta ve toz şekeri çırpın. Bal, ayçiçeği yağı ve süt ilave edip karıştırın. Zerdeçal, vanilya, kabartma tozu ve unu eleyerek ekleyip, karıştırın. Tereyağı ile yağlanmış 25-30 cm'lik yuvarlak kek kalıbına boşaltıp önceden ısıtılmış 160 derece fırında 40-45 dakika pişirin.

Üzeri için esmer şekeri tavaya alıp eritin. Biraz karamelize olunca ocaktan alıp bal ekleyin ve karıştırın. Keki servis tabağına ters çevirip çıkarın. Üzerine ballı karışımı gezdirip 1 saat dinlendirin. Dilimleyip servis yapın.



Mucizevi Doğal İksirler

GÜNLÜK YAŞAMIMIZDA ARTIK ÇOK SIK DUYAR HALE GELDİĞİMİZ VİRÜSLE MÜCADELEDE MUTFAĞIN ÖNEMİ BİR KEZ DAHA DİLE GETİRİLİYOR. ZATEN ESKİDEN BERİ BİLDİĞİMİZ, BÜYÜKANNELERİMİZİN YAŞAMINDA ÖNEMLİ BİR YERE SAHİP OLAN BİTKİSEL BAZLI YİYECEK VE İÇECEKLERİ BU VESİLEYLE HATIRLAMAK VE DİYETİMİZDE YER VERMEK KAÇINILMAZ. ÖYLEYSE GELİN BU BESİNLERLE NELER YAPILIR BİR BAKALIM!

BAL

Mucizevi bir besin olan bal kahvaltılarımızın başkahramanı. Muhteşem lezzeti bir yana iyileştirici özelliği ile insanlık tarihinden de çok eski. Eğer ki bu yönünden fayda sağlamak isterseniz size özellikle kestane, meşe ve çam ballarını öneriyoruz. Koyu renkli balların iyileştirici özelliğinin daha yüksek olduğu tespit edilmiş. Özellikle inatçı öksürüklerin yok edilmesinde büyük etken.

Limon ve bal ikilisi, yumuşatıcı ve antiseptik özelliğiyle en çok sevilen ve bilineni. Boğazda görülen semptomları azaltmada etkili. 4 yemek kaşığı taze sıkılmış limon suyu ile 2 yemek kaşığı bal karışımı birer saat aralıklarla içilebilir.

Balın yanına bu kez sirkeyi ekliyoruz. Sirke-bal ikilisi de diğer ikili kadar etken bir içeriğe sahip. 3 tatlı kaşığı elması sirkesi, 3 tatlı kaşığı balla karıştırılıp minik yudumlar şeklinde içilebilir.

Bir de siyah turp ile bir reçetemiz var. Siyah turpun içindeki etken madde öksürük ve soğuk algınlığının giderilmesinde faydalı. Orta boy bir turpun tepesini kapak gibi kesin. İçini sebze oyacağıyla oyup bir kasenin içine yerleştirin. Oyduğunuz kısmın içine 2 yemek kaşığı kadar bal ilave edin. Kestiğiniz parçayı üzerine kapak gibi yerleştirin. 1 gece o ısısında bekletin. Turp bekledikçe suyunu bardağa akıtacak. Bardakta biriken sudan günde 2-3 kaşık içebilirsiniz.



KEKİK

Birçok bitki bazlı pastil, şurubun içinde yer alan kekik özütü özellikle inatçı öksürük ve solunum yolu enfeksiyonlarının tedavi desteğinde tavsiye ediliyor. Özütü evde elde etmek zor olsa da birkaç dal taze kekiği sıcak suda 10 dakika bekletip çay gibi içebilirsiniz.



ZERDEÇAL

Binlerce yıl öncesinde Uzak Doğu kültürlerinde şifa verici olarak kullanılan zerdeçal son yıllarda popülerliği artan baharatlardan biri. İltihap azaltıcı ve antioksidan etkisi olan zerdeçal ile çay yapabilir ya da kaynamış suyla karıştırıp buğu solüsyonu hazırlayabilirsiniz.

ZENCEFİL

ZENCEFİLİN İYİLEŞTİRİCİ ÖZELLİĞİ PANDEMİ DOLAYISIYLA SIK DİLE GETİRİLİYOR. ÖZELLİKLE DE TAZE ZENCEFİL İÇİN. ÖKSÜRÜĞÜ RAHATLATMAK İÇİN KÜÇÜK BİR FORMÜLÜMÜZ VAR. RENDELEDİĞİNİZ TAZE ZENCEFİLİ SICAK SUYLA KARIŞTIRIP 10 DAKİKA BEKLETİN. SÜZÜP ÇAY OLARAK İÇİN VEYA BİR PARÇA TAZE ZENCEFİLİN ÜZERİNE TUZ SERPİP ÇİĞNEYİN.

KARABİBER

Karabiber çayı öksürüğü gidermede bir numaradır. 1 tatlı kaşığı taze öğütülmüş karabiberi 2 yemek kaşığı bal ile karıştırın. Kaynar su ekleyip 15 dakika demleyin. Süzüp içebilirsiniz.



SARIMSAK

Mikrop öldürücü ve lezzetiyle yemeklerin vazgeçilmezi olan sarımsak aynı zamanda iltihap giderici bir özelliğe de sahip. Yemeklerde de bol bol kullanılmasında fayda var. Hatta sarımsak çayının herhangi bir alerjik durum yoksa haftada 2-3 kez içilmesi tavsiye ediliyor.



TUZ

Boğaz ağrılarını gidermede, hafifletmede birçoğumuzun başvurduğu tuzlu gargara ciddi işe yarıyor. Hatta sadece hastalık zamanı değil her zaman olmasa bile sıklıkla uygulanması gerektiği uzmanlar tarafından dile getiriliyor. 1 tatlı kaşığı tuzla ılık suyu karıştırın. Saat başı gargarayı tekrarlayın.



Tatlı Başlangıçlar...

TATLISIYLA ACISIYLA GEÇEN YILI UĞURLARKEN, YENİ UMUTLAR YEŞERTEREK, DİLEKLER DİLEYEREK BUYUR EDİYORUZ GELECEK YILI... MÜJGAN YURTSEVEN, BU HEYECANLI BEKLEYİŞTE YILBAŞI SOFRALARINI TATLILARLA SÜSLEMEK İSTEYENLERİN GÖNLÜNÜ ÇELECEK KESTANELİ, NARLI, BAL KABAKLI PASTALAR VE TATLILAR HAZIRLADI.

STİL: **SELMA ŞEN**
FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**

BAL KABAKLI, KESTANELİ, NARLI PASTA

8-10 KİŞİLİK

BAL KABAKLI KEK İÇİN

- (250 ml'lik bardak ölçüsüyle)
- 3 su bardağı un
- 15 gram kabartma tozu
- 5 gram karbonat
- Yarım çay kaşığı muskat
- Yarım çay kaşığı toz karanfil
- 1 çay kaşığı tarçın
- 2 paket vanilya
- 1 su bardağı ayçiçeği yağı
- 1.5 bardak toz şeker
- 5 adet yumurta
- 1 su bardağı bal kabağı püresi

KREMASI İÇİN

- 4 yemek kaşığı toz şeker
- 3 yemek kaşığı un
- 1 yemek kaşığı mısır nişastası
- 1 adet yumurta
- 3 su bardağı süt
- 1 paket vanilya
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 100 gram beyaz çikolata
- 120 ml krema

NAR PELTESİ İÇİN

- (200 ml'lik su bardağı ölçüsüyle)
- 2 + 1/4 su bardağı nar suyu
- 1/4 su bardağı mısır nişastası
- 1/4 su bardağı toz şeker
- 1/2 bardak ayıklanmış nar taneleri

ARASI VE ÜZERİ İÇİN

- 400 gram kestane şekeri
- 3 yemek kaşığı Hindistan cevizi

Keki için kuru malzemeyi birlikte eleyin.

Yağ ve toz şekeri 3-4 dakika çırpın. Yumurtaları ekleyip kremamsı bir kıvam alana kadar 4-5 dakika çırpın. Bal kabağı püresini ilave edip bu aşamadan sonra spatula ile karıştırın. Kuru malzemeleri üç aşamada ekleyip spatula ile alttan üste doğru karıştırın. 26 cm'lik kelepçeli kek kalıbına tereyağı sürün. Yanlarını 15 cm yükseklikte olacak şekilde pişirme kağıdı ile kaplayın. Kek hamurunu kalıba döküp önceden ısıtılmış 170 derecede fırında 1 saat pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın.

Krema için toz şeker, un, nişasta, yumurta ve sütü tencereye alıp çırpma teli ile karıştırın. Orta ısıda sürekli karıştırarak koyulaşana kadar pişirin. Ocaktan alıp vanilya, tereyağı, beyaz çikolata ve kremayı ekleyin. Mikserle 3-4 dakika çırpın. Kremayı cam kaba alıp üzerini streç filmle kaplayın ve oda ısısına gelince sıkma torbasına aktarıp buzdolabına kaldırın.

Nar peltesi için nar dışında kalan malzemeyi sos tenceresine alın. Orta ısıda sürekli karıştırarak pelte kıvamına gelene kadar pişirin. Ocaktan alıp, ılınınca tanelenmiş nar ekleyin ve karıştırın. Sonra sıkma torbasına aktarıp buzdolabında kaldırın.

Keki enlemesine üç eşit parçaya ayırın. 24 cm'lik çember kalıp ile kenarlarını kesin. Çember kalıbı düz bir tabağa oturtun. İç kenarlarını asetat ile kaplayın (pastanın şeklini koruması için). 1'inci kek parçasını kalıbın içine yerleştirin. Üzerine sıra ile nar peltesi ve kremanın yarısını yayın. Kestanelerin 1/3'ünü kremanın üzerine dizin. 2'nci kek parçasını yerleştirip kremanın kalanını ve kestane şekerinin 1/3'ünü ve narlı pelteyi yayın. 3'üncü kek parçasını koyup, üzerine hafifçe bastırın. Kestane şekeri ve Hindistan cevizi ile süsleyin. Buzdolabında 1 saat bekletin. Kalıbı çıkarıp servis yapın.



BAL KABAĞI PÜRESİ İÇİN...

1 kg bal kabağını dilimleyip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30- 35 dakika pişirin. Blender'den çekip ihtiyacınız kadarını kullanıp kalanı kapaklı cam bir kapta derin dondurucuda saklayabilirsiniz. Bu püreyi çorba, kek ve kurabiyelerde kullanabilirsiniz.



KAKAOLU BAL KABAKLI ÇITIR PROFİTEROL (CRAQUELIN)

35-40 ADET

ÇITIR ÜST KATMAN İÇİN
- 115 gram soğuk tereyağı
- 130 gram esmer şeker
- 115 gram un
- 20 gram kakao
- 1 tutam tuz

PROFİTEROL HAMURU İÇİN
- 150 gram un
- 15 gram kakao
- 150 ml su
- 100 gram tereyağı
- 1 tutam tuz
- 1 çay kaşığı toz şeker
- 2 adet yumurta

BAL KABAKLI KREMA İÇİN
- (250 ml'lik bardak ölçüsüyle)
- 3/4 su bardağı toz şeker
- 3 yemek kaşığı mısır nişastası
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- 1 su bardağı süt
- 3 adet yumurta sarısı
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı vanilya özütü
- 3/4 su bardağı bal kabağı püresi

Çıtır üst katman için tüm malzemeleri blender'den çekin. İki adet pişirme kağıdı içinde 3 mm kalınlığında açın. Düz bir tepsiye alıp dondurucuya kaldırın.

Profiterol hamuru için un ve kakaoyu karıştırın. Su, tereyağı, tuz ve şekeri tencereye alıp ocağa oturtun. Orta ısıda tereyağı eriyip su kaynama noktasına gelince unlu kakaolu karışımı ekleyin. Hamur toparlanana kadar yaklaşık 5 dakika karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. Daha sonra yumurtaları teker teker ekleyin ve bir yandan da mikserin yüksek devrinde 4-5 dakika çırpın. Yumuşak kıvamlı bir hamur elde edin. Sonra sıkma torbasına alın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine 3-3.5 cm çapında sıkın.

Dondurucudaki çıtır üst katman hamurunu 5 cm çapındaki kurabiye kalıbıyla kesip bekletmeden profiterol hamurlarının üzerlerine hafifçe bastırarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında 45 dakika pişirin. 20 dakikadan sonra ısıyı 170 dereceye düşürün. Fırının kapağını açmadan soğumaya bırakın.

Bal kabaklı krema için kuru malzemeyi tencereye alıp karıştırın. Süt ve yumurta sarısı ilave edip koyulaşana kadar karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp tereyağı, vanilya özütü ve bal kabağı püresini ilave edin. Mikserle 3-4 dakika çırpın. Cam bir kaba alıp üzerini streç filmle kaplayın ve soğuması için buzdolabına kaldırın. Sıkma torbasına ince uç takarak soğuyan kremayı torbaya alın.

Tamamen soğuyan çıtır profiterollerin altlarından küçük delikler açın. Bu deliklerden bal kabaklı kremayı doldurup servis yapın.



NARLI, ÇİKOLATALI, KESTANELİ PANNA COTTA

6-8 KİŞİLİK

- 1 çay bardağı tanelenmiş nar
- 60 gram bitter çikolata
- 60 gram közlenmiş kestane
- 600 ml krema
- 150 ml süt
- 120 gram toz şeker
- 1 çay kaşığı vanilya özütü
- 5 adet yaprak jelatin (20 gram)
- 100 ml nar suyu

ÜZERİ İÇİN

- 1 çay bardağı tanelenmiş nar

Yaprak jelatinleri ılık suda 10 dakika ıslatın.

Krema, süt, toz şeker ve vanilyayı tencereye alıp orta ısıda ara sıra karıştırarak ısıtın. Kaynama noktasına gelmeden ocaktan alın. Yumuşayan jelatinlerin suyunu elinizle sıkıp kremalı karışıma ekleyin. Jelatin eriyene kadar karıştırın. Üzerine nar suyunun yarısını ekleyip karıştırın. Karışımın 2/3'ünü porsiyonluk silikon kalıplara pay edin. Üzerlerine nar tanelerini serpiştirin. Koyulaşması için buzdolabında 1 saat kadar bekletin.

Kalan karışımı kısık ısıda hafifçe ısıtıp çikolatayı ilave edin. Çikolata eriyene kadar karıştırın ve ocaktan alın. Ufalanmış kestane ekleyip karıştırın.

Çikolatalı karışımı buzdolabındaki narlı karışımın üzerine kaşıkla yavaşça pay edin. Buzdolabında en az 4 saat bekletin. Servis yapacağınız zaman kalıplardan ters çevirip çıkartın. Üzerlerini narla süsleyip servis yapın.

ÇİKOLATALI, NARLI, BAL KABAKLI PASTA

8-10 KİŞİLİK

- 1 su bardağı tanelenmiş nar

KEK İÇİN
- 6 adet yumurta
- 270 gram toz şeker
- 75 ml ılık su
- 1 tutam tuz
- 150 gram un
- 30 gram mısır nişastası
- 1.5 paket kabartma tozu (15 gram)
- 1 çay kaşığı karbonat
- 1 paket vanilya
- 55 gram bitter kakao

KALIBA SÜRMEK İÇİN:
- 1 tatlı kaşığı tereyağı

KEKİ ISLATMAK İÇİN:
- 100 ml nar suyu

ÇİKOLATALI GANAJ İÇİN
- 200 gram bitter çikolata
- 50 gram beyaz çikolata
- 200 ml krema

NARLI PELTE İÇİN
- 2 + 1/4 su bardağı nar suyu
- 1/4 su bardağı mısır nişastası
- 1/4 su bardağı toz şeker

KREMA İÇİN
- 200 ml soğuk krema
- 200 gram taze peynir (kremamsı kıvamda)
- 100 gram pudra şekeri
- 50 gram eritilmiş beyaz çikolata
- 1 paket vanilya

KARAMELİZE BAL KABAĞI İÇİN
- 300 gram bal kabağı
- 1 su bardağı toz şeker
- 4 yemek kaşığı su

ÜZERİ İÇİN
- Hindistan cevizi, tanelenmiş nar

Kek için yumurtaların sarılarını ve aklarını ayırın. Sarıları toz şeker ve ılık su ile 2-3 dakika çırpın.

Yumurta aklarını ayrı bir kapta bir tutam tuz ile birlikte mikserin yüksek devrinde 5 dakika, kremamsı bir kıvam alana kadar çırpın.

Un, nişasta, kabartma tozu, karbonat, vanilya ve kakaoyu birlikte eleyin.

Yukarıdaki tüm malzemeleri derin bir kapta spatula yardımıyla ve homojen bir kıvam alana kadar alttan üste doğru iyice karıştırın.

20 cm'lik yuvarlak kelepçeli kalıbı tereyağı ile yağlayın. Yanlarını 15 cm yükseklikte olacak şekilde pişirme kağıdı ile kaplayın. Kek hamurunu kalıba döküp önceden ısıtılmış 165 derece fırında 55 dakika pişirin (30 dakika sonra ısıyı 160 dereceye düşürün).

Çikolata ganaj için çikolataları benmari usulü eritip kremayı ekleyin ve karıştırın. Sıkma torbasına alarak buzdolabına yerleştirin.

Nar peltesi için tüm pelte malzemesini sos tenceresine alıp orta ısıda sürekli karıştırarak pelte kıvamına gelene kadar pişirin. Ocaktan alın ve ılınınca sıkma torbasına aktarıp buzdolabına kaldırın.

Krema için kremayı derin bir kapta 3-4 dakika çırpın. Kalan malzemeyi ekleyip homojen bir kıvam alana kadar 3-4 dakika çırpın. Sıkma torbasına alıp buzdolabına kaldırın.

Karamelize bal kabağı için bal kabağını küp şeklinde doğrayın. Toz şeker ve suyu ekleyip orta ısıda karamelize olana kadar pişirin. Ocaktan alıp soğumaya bırakın.

Pastayı birleştirmek için keki enlemesine üç eşit parçaya kesin. Daha sonra 18 cm'lik çember kalıp ile kenarlarını kesin. Dilerseniz kesmeyebilirsiniz de. Çember kalıbı düz bir tabağa yerleştirin. İç kenarlarını asetat ile kaplayın (pastanın şeklini koruması için). 1'inci keki içine yerleştirin. Üzerini nar suyunun 1/3'ü ile ıslatın. Sıra ile çikolatalı ganajın 1/3'ünü gezdirin. Üzerine nar peltesinin, nar tanelerinin, kremanın ve karamelize bal kabaklarının yarısını yerleştirin. 2'nci kek parçasını üzerine koyup aynı işlemi bir kez daha tekrarlayın. 3'üncü kek parçasını yerleştirip kalan nar suyu ile ıslatın. Üzerini elinizle hafifçe bastırın. Kalan çikolatalı ganaj ile kaplayıp nar taneleri ve Hindistan cevizi ile süsleyin. 1 saat buzdolabında dinlendirip servis yapın.

MÜJGAN'IN NOTLARI

1) Pastayı tüketeceğiniz zaman servis tabağına geçirip kalıbı ve asetatı çıkartın.
2) Kremaları, karamelize bal kabağını ve nar peltesini, akşamdan hazırlayıp buzdolabında bekletebilirsiniz. Keki de bir gün önceden pişirebilirsiniz.
3) Asetat, yüksek pastalarda kenarları korumak için kullanılır. Ofis ve kırtasiye malzemeleri satan dükkanlardan temin edebilirsiniz.







KESTANELİ VİŞNELİ BROWNIE

10-12 KİŞİLİK

- 100 gram dondurulmuş vişne
- 100 gram közlenmiş kestane
- 125 gram tereyağı
- 150 gram bitter çikolata
- 2 adet yumurta
- 100 gram toz şeker
- 1 tatlı kaşığı vanilya özütü
- 70 gram un
- 1 tutam tuz

Vişneyi sos tenceresine alıp kısık ısıda suyunu bırakana kadar ısıtın.

Tereyağını sos tenceresine alıp kısık ısıda eritin. Ocaktan alıp, küçük parçalara ayırdığınız çikolatayı ilave edin. Eriyene kadar karıştırın.

Yumurtaları çırpma kabına alıp 7-8 dakika çırpma teliyle kremamsı bir kıvam alana kadar çırpın. Toz şeker ekleyip 2-3 dakika daha çırpın.

Çikolatalı karışım, vanilya özütü ve vişnenin suyunu yumurtalı karışıma ekleyin. Bu aşamada spatula yardımıyla karışımı alttan üste doğru yavaşça karıştırın.

Un ve bir tutam tuzu birlikte eleyip sıvı karışıma ekleyin. Homojen bir kıvam alana kadar spatula yardımıyla alttan üste doğru karıştırın.

Karışımı, tereyağı ile her tarafı yağlanmış 24 cm'lik kare fırın kabına alın. Üzerine vişne ve küçük parçalara ayrılmış kestane serpiştirin. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında 15 dakika pişirin. Dilimleyip servis yapın.



Gastronometro Şeflerinden

Yılbaşı Sofralarına Özel Tarifler

PANDEMİ KAPSAMINDA ALINAN ÖNLEMLER SEBEBİYLE 2021 YILINA EVDE YAPILACAK KUTLAMALARLA "MERHABA" DENECEK. TADINA DOYULMAYAN LEZZETLERLE TAÇLANACAK YILBAŞI SOFRALARI HER YIL OLDUĞU GİBİ BU YIL DA UNUTULMAZ ANLARIN BAŞROLÜ OLACAK. METRO TÜRKİYE BÜNYESİNDE HAYATA GEÇİRİLEN, TÜRKİYE'NİN İLK GASTRONOMİ KEŞİF PLATFORMU GASTRONOMETRO ŞEFLERİ İSE YILBAŞI SOFRALARINIZ İÇİN ÇOK ÖZEL TARİFLER HAZIRLADI.

MENÜ ◆ Fırında Kaz, Kök Sebzelerle ◆ Kestaneli Şehzade Pilavı ◆ Ağır Ateşte Pişirilmiş Kuzu Tandır ve Kök Sebzeler (Fırınlanmış Elma Sosu İle) ◆ Vişneli Ayva Tatlısı ◆ Orman Meyveli Pavlova

FIRINDA KAZ, KÖK SEBZELERLE

Malzemeler

☆ Kaz: 1 adet ☆ Soğan: 2 adet
☆ Havuç: 2 adet ☆ Sarımsak: 1 Baş
☆ Defne yaprağı: 4 adet ☆ Tuz: 2 gr
☆ Metro Chef Tane Karabiber: 2 gr
☆ Metro Chef Kırmızı Toz Biber: 5 gr
☆ Kereviz: 1 adet ☆ Taze kekik: 2 gr
☆ Rozmarin: 2 gr

Brine

☆ Tuz: 50gr ☆ Şeker: 100 gr
☆ Metro Chef Taze Kekik: 20 gr
☆ Metro Chef Taze Rozmarin: 20 gr
☆ Metro Chef Portakal: 2 adet
☆ Metro Chef Limon: 1 adet
☆ Su: 5 litre ☆ Yıldız Anason: 5 gr
☆ Kakule: 5 gr ☆ Karanfil: 5 gr

Kaplamak için glaze sos

☆ Nar Suyu: 100 ml ☆ Esmer Şeker: 20 gr
☆ Soya Sosu: 10 ml ☆ Tavuk Suyu: 50 ml
☆ Bal: 20 gr

HAZIRLANIŞI

1) Brine hazırlamak için portakal ve limon ikiye bölünür, bütün malzemeler bir tencereye alınır ve kaynatılır. 2) Kaynayan su soğutulur ve soğuduğundan emin olduktan sonra kaz içerisine konulur ve en az 24 saat içerisinde bekletilir. 3) Bu işlem kazı pişirmeden önce lezzetlendirmek ve yumuşatmak için yapılır. 4) Bir gün boyunca bekletilen kaz, suyun içerisinden alınır ve ayrı bir tencereye konulur. 5) Bu tencerenin içerisine taze kekik, rozmarin, soğan, sarımsak, havuç, kereviz, defne yaprağı, tane karabiber, toz biber ve tuz atılır, ardından içerisine su konulur. 6) Kaz, orta derece ateşte yaklaşık 2 saat boyunca pişirilir. 7) Piştiğinden emin olmak için kemik kısmı etten rahat ayrılabilmelidir. 8) Ayrı bir tarafta kaplama glaze sosu yapılır. 9) Glaze sos için bütün malzemeler bir tencerede ağda kıvamına gelene kadar kaynatılır ve kazın üstüne sürmek için sos elde edilir. 10) Haşlanan kazın üst kısmına yapılmış olan glaze sürülür ve sebzelerle birlikte fırın poşetinin içerisine konulur. 11) Fırında 1500C'de 1 saat boyunca pişirilir ve her tarafı eşit bir şekilde kızardığında servis edilir.

Metro Türkiye, yeni yılı mutlulukla karşılamak isteyenlere "Evde Yılbaşı" konseptinde yılbaşına özel ev dekorasyon ürünlerinden yılbaşı sofralarını lezzetlendirecek ürünlere, kutu oyunlarından sofra düzenlemesine kadar yeni yıl kutlamasında tüm ihtiyaçları karşılayacak ürün yelpazesini sunuyor. Ayrıca sofra düzeni ve sunum önerilerinden menü oluşturma ipuçlarına kadar farklı tavsiyeleri de müşterileriyle paylaşılıyor.



BU BİR İLANDIR.

Hediyelik Kurabiyeler...

BU YILBAŞINDA SEVDİKLERİNİZİ KENDİ HAZIRLAMIŞ OLDUĞUNUZ KURABİYELERLE MUTLU ETMEK İSTER MİSİNİZ? EVDE BULUNAN BOŞ BİR KAVANOZ, BİR PARÇA AMBALAJ KAĞIDI VE BİR HEDİYE KUTUSU İÇİNE ARZU ÖZMEN'İN TARİFLERİNİ VERDİĞİ KURABİYELERLE DOLDURUP KEYİFLİ BİR SÜRPRİZE DÖNÜŞTÜREBİLİRSİNİZ. ÜSTELİK BU KURABİYELERİ ÇOCUKLARINIZLA BİRLİKTE HAZIRLAYIP AMBALAJLARINI SÜSLEMELERİNE İZİN VERİRSENİZ ONLARIN DA ÇORBADA TUZU OLUR.

TARİF, STİL VE FOTOĞRAF: **ARZU ÖZMEN**
arzununrotasi

MAHLEPLİ TUZLU KURABİYE

30 ADET

- 1 su bardağı ayçiçeği yağı
- Yarım su bardağı oda ısısında su
- 1 tatlı kaşığı şeker
- 1 tatlı kaşığı mahlep
- 1 adet yumurta akı
- 3- 3.5 su bardağı un
- 1 tatlı kaşığı kabartma tozu
- 1 tatlı kaşığı tuz

ÜZERİ İÇİN

- 1 adet yumurtanın sarısı
- Susam ve çörek otu

Yağ, su, tuz, şeker, mahlep ve yumurta akını derin bir kaba alıp iyice karıştırın. Elenmiş unu ve kabartma tozunu harmanlayın. Daha sonra yavaş yavaş diğer karışıma ekleyip yoğurmaya başlayın. 3 su bardağı unu ilave ettikten sonra hamurun ele yapışmayan ve yumuşak kıvamlı olup olmadığına bakın. Kıvama gelmediyse kalan unu da ilave edin ve yoğurun. Hamurdan ceviz büyüklüğünde bezeler koparıp dilediğiniz şekilde elle şekil verin ya da hamuru bütün olarak ve merdane yardımıyla yarım cm kalınlığında açarak kalıpla kesin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Üzerlerine yumurta sarısını sürün. Susam ve çörek otu serpip önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana kadar pişirin.

AKLINIZDA BULUNSUN

Hamuru uzun rulo haline getirdikten sonra streç filmle sarın. Bu şekilde 1-2 hafta derin dondurucuda saklayabilirsiniz. Dondurucudan çıkardıktan sonra oda ısısına gelmesini bekleyin. Daha sonra şekil verip pişirebilirsiniz.



DAMLA ÇİKOLATALI KURABİYE

15-20 ADET

110 gram oda ısısında tereyağı • 125 gram esmer şeker • 1 adet yumurta • 180 gram elenmiş un • 100gram damla çikolata • 40 gram ince çekilmiş ceviz • Bir tutam tuz

Tereyağı ve şekeri iyice karıştırın. Yumurtayı ilave edin. Elenmiş un ve bir tutam tuz ekleyin. En son damla çikolata ve çekilmiş cevizi ilave edin. Çok fazla yoğurmadan, ele yapışmayacak yumuşak bir kıvamlı bir hamur elde edin. İnce uzun silindir şekilde yuvarlayın ve istediğiniz büyüklükte eşit parçalara bölün. Her parçayı avucunuzun ayası ile yuvarlayın ve bastırarak yuvarlak şekiller yapın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine birbirlerine çok yakın olmayacak şekilde dizin (pişerken bir parça yayılacaktır). Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15- 20 dakika ara sıra kontrol ederek, kenarları hafif kızarana kadar pişirin.



SABLE KURABİYE

30 ADET

550 gram un 400 gram soğuk tereyağı 200 gram pudra şekeri 2 adet orta boy yumurta 1 paket vanilya

ÜZERİ İÇİN Pudra şekeri

Un ile küçük küp kestiğiniz tereyağını mikserin düşük devrinde kum gibi olana kadar karıştırın (buradaki püf nokta tereyağının buzdolabından yeni çıkmış ve küçük parçalara bölünmüş olmasıdır). Islak kum kıvamına gelmiş karışıma pudra şekerini ilave edin ve mikserle 30 saniye daha karıştırın. Ardından yumurtaları ve vanilyayı da ilave edin. Hamur homojen bir kıvama gelene kadar 1-2 dakika daha karıştırın. Ardından geniş bir servis tabağını streç filmle kaplayın. Hamuru tabağın büyüklüğünde elinizle açın. Üzerini de streç filme kaplayıp en az 2 saat dinlendirin.

Dinlenen hamuru hafifçe unlanmış tezgahta merdane yardımı ile yarım santim kalınlığında açın. Dilediğiniz şekilde bir kalıp yardımıyla kesin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine 2-3 cm aralıklar bırakarak yerleştirin. Tepsiyi buzdolabında 15 dakika dinlendirin. Dolaptan alıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 12-15 dakika, pişirme kağıdına değen yerleri altın sarısı olana kadar pişirin (üstlerinin rengi değişmeyecek buna dikkat edin). Fırından çıktığında hala yumuşak olacaklardır o nedenle 2-3 dakika fırın tepsisinde dinlendirin. Sonra dikkatli şekilde fırın teline alıp, üzerine pudra şekeri serpin ve soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra servis yapın.

ARZU'NUN NOTLARI

- Tereyağlı olan bu hamur el ısısı ile çok çabuk ısınır. Bu nedenle kalıplarla kestikten sonra tekrar hamuru toparlayıp açmadan önce streç filmle kaplanmış tabağa yerleştirip buzdolabında soğuyup sertleşmesi beklenir. Eğer vaktiniz kısıtlı ise bu işlemi hızlandırmak için derin dondurucuda 5 dakika bekletmeniz de yeterli olacaktır.
- Bu kurabiyenin püf noktası her zaman soğuk hamur ile çalışmanızdır.
- Dilerseniz iki kurabiyenin arasına marmelat sürerek de servis yapabilirsiniz.



ZENCEFİLLİ KURABİYE

20 ADET

3 su bardağı un • 1 tatlı kaşığı toz zencefil • 2 tatlı kaşığı toz tarçın • 6 yemek kaşığı oda ısısında tereyağı • ¾ su bardağı esmer şeker • 1 adet yumurta • Yarım su bardağı üzüm pekmezi • 1 paket vanilya • Yarım tatlı kaşığı tuz

SÜSLEMEK İÇİN

2 adet yumurta akı • 500 gram elenmiş pudra şekeri • 1 tatlı kaşığı limon suyu • Jel ya da toz gıda boyası (renk arzu ederseniz)

Un, tuz, zencefil ve tarçını harmanlayın.

Ayrı bir yerde tereyağı ve esmer şekeri 1 dakika çırpın. Karıştırmaya devam ederek yumurtayı, pekmezi ve vanilyayı da karışıma ekleyin. Üzerine unlu karışımı ilave edip yoğurun. Hamuru unlanmış tezgahın üzerine alın. Elinize yapışıyorsa az az un ilave edin. Merdane yardımı ile açıp, kalıplar yardımıyla kesin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. 10 dakika buzdolabında dinlendirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 8-9 dakika pişirin.

Süslemek için yumurta akına limon suyunu ilave edip karıştırın. Pudra şekerini ekleyin. Karışımı kaşıkla iyice yoğunlaşana kadar karıştırın. Kıvamını anlamak için kaşıkla karışama çizgi çekin çizgi belirli bir noktada 15 saniye kadar duruyorsa kıvamı olmuş demektir. Renklendirmek isterseniz bir-iki damla gıda boyası damlatın ve karıştırın. Sıkma torbasına alıp ince uç takın ve kurabiyelerin üzerini dilediğiniz gibi süsleyin. Kuruduktan sonra servis yapın.

KETEN TOHUMLU DEREOTLU TUZLU KURABİYE

18-20 ADET

250 gram oda ısısında tereyağı • 3 yemek kaşığı ayçiçeği yağı • 2 yemek kaşığı elma sirkesi • 1 adet yumurta + 1 adet yumurtanın akı • 1 paket kabartma tozu • Yarım çay bardağı toz şeker • 2 yemek kaşığı keten tohumu • Bir tutam incecik doğranmış dereotu • 4 su bardağı un • 1 tatlı kaşığı tuz

ÜZERİ İÇİN

1 adet yumurta sarısı, çörek otu veya susam

Tereyağı, ayçiçeği yağı, sirke, 1 adet yumurta, 1 adet yumurtanın akı, tuz, kabartma tozu, toz şeker, keten tohumu ve dereotunu derin bir karıştırma kabına alın. Çırpma teli yardımı ile karıştırın. Ardından unu azar azar ilave edip karıştırmaya devam edin. Kulak memesi kıvamında yumuşak bir hamur elde edene kadar un ilave edin ve yoğurun. Unlamış tezgaha alıp ya da iki adet pişirme kağıdı arasında merdane yardımı ile yarım santim kalınlığında açın. Kalıp yardımıyla kesin. Şekillendirdiğiniz hamurları pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Üzerlerine yumurta sarısını sürün. Arzunuza göre çörek otu veya susam serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana kadar pişirin.



Lezzet Denemeleri

TEMEL GIDA KAYNAKLARIMIZDAN OLAN BAKLAGİLLER, YÜKSEK BESİN DEĞERLERİ İLE ET TÜKETMEYENLER İÇİN DE VAZGEÇİLMEZ BİR SEÇENEKTİR. DAHA ÇOK KLASİK TARİFLERLE SOFRALARIMIZA KONUK OLAN BU DEĞERLİ BESİN GRUBU, HAYVANSAL PROTEİN KAYNAĞI OLAN ETTE BULUNAN DOYMUŞ YAĞ VE KOLESTEROL RİSKİNİ DE TAŞIMAZLAR. YEMEK YAZARIMIZ İNCİ BAK FARKLI BİR BAKIŞ AÇISIYLA YORUMLADIĞI BAKLAGİLLERLE SIRA DIŞI TARİFLER HAZIRLADI.

STİL VE YAPIM: **İNCİ BAK**-FOTOĞRAF: **ERKİN ÖN**



BAKLAGİLLERİ PİŞİRİRKEN...

❋ Baklagiller pişirilmeden önce suda bekletilirse gaz yapıcı nitelikleri azalır ve pişirme süreleri kısalır.

❋ Vitamin ve mineral kaybını azaltmak için baklagillerin pişirme suyunu dökmemek ve sularını çektirerek pişirmeye dikkat etmek gerekir.

❋ Soğuk su baklagillerin sertleşmesine neden olacağından pişirme sırasında su eklemek gerekirse sıcak su kullanılmalıdır.

❋ Baklagillerin pişmesini kolaylaştırmak için pişirme sırasında karbonat ve soda eklemek doğru değildir.

BAKLAGİLLERİ SAKLARKEN...

Kapaklı kavanoz veya bez torbalara koyduğunuz baklagilleri doğrudan güneş almayan kuru ve serin bir yerde saklayabilirsiniz.

NOHUTLU DOLAMA BÖREK

10-12 KİŞİLİK

❋ 500 gram böreklik un
❋ 1 çay bardağı + 3 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
❋ 1 çay bardağı süt
❋ 4 adet yumurta
❋ 1 yemek kaşığı toz şeker
❋ 1 su bardağı su
❋ Tuz

HARÇ İÇİN

❋ 3 adet soğan
❋ 1 çay bardağı ayçiçeği yağı
❋ 100 gram tereyağı
❋ 3 su bardağı haşlanmış nohut
❋ Birer tatlı kaşığı karabiber ve kimyon
❋ Yeteri kadar tuz

ÜZERİ İÇİN

❋ Susam, çörek otu

Un, yağ, süt, 3 adet yumurta, 1 adet yumurta akı, toz şeker ve tuzu karıştırın. Azar azar su ekleyip iyice yoğurarak sert kıvamlı bir hamur elde edin. Hamuru 6 bezeye ayırıp, oklava yardımıyla açın.

Harç için yemeklik doğranmış soğanı ayçiçeği yağı ve tereyağında soteleyin. Robottan çekip püre haline getirilmiş nohudu ekleyin. Karıştırarak sotelemeye devam edin. Karabiber, kimyon ve tuz ekleyip karıştırın.

Bir adet yufkayı düz bir zemine yayın. Ortadan ikiye kesin. Geniş tarafına nohutlu harçtan koyun. Sigara böreği gibi sarıp, yuvarlayarak gül şekli verin ve yağlanmış tepsiye yerleştirin. Kalan yufkaları da sarıp tepsiye dizin. Üzerine, kalan yumurta sarısını çırpıp sürün. Susam, çörek otu serpip önceden ısıtılmış 180 derece fırında, ortalama 40-45 dakika pişirin. Ilık olarak servis yapın.





MAŞ FASULYE PİYAZI

4-5 KİŞİLİK

- 1 su bardağı maş fasulyesi
- Yeteri kadar su
- Yarım limon
- 4 adet taze soğan
- Birer demet nane ve maydanoz
- 1 adet kırmızı biber
- 15 adet kiraz domates
- 1 kahve fincanı dilimlenmiş siyah zeytin
- 4-5 yemek kaşığı nar eksisi
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- Tuz

Maş fasulyesini ocağa oturtup, üzerini dört parmak geçecek kadar su ilave edin. Önce harlı ısıda kaynatın. Sonra ocağın altını kısıp tencerenin kapağı açık şekilde 20-25 dakika, maş fasulyesi hafif diri kalacak halde haşlayın. Ocağın altını kapatıp, haşlama suyu içinde soğumaya bırakın. Soğuyan maş fasulyesinin fazla suyunu süzdürün. Limonun rendelenmiş kabuğunu ve suyunu fasulyeye ilave edin. Üzerine kıyılmış soğan, nane, maydanoz, biber, domates, zeytin, nar ekşisi, tuz ve zeytinyağı ekleyip harmanlayın. Arzuya göre pul biberle tatlandırıp, buzdolabında 1 saat dinlendirin. Soğuk olarak servis yapın.

KURU FASULYE PASTASI

8 KİŞİLİK

2 su bardağı kuru fasulye
1 su bardağı dövülmüş badem
1.5 su bardağı toz şeker
3 adet yumurta
2 yemek kaşığı un
1 adet portakalın rendelenmiş kabuğu
1 çay kaşığı vanilya

KEKİ ISLATMAK İÇİN

1 su bardağı soğuk süt veya portakal suyu

ÇİKOLATA SOS İÇİN

125 gram tereyağı
1 adet yumurta
3 yemek kaşığı tozşeker
3 yemek kaşığı kakao

SÜSLEMEK İÇİN

Krem şanti,
toz Antep fıstığı,
dondurulmuş vişne



Akşamdan ıslatılmış kuru fasulyeyi haşlayın ve suyunu süzüp robottan çekin. Derin bir kaba alıp içine badem ve toz şeker ilave edip karıştırın. Yumurtaları bir kapta mikserle çırpın. Fasulyeli karışıma yumurta, un, rendelenmiş portakal kabuğu ve vanilya ekleyin. Tüm malzemeyi karıştırdıktan sonra 26 cm çapındaki kelepçeli kalıba boşaltın. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 20 dakika pişirin. Fırından aldıktan sonra üzerine soğuk süt veya portakal suyu gezdirin ve çekmesi için 10 dakika bekletin.

Çikolata sos için tereyağını bir kapta eritin ve ılınmaya bırakın. Ilındıktan sonra içine yumurta kırın ve mikserle çırpın. Toz şeker ve kakao ekleyip karıştırın. Sosu pastanın her tarafını kaplayacak şekilde üzerine dökün. Donması için buzdolabında 2 saat bekletin. Krem şanti, toz Antep fıstığı ve dondurulmuş vişne ile süsleyip servis yapın.

NOHUTLU TAVUK YAHNİ

4-6 KİŞİLİK

1 adet tavuk
15 adet arpacık soğan
2 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
1 yemek kaşığı domates salçası
1 yemek kaşığı biber salçası
2 su bardağı su
1 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardağı haşlanmış nohut
1 çay kaşığı tuz ve karabiber



Tavuğu irice parçalara ayırıp, yapışmaz yüzeyli tavada yağsız olarak kızartın. Daha sonra geniş ve yayvan bir tencereye yerleştirip kenara alın.

Ayrı bir yerde kabukları temizlenmiş arpacık soğanları yağda soteleyin. Salçaları ve su ekleyip karıştırın. Su kaynayınca tavuğun bulunduğu tencerenin üzerine gezdirin. Tereyağı ve nohut ilave edin. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Kısık ısıda ve kapağı kapalı olarak tavuk yumuşayana kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

LİMONLU MERCİMEKLİ PAZI ÇORBASI

4 KİŞİLİK

❋ 1.5 su bardağı sarı mercimek ❋ 100 gram tereyağı ❋ 2 adet soğan ❋ 3 diş sarımsak ❋ 2 litre su ❋ 2 adet patates ❋ 1 demet pazı ❋ 4-5 dal taze kişniş veya 1 tatlı kaşığı toz kişniş ❋ 1 adet limonun suyu ❋ Yarım tatlı kaşığı toz kimyon ❋ 1.5 tatlı kaşığı tuz ❋ 1 çay kaşığı karabiber

ÜZERİ İÇİN ❋ 1 yemek kaşığı haspir ❋ 1 yemek kaşığı tereyağı



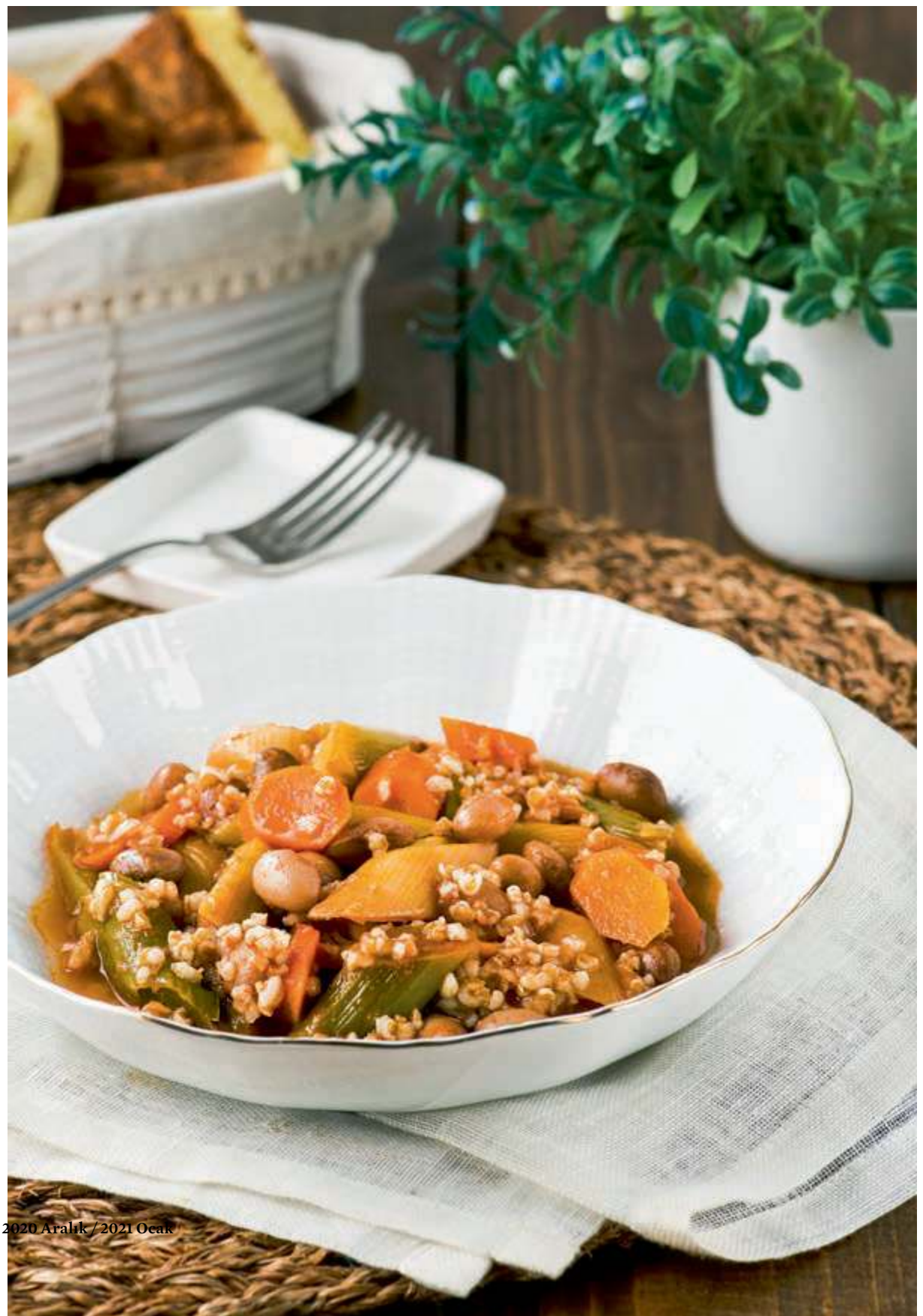
Yağı eritip, ince doğranmış soğan ve sarmısağı yağda kavurun. Daha sonra tencereye yıkanmış mercimeği ve 2 litre suyu ekleyin. Tencerenin kapağını yarım kapatarak, 30 dakika kadar pişirin. Bu sırada patatesleri küçük küpler halinde doğrayın. Pazının sap kısımlarını ayırıp, sadece yaprak kısımlarını ve kişnişi de ince doğrayarak kenara alın. Mercimek 30 dakika pişip iyice açıldıktan sonra, içine patates, kişniş ve pazıyı katın. En son kimyon, limon suyu, tuz ve karabiberi de ilave edip, 15 dakika daha pişmeye bırakın. Haspiri 1 yemek kaşığı tereyağında kavurup çorbanın üzerine gezdirerek servis yapın.

BARBUNYALI PIRASA

6 KİŞİLİK

1.5 su bardağı haşlanmış barbunya
1 kg pırasa
3 yemek kaşığı ayçeçiçeği yağı
1 yemek kaşığı salça
2 yemek kaşığı kalın bulgur
2 su bardağı su
Tuz

Pırasayı ayıklayın ve doğrayın. Bir tencereye aldığınız yağda pırasa ve salçayı soteleyin. Bulgur ve barbunyayı katın. Su ve tuzunu da ilave ettikten sonra önce harlı, sonra kısık ısıda pırasa yumuşayana kadar pişirin.



SÜTLÜ NOHUT ÇORBASI

4-6 KİŞİLİK

- 2 su bardağı nohut
- Yeteri kadar su
- 2 adet soğan
- 5 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı un
- 1 yemek kaşığı kimyon
- Yarımşar çay kaşığı toz kırmızı biber ve karabiber
- 1 su bardağı süt
- 1 adet limonun suyu
- Tuz

ÜZERİ İÇİN

- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 tatlı kaşığı pul biber

SÜSLEMEK İÇİN

- Haşlanmış nohut, kuru nane



Nohudu akşamdan ıslatıp, ertesi gün suyunu süzün. Üzerini dört parmak geçecek kadar su ilave edip haşlayın. Ayrı bir tencerede yemeklik doğranmış soğan ve ezilmiş sarmısağı tereyağı-zeytinyağı karışımında soteleyin. Un ilave edip 2 dakika kavurun. Nohudu suyu ile birlikte ekleyin. Kimyon, toz kırmızı biber, karabiber ve tuz ilave edip, 30 dakika arada bir karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp blender'den geçirin. Süt ve limon suyu ekleyip karıştırın.

Üzeri için tereyağını eritip, pul biber ilave ederek karıştırın. Pul biberin rengi tereyağına çıkana kadar karıştırarak pişirin. Çorbayı servis tabağına alın. Üzerine tereyağlı pul biberi gezdirin. Nohut ve nane ile süsleyip servis yapın.

KIYMALI MEKSİKA FASULYESİ

4 KİŞİLİK

2 su bardağı haşlanmış Meksika fasulyesi
1 su bardağı haşlanmış mısır
2 adet soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Yarım kg kıyma
2 adet domates
4-5 adet kurutulmuş domates
2 diş sarımsak
1 adet çubuk tarçın
1 tatlı kaşığı kişniş
Yarım çay kaşığı kimyon
Yeteri kadar tuz

Soğanı yemeklik doğrayıp, zeytinyağında soteleyin. Kıyma ekleyip, sotelemeye devam edin. Domatesi küp doğrayıp, ilave edin. İkiye bölünmüş kuru domates ve sarımsak ekleyip 1-2 dakika daha soteleyin. Fasulye ve mısır ilave edip 10 dakika pişirin. Tarçın, kişniş, kimyon ve üzerini geçecek kadar sıcak su katıp, 30 dakika pişirin. Ocaktan almaya yakın tarçını içinden çıkarıp, tuzunu ayarlayın. Sıcak olarak servis yapın.





MERCİMEKLİ LAHANA SARMA

6-8 KİŞİLİK

- 1 adet orta boy lahana
- 2 su bardağı yeşil mercimek
- 5-6 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
- 2 adet orta boy soğan
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 su bardağı ince bulgur
- 5-6 dal ince kıyılmış maydanoz
- 3 dal ince kıyılmış nane
- Tuz, karabiber
- Yeteri kadar sıcak su

Lahanayı yıkayıp kök kısmını kesin. Daha sonra geniş bir tencereye koyup haşlayın. Soğuduktan sonra yapraklarına ayırın. Büyük yaprakları ikiye ya da dörde bölün.

Sarmanın içini hazırlamak için yeşil mercimeği haşlayıp süzdükten sonra çukur bir kaba alın. Yağı kızdırıp, yemeklik doğranmış soğanı rengi dönene kadar kavurun. Üzerine salçayı ilave edin. Bir-iki çevirip ocaktan alın ve mercimeğe katın. Bulgur, maydanoz, nane, tuz ve karabiberi de karışıma ekleyin.

Haşladığınız lahana yapraklarına yeterli miktarda mercimekli harç koyup sarın. Lahana ve harç bitene kadar işleme devam edin. Yayvan bir tencerenin dibine iki adet lahana yaprağı yayın. Hazırladığınız sarmaları tencereye yerleştirin. Üzerine bir tabağı ters çevirip kapatın. Tencereye sarmaların yarısına gelecek kadar sıcak su ilave edin. Ocağa oturtup orta ısıda ve ara sıra suyunu kontrol ederek 40 dakika pişirin. Dilerseniz yoğurtla servis yapın.



GÜVEÇTE KURU FASULYELİ YAPRAK SARMA

6 KİŞİLİK

- 2 su bardağı şeker kuru fasulye
- Yeteri kadar su
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 adet soğan
- Birer yemek kaşığı domates ve biber salçası
- 10 adet kurutulmuş domates
- 4 adet kuru kırmızı biber
- Tuz

YAPRAK SARMA İÇİN

- 150 gram küçük boy salamura asma yaprağı
- Yeteri kadar su
- 350 gram kıyma
- 1 adet soğan
- 4 yemek kaşığı pirinç
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- Altışar dal kıyılmış maydanoz ve dereotu
- Tuz, karabiber

Kuru fasulyeyi akşamdan ıslatın. Ertesi gün suyunu süzüp, yumuşayana dek haşlayın ve kenara alın. Tereyağını bir tencereye alıp, ince kıyılmış soğanı rengi dönene dek kavurun. Üzerine salçaları ekleyin. Birkaç dakika daha kavurup üzerine kuru fasulye ve tuz ekleyin. Fasulyenin üzerini 3 parmak geçecek kadar sıcak su katın. Kaynadıktan sonra 5 dakika pişirip ocaktan alın. Kuru domatesleri dörde bölüp, fasulyeye ilave edin. Asma yapraklarını ılık suya koyup, 2-3 kez suyunu değiştirerek 15 dakika bekletin. Daha sonra süzüp kenara alın.

Sarmanın içini hazırlarken, kıymayı geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş soğan, yıkanıp süzülmüş pirinç, biber salçası, maydanoz, dereotu, 1 yemek kaşığı ılık su, tuz ve karabiber ekleyip karıştırın. Bir adet asma yaprağını düz bir zemine alın. Üzerine kıymalı harçtan koyup sarın. İç malzeme bitene dek işleme devam edin. Hazırladığınız sarmaları yayvan bir güveç kabına yerleştirin. Üzerine suyuyla birlikte kuru fasulye ve kuru kırmızı biber katın. Güvecin üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kapatıp, önceden ısıtılmış 170 derece fırında 2 saat pişirin.



BAL KABAKLI ET BORANİ

4 KİŞİLİK

250 gram küp doğranmış bal kabağı
250 gram parça et (tas kebaplık)
3 su bardağı su
3 adet defne yaprağı
1 adet soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı
100 gram haşlanmış nohut
200 gram süzme yoğurt
Birer çay kaşığı tuz, karabiber ve pul biber

ÜZERİ İÇİN
Kuru nane

Eti tencereye alın. Üzerine su ve defne yaprağı ilave edip 25 dakika haşlayın. Haşlama suyundan 1 su bardağını kenara ayırın.

Ayrı bir yerde küp doğranmış soğanı zeytinyağında soteleyin. Et, bal kabağı ve üzerini örtecek kadar et haşlama suyundan ilave edip, kısık ısıda yaklaşık 10 dakika pişirin. Haşlanmış nohut ekleyip karıştırın. Süzme yoğurt ve kenara ayırdığınız 1 su bardağı et suyunu iyice çırpın. Azar azar ve karıştırarak yemeğe ekleyin. Tuz, karabiber ve pul biber ilave edip, 5 dakika daha pişirin. Ocaktan alıp nane serperek servis yapın.

Mevsim Balıkları



YEMEK YAZARIMIZ DİLŞAT YAŞAR, HEM GÖRÜNÜMÜ VE LEZZETİ HEM DE MALZEME SEÇİMİ İLE YARATICILIĞI BİRLEŞTİREREK MEVSİMİN BALIKLARINI SOFRALARINIZA TAŞIYOR. BİLİNÇLİ SEÇİMLERLE SATIN ALDIĞINIZ BALIK VE DENİZ ÜRÜNLERİNİ ARALIK VE OCAK AYLARINDA BOL BOL PİŞİRMENİZİ ÖNERİYORUZ.

STİL
SELMA ŞEN

FOTOĞRAF
ERKİN ÖN

MERCİMEKLİ ACILI USKUMRU

4 KİŞİLİK

▼ 1 kg büyük boy uskumru ▼ 1.5 su bardağı kırmızı mercimek
▼ 2 yemek kaşığı zeytinyağı ▼ 1 tatlı kaşığı hardal tohumu
▼ Yarım tatlı kaşığı kimyon ▼ Yarım tatlı kaşığı rezene
▼ 1 adet doğranmış acı kırmızı biber ▼ 2 adet doğranmış sivri biber
▼ 1 tatlı kaşığı zerdeçal ▼ 2 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz
▼ 1 yemek kaşığı ince doğranmış taze soğan
▼ 1 çay bardağı mısır unu ▼ 1 çay kaşığı karabiber ▼ 2 tatlı kaşığı tuz

KIZARTMAK İÇİN ▼ 1 çay bardağı zeytinyağı



Balıkların derisi üzerinde kalacak şekilde fileto olarak hazırlatın, yıkayın ve kurulayın. 1 tatlı kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ile harmanlayın. Pişirene kadar buzdolabında bekletin. Mercimeği yıkayıp akşamdan ılık suya koyun. Sabah varsa suyunu süzüp kenara alın.

Geniş bir tavaya zeytinyağını koyup ısıtın ve hardal tohumunu 5 dakika kavurun. Kimyon ve rezeneyi ekleyip hepsini birlikte 1-2 dakika kavurun. Acı ve sivri biberleri ilave edip 2 dakika soteleyin. Mercimek, kalan tuz ve zerdeçalı katıp, 10 dakika karıştırarak pişirin. Gerekirse biraz sıcak su katın. Maydanoz ve taze soğanı ekleyip ocağı kapatın.

Balıkları mısır ununa bulayıp zeytinyağında kızartın. Fazla yağını almak için kağıt havlu üzerine alın. Mercimeği servis tabağına koyun. Balıkları üzerine yerleştirip sıcak olarak servis yapın

FIRINDA PATATESLİ HAMSİ

4 KİŞİLİK

1 kg hamsi
900 gram patates
5 yemek kaşığı zeytinyağı
2 adet limonun suyu
3 diş dövülmüş sarımsak
Yarım demet kıyılmış taze nane
Yarım demet kıyılmış maydanoz
2-3 yemek kaşığı ekmek kırıntısı
1 yemek kaşığı mısır unu
Yarım çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz

Patatesleri sebze fırçasıyla yıkayıp incecik dilimler halinde doğrayın ve 1 çay kaşığı tuz ilave ettiğiniz kaynayan suya ekleyin. Patatesleri 5 dakika tencerede bekletip soğuk suya tutun ve kurulayın. 2 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 çay kaşığı tuz ve karabiberle karıştırın.

Limon suyu, 2 yemek kaşığı zeytinyağı, sarımsak, nane ve maydanozu bir kasede çırpın. Başka bir yerde ekmek kırıntısıyla, mısır ununu karıştırın.

Hamsileri orta boy bir fırın kabına birbirlerine değecek şekilde sıkıca dizin. Üzerine limonlu sostan gezdirip patatesleri sıkı bir şekilde dizin. Aynı işlemi bir kez daha tekrarlayıp ekmek kırıntılı karışımı serpiştirin. Üzerine kalan zeytinyağını gezdirip pişirme kağıdı ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişirin. Pişirme kağıdını çıkarıp 20 dakika daha üzeri kızarana dek pişirin ve sıcak olarak servis yapın.





KAĞITTA NARENCİYELİ VE SARIMSAKLI TEKİR

4 KİŞİLİK

▼ 1 kg tekir ▼ 3 diş sarımsak ▼ 4 yemek kaşığı tereyağı ▼ Birer adet portakal, greyfurt ve limon ▼ 1 adet kırmızı soğan ▼ 20 adet taze ada çayı yaprağı ▼ Yarım çay kaşığı karabiber ▼ 1 tatlı kaşığı tuz

SÜSLEMEK İÇİN

▼ Kurutulmuş mandalina dilimleri ve defne yaprağı

Balıkları yıkayıp kuruladıktan sonra tuz ve karabiber ile harmanlayın. Sarımsakları dövüp tereyağı ile iyice karıştırın.

Balıkların boyutundan biraz daha büyük pişirme kağıtları kesip teker teker tezgaha yayın. Üzerlerine incecik ve halka dilimlenmiş portakal, greyfurt, limon ve soğan yerleştirip üçer adet balık koyun.

Bir parça sarmısaklı tereyağı ve birer adet ada çayı yerleştirip pişirme kağıdını zarf şeklinde kapatın. Pişirme ipi ile bağlayın. Her bir ipin iç tarafına 1'er adet kurutulmuş mandalina ve defne yaprağı yerleştirin. Fırın tepsisine koyup önceden ısıtılmış 220 derece fırında 10-15 dakika pişirin

BİBERİYELİ FIRIN PATATES

4 KİŞİLİK

750 gram taze patates
2 yemek kaşığı zeytinyağı
3 dal taze biberiye
1 baş sarımsak
Yarım çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Patatesleri incecik dilimleyip tuzlu kaynar suda 5 dakika haşlayın. Suyunu süzüp kurulayın. Zeytinyağı, karabiber ve tuzla harmanlayın. Biberiye yapraklarını elinizle sıyırıp kıyın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine patatesleri birbirine değmeyecek şekilde yerleştirin. Aralarına kabuklu ve dişlerine ayrılmış sarımsak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 220 derece fırında 30 dakika pişirin. Balıkla birlikte sıcak servis yapın.

PEYNİR VE ISPANAK DOLGULU PALAMUT

4-6 KİŞİLİK

- 2 adet büyük boy palamut
- 250 gram ıspanak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 250 gram tam yağlı beyaz peynir
- 5 diş ezilmiş sarımsak
- 1 adet kırmızı soğan
- 5 dal taze biberiye
- 4-6 adet defne yaprağı
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz

SÜSLEMEK İÇİN

- Limon dilimleri

Bütün olarak kullanacağınız palamutların derisi, kafaları ve kuyrukları üzerlerinde kalacak şekilde kılçığını aldırın. İçlerini dikkatlice yıkayıp kurulayın. Üzerlerine bıçak yardımıyla 2-3 yerinden kesikler atın.

Zeytinyağı, tuz ve karabiberi bir kapta karıştırıp bu sosla palamutları iyice ovun ve pişirene kadar buzdolabında dinlendirin. Ispanakları kaynar tuzlu suya atıp 3 dakika sonra kevgirle alın ve soğuk suya ekleyin. 2-3 dakika sonra suyunu süzüp kurutun ve kıyın.

Peynir, sarımsak ve ıspanağı bir kasede karıştırın. Fırın kabının altına ince doğranmış kırmızı soğan halkaları ve biberiye dizin. Üzerine palamutları yerleştirip içlerini peynirli karışımla doldurun.

Palamutların üzerindeki kesiklere limon dilimi ve defne yaprağı yerleştirin. Önceden ısıtılmış 220 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Palamudun yanmaması ve nem ortamı yaratmak için ilk 10 dakika üzerini pişirme kağıdı ile kapatıp sonra açın (kullandığınız peynir çok tuzlu ise balığı marine ederken tuz oranını düşürebilirsiniz). Sıcak servis yapın.

SULTANİ BEZELYE

4 KİŞİLİK

- 500 gram sultani bezelye
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı tuz

Bezelyeleri temizleyip iyice yıkayın ve kurulayın. Tuzlu suda 3 dakika haşlayıp buzlu suya ekleyin. Suyunu süzüp eritilmiş tereyağında 5 dakika soteleyin. Tuz ekleyip ocaktan alın. Balıkla birlikte servis yapın.



Sultani bezelyeyi mevsiminde derin dondurucuya koyup dilediğiniz zaman yemeklerin yanında garnitür olarak yiyebilirsiniz.

SARIMSAKLI LEVREK ROSTO

4 KİŞİLİK

2 adet deniz levreği
4 yemek kaşığı zeytinyağı
8-10 dal taze kekik veya biberiye
2 yemek kaşığı balzamik sirke veya nar ekşisi
4 baş sarımsak
7-8 adet siyah havuç
4-5 adet havuç
4-5 adet defne yaprağı
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı + 1 çay kaşığı tuz



Levrekleri bütün fileto olarak hazırlatın. Balıkları 1 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 tatlı kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ile ovalayın. Balıkların arasına taze kekik ve defne yapraklarını yerleştirin. Pişirme ipi ile birkaç yerinden bağlayın. Geniş bir tavaya 2 yemek kaşığı zeytinyağını koyup iyice ısıtın. Balıkları dikkatlice tavaya yerleştirip her iki yüzlerini beşer dakika mühürleyin.

1 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 çay kaşığı tuz ve balzamik sirkeyi karıştırın. Baş sarımsakları bütün olarak pişirme kağıtlarına sarıp fırın tepsisine yerleştirin. Havuçları da fırın tepsisine yerleştirip önceden ısıtılmış 220 derece fırında 30 dakika pişirin.

Havuçlar 15 dakika piştikten sonra fırından çıkarıp aralarına balıkları yerleştirin. Fırının ısısını 200 dereceye düşürüp yeniden fırına verin ve 20 dakika pişirin. Servis tabağına alıp yanına enine ikiye kesilmiş sarımsakları koyun. Balzamik sirkeli karışımla birlikte servis yapın.

Pofidik 'Yorkshire Pudding'

PUDİNG DENDİĞİNE BAKMAYIN, TATLI DEĞİL! İNGİLİZLER'İN PAZAR GÜNÜ SEVEREK YEDİKLERİ ROSTO DANA ETİNİN YANINDA OLMAZSA OLMAZIDIR YORKSHIRE PUDDİNG. YAPIMI EN KOLAY HAMUR İŞLERİNDEN BİRİ. GELENEKSEL OLARAK SADECE DANA ETİNİN YANINDA İKRAM EDİLİRMİŞ ESKİDEN ANCAK YAŞLISI, GENCİ, O KADAR ÇOK SEVİYOR Kİ HERKES, ARTIK KUZU, TAVUK VE HİNDİ ETİNİN YANINDA DA YER VERİYOR.

YAZI VE FOTOĞRAF: **ILGIN BEATON**






YORKSHIRE PUDDING

6 KİŞİLİK

- 3 adet yumurta
- 200 ml süt
- Bir tutam tuz
- 125 gram un
- Pişirmede kullanılacak kalıba sürmek üzere ayçiçeği yağı (kuyruk yağı varsa çok daha lezzetli olur)

Yumurtalar, süt ve 1 tutam tuzu çatalla iyice çırpın. Yavaşça unu ekleyip ve çatalla çırpmaya devam ederek boza kıvamından biraz daha akıcı bir hamur elde edin. Buzdolabında 3 saat dinlendirin.

Muffin kalıplarına ayçiçeği yağı veya kuyruk yağı sürün. Önceden 220 derecede ısıtılmış fırında 5-10 dakika boyunca kalıbı ısıtın. Kalıbı fırından alıp her bir göze, yarısını geçmeyecek kadar hamuru paylaştırın.

Bu işlemi çok hızlı bir şekilde, yağın soğumasına izin vermeden yapmak gerekiyor.

Fırının en alttan birinci telinde 15-20 dakika, Yorkshire puddingler kabarıp güzel bir renk alana kadar pişirin. Fazla karartıp yakmamaya dikkat edin ama iyice kabarmadan da almayın fırından.



PÜF NOKTALARI



▼
Yorkshire pudding karışımını ölçme kabı yada sürahide yaparsanız kalıplara dökerken zorlanmazsınız.

▼
Mutlaka çatal ile çırpın, elektrikli mikser kullanmayın.

▼
Yağın önceden ısıtılmış ve çok sıcak olması çok önemli.

▼
Yorkshire pudding için kullanılan kalıp muffin kalıbı kadar derin değildir, o yüzden eğer muffin kalıbı kullanıyorsanız kesinlikle yarısına kadar doldurun, ağzına kadar değil.

▼
Bir kere fırına konduktan sonra asla ve asla fırının kapağını pişene kadar açmayın, aksi halde hemen söneceklerdir.

▼
Üzerine etin suyundan ya da İngilizler'in 'gravy' dedikleri et sosundan dökerek afiyetle yiyebilirsiniz.



Fihrist

Ada çaylı köfte ve arpa şehriye s. 45
Arpa kavurgası s. 21
Arpa keşkek s. 29
Arpalı Beypazarı kurusu s. 24
Badem çorbası s. 13
Baharatlı yılbaşı köftesi s. 18
Bal kabaklı et borani s. 89
Bal kabaklı, kestaneli, narlı pasta s. 67
Ballı hamur halkaları s. 61
Ballı rulo pasta s. 62
Ballı tavuk pirzola s. 58
Barbunyalı pırasa s. 84
Biberiyeli fırın patates s. 93
Çikolatalı, narlı, bal kabaklı pasta s. 70
Damla çikolatalı kurabiye s. 75
Domates çorbasından sos s. 34
Ev yapımı boza s. 31
Fırında baharatlı tavuk s. 41
Fırında hindi but s. 46
Fırında hindi s. 8
Fırında kaz, kök sebzelerle s. 73
Fırında kış sebzeleri s. 44
Fırında naneli kuzu kol s. 42
Fırında nohutlu balık s. 14
Fırında patatesli hamsi s. 92
Fırında sebzeli tavuk s. 15
Filtre kahve s. 48-49
Güveçte kuru fasulyeli yaprak sarma s. 88
Kağıtta narenciyeli ve sarımsaklı tekir s. 93
Kakaolu, bal kabaklı çıtır profiterol s. 68
Kestaneli, vişneli brownie s. 72
Keten tohumlu dereotlu tuzlu kurabiye s. 77
Kıymalı Meksika fasulyesi s. 86
Kuru fasulye pastası s. 81
Leblebi unlu kurabiye s. 39
Limonlu mercimekli pazı sarması s. 83
Mahlepli tuzlu kurabiye s. 75
Mantarlı orsotto (Arpalı risotto) s. 28
Maş fasulye piyazı s. 80
Mercimekli acılı uskumru s. 91
Mercimekli lahana sarma s. 87
Meyveli kek pizza s. 60
Meyveli tatlı börek s. 32
Muz kabuklu puding s. 39
Narlı, çikolatalı, kestaneli panna cotta s. 69
Nohut çerezi s. 33
Nohutlu dolama börek s. 79
Nohutlu tavuk yahni s. 82
Orman meyveli pasta s. 16
Peynir pastası s. 52
Peynir ve ıspanak dolgulu palamut s. 94
Peynirli galette s. 54
Pırasa kabuklu omlet s. 38
Portakal ve mandalina kabuklu kek s. 37
Sable kurabiye s. 76
Sarımsaklı levrek rosto s. 95
Sebze kabuklu ekmek s. 35
Sucuklu patates s. 52
Sultani bezelye s. 94
Sütlü nohut çorbası s. 85
Tavuk derisi sosu ile tavuk but s. 36
Telbine çorbası s. 27
Trabzon hurmalı chia s. 53
Yer elması cipsi s. 34
Yorkshire puding s. 96
Yufkalı ıspanak graten s. 15
Zencefilli kurabiye s. 77
Zerdeçallı ballı kek s. 63
Zeytinli ve küncülü arpa ekmeği s. 23





tepehome.com.tr

Tepe Home®

Jumbo

Zamansız Tasarımlar

Evlerinize Uğur
Sevdiklerinize
Şans Getiren
Jumbo Bir Yılbaşı



jumbo.com.tr