ÖZEL SAYI: SÜTÜN HER HALİ

Sofra

84 TARİF

IHLAMURLU PARFE

Tarifi **62.** sayfada

MART 2019 / 03 SAYI: 281

EVDE YAPIN
YOĞURT
PEYNİR KEFİR

SÜTLÜ TATLILAR

YAĞDA ÖZE DÖNÜŞ GHEE

MEZELER
SOSLAR

Dünyadan Anadolu'ya
SÜTÜN İZİNDE

FİYATI: 10 TL
KKTC FİYATI: 13 TL
03
ISSN 1304 - 5547

YEPYENİ BİR LEZZETE KANAT AÇIYORUZ!

Pekin ördeğinin eşsiz tadını
Türkiye'nin tüm sofralarına taşıyoruz!

PEKİN ÖRD

PEKİN ÖRDEĞİ



beypilic®

ağzınıza sağlık

www.beypilic.com.tr



editörden

Sütün lezzet senfonisine DAVETLİSİNİZ

Dünyaya gözümüzü açtığımız anda ilk olarak tanıştığımız besin; süt... Sonrasında da hayat boyu her yaşta özellikle kemik ve diş sağlığı için elzem değerde...

Kimisi sıcak-soğuk demeden sade haliyle içmeyi tercih ederken, bazıları için ballı ya da kakaolu halini ılık ılık tüketmek başlı başına bir keyiftir... Süt ve tatlı arasındaki özel ilişkiyi de göz ardı edemeyiz tabii... Tatlı krizlerinin en masum kurtarıcısı "sütlü tatlılar" olurken, tüm coğrafyaların gözdesi dondurmaya da ayrı bir başlık açmak lazım!

Tek başına yıldız olduğu durumların yanında, mutfağımızı inanılmaz zengin kılan malzemelerin ortaya çıkmasını da süte borçluyuz: Yoğurt, peynir, tereyağı, kefir, kaymak, krema... Bir besin düşünün ki hem lezzet hem de sağlık açısından neredeyse mucize değere sahip... Tek başına sonsuz lezzet olasılığına imkan verirken, birkaç damla maya katkısıyla yoğurda, kefire, yüzlerce çeşit peynire dönüşebiliyor... Ve bu ürünlerin her biri mutfak geleneğimizde ayrı ayrı değere sahip enstrümanlar...

Yoğurt mucizesini tüm dünyaya armağan eden bir millete mensup olmak bile başlı başına bir ayrıcalık! Bütün dünya kefiri yeni yeni keşfederken, bu özel içeceğin şifası bize 5000 yıl öncesinden, atalarımızdan miras kalmış...

Sadece Türk Mutfağı'nın değil, dünya mutfaklarının da gizli kahramanlarından olan süt, bu ayki özel sayımızın orkestra şefi rolünde! Yoğurt, peynir, tereyağı başta olmak üzere tüm enstrüman kadrosu eşliğinde, ağzınıza layık bir senfoni ortaya çıkarmak için güçlerini birleştirdiler! Deneyimli şeflerimiz, yazarlarımız bu orkestra için en özel besteleri kendi elleriyle hazırladılar...

Bu arada, hayvansal süt çeşitlerinin yanı sıra, alternatifleri de unutmadık tabii... Vejetaryenler, laktoz alerjisi olanlar için bademden fındığa, pirinçten yulafa sıra dışı sütlerin hazırlanışını ve bunların kullanıldığı tarifleri de bu sayımızda bulacaksınız...

Sağlığa faydalarıyla bile günlük beslenme rutininin baş köşesinde yer almayı hakeden süt ve orkestra arkadaşlarının lezzet kattığı tam 84 tariften oluşan bu lezzet senfonisiyle sizi baş başa bırakıyorum...

Tadı damağınızda kalacak Sofra'larda buluşmak dileğiyle...

Esra Düzdağ Ateş
esra.duzdag@sofra.com.tr

içindekiler

MART 2019







6 Ajanda
8 Öneriler
10 Alışveriş
12 Dengeli Beslenme
14 Çorbalar
Sütün lezzet kattığı öneriler
22 Ev yapımı
Yoğurt, kefir ve peynir çeşitleri
30 Dilşat'ın Deneme Mutfağı
Sütlü hamurişleri
38 Nasıl Yapılır? Ghee (Sadeyağ)
46 Geleneksel
Türk Mutfağı'ndan
ana yemekler
54 Pelin'in Mutfağı
Kajudan bademe alternatif sütler
59 Tadımlık Dip Soslar
60 Ece'nin Mutfağı
Dünyadan sütlü tatlılar
66 Anne Mutfağı Beşamel sos
70 Anne Mutfağı Marineler
72 Yöresel Mutfaklar
Anadolu'nun dört bir yanından
sütlü-yoğurtlu tarifler
78 Alternatif Tatlar
Dünyadan lezzetler
83 Modern Yorumlar Krema
84 Tadımlık Yoğurt dondurması
85 Trend İzmir bomba tatlısı
86 Yıldızdan Lezzetler
Süt ve süt ürünlü mezeler
90 Tatlılar
96 Tanıtımlar
98 Fihrist


A STAR ALLIANCE MEMBER
TURKISH AIRLINES
MİSAFİRLİKTEN
ÇOK DAHA FAZLASI
Sizi bulutların ötesine çıkaran benzersiz Business Class deneyimimizin sırrı,
yaptığımız her işin kalbinde dünyaca ünlü misafirperverliğimizin bulunmasında saklı.
TURKISH AIRLINES
turkishairlines.com

Ajanda



1-31 mart

MUTFAK SANATLARI AKADEMİSİ (MSA), ARALARINDA BURGERS & FRIES (2-13 MART), SUSHİ (3-20 MART), TAPAS (6 MART), MEZE (15 MART), MEKSİKA RÜZGARI (21 MART), KUTLAMA PASTASI (23 MART) VE GÜNÜN EKMEĞİ (28 MART)' NİN DE YER ALDIĞI WORKSHOPLAR DÜZENLİYOR. TEL: (0212) 290 35 50

1-31 MART Renaissance Polat İstanbul Hotel Marmara Balık Lokantası, İspanyol Mutfağı'nın geleneksel lezzeti "Deniz mahsullü paella"yı deniz ve balık tutkunları ile buluşturuyor. Tel. (0212) 414 18 00

1-31 MART İntema Yaşam Akademi, Bahar Lezzetleri, Pirinç ve Pilavlar, Tapas, Sushi ve Minik Şefler atölyelerinin de dahil olduğu zengin bir program sunuyor. Tel: 0850 311 70 70

1-31 MART The Grand Tarabya Otel, ana restoranı The Brasserie ile R.E.A.D Cafe & Bakery'de ilkbaharın gelişini mevsim lezzetlerinden oluşan yeni menüsü ile kutluyor. Tel: (0212) 363 33 00

1-31 MART Renaissance İstanbul Polat Bosphorus Hotel, roof katında yer alan 212 Restaurant'da Uzakdoğu'nun sevilen lezzeti "Ramen menüsü" ile misafirlerini ağırlıyor. Tel: (0212) 340 70 00

1-15 MART Mezzaluna Venedik Karnavalı sokak lezzetlerinden ilham alarak oluşturduğu "Cibi di Strada del Carnevale Venezia" menüsünü misafirlerinin beğenisine sunuyor.

4-10 MART Wish More Hotel İstanbul, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü indirimlerle kutluyor. Otel belirtilen tarihlerde Wish More Fitness & SPA'da masaj ve üyeliklerde yüzde 25 indirim uyguluyor.

12 MART Turizm, Restoran Yatırımcıları ve Gastronomi İşletmeleri Derneği (TURYİD), 2.Global GastroEkonomi Zirvesi'ni Lütfi Kırdar Kongre ve Sergi Sarayı'nda düzenliyor.

22-30 MART Four Seasons Hotel Sultanahmet, Kars'ın otantik yemeklerini lezzetseverlerle buluşturuyor. Tel: (0212) 402 31 50

Sofra

Sahibi
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

Tüzel Kişi Temsilcisi ve Genel Müdür:
YASEMİN GEBEŞ

Yayın Direktörü: **ASLIHAN SARP İŞMAN**
Genel Yayın Yönetmeni: **ESRA DÜZDAĞ ATEŞ** esra.duzdag@sofra.com.tr
Yazı İşleri Müdürü: **İLKNUR MİNE NARTOP** mine.nartop@sofra.com.tr
Görsel Yönetmen: **AYŞE YAZICI**
Editör: **SELMA ŞEN** selma.sen@sofra.com.tr
Muhabir: **SELENAY KÜBRA KOÇER** selenay.kocer@sofra.com.tr
Fotoğraflar: **ERKİN ÖN** erkin.on@sofra.com.tr

Katkıda bulunanlar:
PELİN BOZKURT BİLGİÇ, ECE TAŞTAN
AYŞE ÜNAL, PINAR AYIK, DİLŞAT YAŞAR
MELİS ÇOLAK, KÜBRA ALTAY, ŞEFİKA GÜNYEL

Fotoğraf Editörü: **CANAN YETİŞTİ SATKIN**
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü ve
İnternet Yayın Sorumlusu: **ŞEFİK ÇALIK**
Genel Müdür Yardımcısı: **YONCA ERTÜRK ÖZEREN**
Pazarlama Müdürü: **FERHAL ŞENCAN**
Üretim Takip Müdürü: **EYÜP ÇURLU**
Pazarlama Yönetmeni: **ZEYNEP DOĞAN**

Reklam Satış Grup Koordinatörü: **EBRU KAÇAR GİRGİÇ**
Reklam Satış Müşteri Temsilcisi: **BEYZA TUNÇEL**
Reklam Rezervasyon Tel: (0212) 354 41 18 - 354 33 95 Fax: (0212) 354 33 50-75
Bölgeler Reklam Satış Grup Koordinatörü: **AYNUR GÜKCAN**
Ankara Reklam Satış Grup Koordinatörü: **AYŞE ALTUN**
İzmir Reklam Satış Koordinatörü: **ŞEBNEM AKDENİZ**
Antalya Reklam Satış Koordinatörü: **ŞEYDA YILMAZ**

TURKUVAZ GRUBU HİZMETLERİ
Marka ve Pazarlama Grup Başkanı: **SİNAN KÖKSAL**

ABONELİK
Abone Operasyon Müdürü: **UFUK KOCAOĞLU**
Çağrı Merkezi: **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: Turkuvaz Dergi Grubu, Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İSTANBUL
Yayının Türü: Yerel, süreli FIPP üyesidir.
Yönetim Yeri: Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İstanbul
Yayımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Matbaa Genel Müdürü: **MEHMET KAMİLOĞLU**
Basımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Basıldığı Yer: Akpınar Mah. Hasan Basri Cad. No: 4 Sancaktepe-İstanbul
Tel: (0216) 585 90 00 - www.turkuvazmatbaacilik.com
Basıldığı Tarih: MART 2019
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
Dergi İşletme Müdürü: **HAKAN DEMİRCİ**

Ev ekonomisine büyük destek.

Kadınların akıllı uygulaması

Şimdi siz de Sim'i indirin. Sadece Sim kullanıcılarına özel 12 kg İpragaz ev tüpü indiriminden yararlanın.



İndir Öğren

App Store'dan İndirin

Google Play'DEN ALIN

Kampanya, 12 kg'lık ev tüplerinde ve kampanyaya katılan bayilerde geçerlidir. Kampanyadan iş yeri aboneleri yararlanamaz. Kampanyadan yararlanmak için Sim uygulamadan alınan şifrenin sipariş esnasında hat numarası ile birlikte bayiye söylenmesi yeterlidir. Alınan şifre, yalnızca İpragaz kampanyasında ve bir kez kullanılabilir. Bir hat kampanyadan 45 gün içinde bir kez yararlanabilir. Başka kampanyalarla birleştirilemez. Size en yakın bayiyi öğrenmek ve detaylı bilgiye www.ipragaz.com.tr'den ulaşabilirsiniz.



KEYİFLİ YUDUMLAR

Lav Mia ve Tasty karaflar, yenilikçi formları ile zarif ve şık sunumlara ilham vererek hayat kaynağı suyun içilen her yudumuna keyif katıyor. Geniş hacimleri ve kapaklı oluşları sayesinde suyu rahatlıkla muhafaza etme imkanı veren karaflar farklı içeceklerin sunumlarında da kullanılabiliyor.



HAYATA LEZZET KATIN!

VENA CAVA ARTİSAN CHOCOLATİER'İN TÜM ÇEŞİTLERİ, HORMONLAR ÜZERİNDE DENGELEYİCİ ETKİ YARATAN, STRESE KARŞI KORUYUCU ÖZELLİĞİ İLE ÖNE ÇIKAN, METABOLİZMAYI BİRÇOK YÖNDEN DESTEKLEYEN VE ALTERNATİF TIPTA DA KULLANILAN "ADAPTOJEN" ÖZELLİKLİ MEYVE, BİTKİ ÖZÜ VE BAHARATLAR İÇERİYOR.



İLHAMI YAZDAN

Mövenpick Hotels & Resorts, Mart ayı boyunca, Latin Amerika'dan Asya'ya dek farklı mutfak kültürlerini sentezleyen, yerel ve mevsimsel malzemelerin başrolde olduğu Kaliforniya Mutfağı'ndan farklı lezzetleri "Kaliforniya Rüyası" menüsü ile yeni tatlar keşfetmeyi sevenlerin beğenisine sunuyor. www.movenpick.com

Hazırlayan: **MİNE NARTOP**

KİTAPLIK



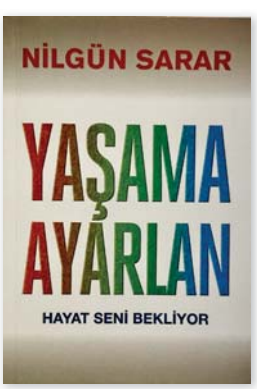
HERKES YEMEK YAPABİLİR

Mekin Kutucular'ın hazırladığı Koku, Tat, His: 49 Engelsiz Tarif, gören ve göremeyenlerin dünyasını mutfakta bir araya getiriyor. Gençlere yönelik olarak hazırlanan ve KVK Çocuk tarafından yayınlanan kitapta yer alan bütün tarifler görme engellilerin de rahatlıkla yapabileceği şekilde düzenlendi.



EVRENSEL ŞİFA KURALLARI

Tamamlayıcı tıp alanında da çalışmalar yapan İç Hastalıkları ve Tıbbi Onkoloji Uzmanı Dr. Betül Açıkalın, Hayy Kitap tarafından yayınlanan İyileşmenin Şifresi Sende adlı kitabında, beslenme düzenini de göz önünde bulundurarak şifanın evrensel kurallarını anlatıyor.



YAŞAMA AYARLANIN

Enerji ve farkındalık çalışmalarında farklı alanlarda eğitmenlik yapan Nilgün Sarar, 30 yıllık bilgi birikimi ve deneyimi ile geliştirdiği Tune tekniğini Yaşama Ayarlan Hayat Seni Bekliyor adlı kitabında danışanların yaşanmış şifa hikayeleri ile birlikte okuyucularla paylaşıyor.

Reis®
LEZZET TANELERİ

Royal

DOĞRU BESLEN, MUTLU YAŞA!

Hayatı dolu dolu yaşayıp doğru beslenmeyi yaşam biçimi haline getirenlere, her tanesi özenle seçilmiş,
Reis Royal'den yeni lezzetler.



Reis® INTERNATIONAL QUAL MARK

www.reisroyallezzetler.com

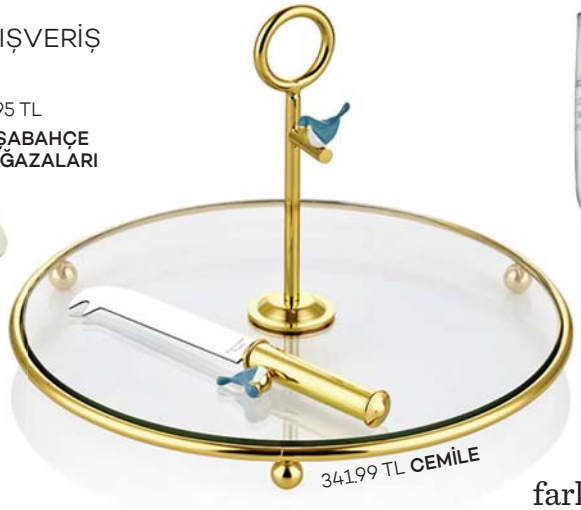
ŞIK sofralara

Süt ve süt ürünlerinin hem hazırlanma hem de sunumları sırasında kullanabileceğiniz farklı malzemeleri sizin için bir araya getirdik.

Hazırlayan: **MİNE NARTOP**



15.95 TL
PAŞABAHÇE MAĞAZALARI



341.99 TL **CEMİLE**



7.90 TL **PAŞABAHÇE**



59.99 TL **PERABULVARI.COM**



59.99 TL
LE **CREUSET**



131.50 TL **PAŞABAHÇE MAĞAZALARI**



545 TL **PAŞABAHÇE MAĞAZALARI**



9.99 TL
PERABULVARI.COM



199 TL **ZWILLING**



7.99 TL **IKEA**

18.50 TL
PORLAND



165 TL **MUDO**



69.99 TL
PERABULVARI.COM



135.60 TL **PORLAND**

çağrı

Fiyat gerçek,
Kalite gerçek,
Burası Çağrı Market



ÜCRETSİZ DANIŞMA HATTI **0800 261 70 70**

facebook.com/cagrimarket www.cagrihipermarket.com



DENGELİ BESLENME

Dr. Diyetisyen (PhD) GAMZE ŞANLI AK
Moso Diyet ve Beslenme Danışmanlığı
@gamzesanliak

süt ve sağlık

Diyetisyen Gamze Şanlı Ak, beslenmenin vazgeçilmez unsurlarından süt ve süt ürünlerinin sağlığımıza olan etkilerini anlattı.

Süt, yoğurt, peynir, kefir gibi süt ürünleri, protein, kalsiyum, fosfor, riboflavin (B2 vitamini) ve B 12 vitamini olmak üzere birçok önemli besin öğesi içerir.

Süt grubu, içerdiği kalsiyum ile kemik ve dişlerin sağlıklı olmasında, hücre çalışmasında önemlidir. Kalsiyum gereksinimi de yaşlara göre değişiklik göstermektedir. Özellikle büyümenin hızlı olduğu dönemde, hamilelikte ve emzirme döneminde kalsiyuma ihtiyaç daha da artar. Bu nedenle her yaş döneminde kalsiyum alımına dikkat edilmeli, özen gösterilmelidir.

Süt ve süt ürünlerinin içerdiği kaliteli protein her yaş grubunda vücudun çalışması, çocukluk döneminde büyüme, yetişkinlikte ise doku onarımının sağlanması için gereklidir.

B vitaminleri, başta kırmızı kan hücreleri ile sinir hücreleri olmak üzere tüm vücutta önemli işlevlere sahiptir.

Fosfor, hücrelerde enerji üretimine yardımcı olur. Vücutta hücre yenilenmesinde ve çoğalmasında etkili olan DNA ve RNA'nın temel parçalarındandır.

Riboflavin, büyüme, doku yenilenmesi ve enerji metabolizmasında görevlidir.

SÜT

Süt; inek, koyun, keçi ve mandaların meme bezlerinden salgılanan, kendine özgü tat, koku ve kıvamda olan, içine başka maddeler karıştırılmamış, içinden herhangi bir maddesi alınmamış, beyaz ya da krem renkli bir sıvı olarak tanımlanmaktadır.

Süt tüketiminin; kemik sağlığı, obezite, kanser, hipertansiyon, diyabet, diş çürükleri, osteoporoza karşı koruyucu etki göstermekle birlikte tokluk hissi sağlayarak kilo kontrolünde etkili olduğuna yönelik kanıtlar bulunmaktadır.

Çiğ sütte bacillus, clostridium gibi spor oluşturan termofilik bakteri bulunabilir. Bu nedenle çiğ süt yerine pastörize veya uht işlemi görmüş sütlerin tercih edilmesi sağlık adına daha uygundur. Uygulanan kontrollü bir ısı ve ambalajlama tekniği ile besin kalitesi korunmaktadır. Yapılan çalışmalarda sütte besin öğesi kayıpları değerlendirildiğinde; en yüksek kayıp evde geleneksel kaynatma, sonra UHT, en az kayıp ise pastörizasyon işleminde olduğu görülmektedir.



Ne kadar tüketilmeli?

Her gün ortalama 3-4 porsiyon kadar süt grubundaki besinlerden tüketilmesi önerilmektedir.

Bir porsiyona eş değer süt grubu besinlerin miktarları:

- Süt, yoğurt, kefir 200 ml (1 su bardağı)
- Ayran 350 ml (1.5 su bardağı)
- Peynir türleri 30 gram (2 parmak kalınlığında 1 dilim)
- Lor peyniri (3 çorba kaşığı)

YOĞURT

Yoğurt, sabahtan akşama kadar günün her saatinde yenebilecek harika bir besindir. Yoğurt da aynı süt gibi protein, kalsiyum, fosfor, B2 vitamini, konjuge linoleik asit (CLA) yönünden zengindir. Yoğurda uygulanan fermantasyon işlemi sonucunda folik asit ve bazı B vitaminleri miktarlarında süte göre artış olur. Süt, yoğurda kıyasla daha fazla laktik asit, galaktoz, folik asit, kolin, serbest yağ asitleri ve serbest amino asitler içerir.

Sabah kahvaltıdan sonra yenen yoğurt, sindirimi kolaylaştırıp, bağırsakların çalışmasına yardım eder. Yapılan çalışmalar yoğurttaki proteinlerin süt proteinlerine göre daha kolay sindirilebildiğini göstermiştir.

Yoğurt, pre-probiyotikler ile zengin besin öğeleri içermesi sayesinde bağışıklık sistemini güçlendirir, bu özelliği nedeniyle vücudu kanserden, mide ve bağırsak hastalıklarından, mide, kolon ve ince bağırsak kanserlerine kadar birçok hastalıktan korumaktadır.

PEYNİR

Peynir, süt proteini kazeinin, peynir mayası ve peynir kültürü ile pıhtılaştırılması ve bu pıhtıdan peynir suyunun ayrılmasıyla elde edilen fermente bir süt ürünüdür. Sert peynirlerin kalsiyum oranları, yumuşak peynirlere oranla daha yüksektir. Peynir hem kalsiyum hem protein açısından zengin olduğundan vejetaryenler için bir kurtarıcıdır. Ancak yağ, kolesterol ve sodyum açısından da zengindir. Peynirin kalorisinin yaklaşık yüzde 70-80'i yağdan gelir. Yağı azaltılmış peynirler bile hala

Aklınızda bulunsun!

- Süt ve süt ürünleri yağ içeriği yönünden de zengindir. Doymuş yağ ve kolesterol ile yağda eriyen A vitamini içerirler. Yağ ve kolesterol alımını diyette sınırlandırmaları gereken kişilerin yağ miktarı azaltılmış süt, yoğurt ve peynirleri tercih etmeleri gerekir.
- Süt ürünlerinden peynirin tuz içeriği yüksektir. Tuz tüketimini azaltmak için tuz oranı düşük peynirler tercih edilmelidir.
- Yoğurt suyu yüksek miktarda riboflavin içerir. Bu nedenle, bu suyu atmayıp ayran veya çorbalara karıştırarak kullanın.
- Pişirme sırasında süte eklenen şeker, sütün içerdiği protein ile birleştiğinde proteinde kayba yol açar. Bu nedenle, sütlü tatlı pişireceğiniz zaman şekeri en son yani ocaktan alırken koymanız daha doğru olacaktır.

yüksek miktarda yağ içeriyor olabilir. Az yağlı sütten yapılan taze peynirler çok daha az yağ içerir ve normal krem peynir yerine tüketilebilir.

Çoğu peynir doymuş yağ oranı yüksek olduğundan damarların tıkanma riskini artırabilir. İçerdiği sodyum da yüksek tansiyonu olan kişilere zararlı olabilir.

Olgunlaşmış/yıllanmış peynir de hassas kişilerde migreni tetikleyebilir. Penisiline alerjisi olan kişiler rokfora ve penisilin kullanarak yapılan diğer yumuşak peynirlere tepki gösterebilir. Ayrıca inek sütüne alerjik olan küçük çocuklar da peynire tepki gösterebilir.

KEFİR

Kefir, Kuzey Kafkasya orjinli fermante süt ürünüdür. Laktik asit bakterileri, asetik asit bakteri ve torula mayalarını içeren kefir danelerinin, sütle fermantasyonu ile elde edilen içilebilir kıvamdaki ürünüdür. Ekşimsi ayran tadı vardır. İnek, koyun ve keçi sütünden yapılır. Kefirin sağlığa katkısına baktığımızda bağışıklık sistemini güçlendirmek, yiyeceklerin hazmını kolaylaştırmak, bağırsak duvarını zararlı maddelerden korumak, bağırsak geçirgenliğini azaltmak, ishali önlemek ve tedavi etmek gibi etkilerinden bahsedilebilir.

TEREYAĞI

Krema veya yoğurttan fiziksel yolla elde edilen ve içinde süt yağından başka yağ bulunmayan bir süt ürünüdür. Ağırlıkça yüzde 80-90 oranında süt yağı, en fazla yüzde 2 oranında yağsız süt kuru maddesi ve en fazla yüzde 16 oranında su içeriğine sahiptir. Doymuş yağ oranı yüksek olduğu için kalp damar hastalıkları olan ve kolesterol parametreleri yüksek olan bireylerin kontrollü kullanması gerekmektedir. Mümkünse bu bireyler tarafından tereyağı yerine sadeyağ (ghee) tercih edilmelidir.

HER ÖĞÜNE HER SOFRAYA Çorba

doyurucu lezzet

YOĞURT TERBİYELİ ETLİ ERİŞTE ÇORBASI

Tarifi yan sayfada





İLKNUR ŞENEL
@alyaminakuzine

Sütü, yoğurdu, tereyağı ve kreması bol, şifa kaynağı çorbalar hazırlayan ***İlknur Şenel***'in birbirinden lezzetli tariflerini dört mevsim sofralarınızdan eksik etmek istemeyeceksiniz.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

YOĞURT TERBİYELİ ETLİ ERİŞTE ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

300 gram kuşbaşı dana eti
1-2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet defne yaprağı
2 diş sarmısak, yeteri kadar su
1 çay bardağı haşlanmış nohut
1 çay bardağı erişte, tuz, karabiber

TERBİYE İÇİN:
4 çorba kaşığı yoğurt, **1** çorba kaşığı un
1 adet yumurta sarısı, **1/2** limonun suyu

ÜZERİ İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı pulbiber

ZEYTİNYAĞINI tencereye alıp, eti suyunu salıp yeniden çekene dek soteleyin. Defne yaprağı, tuz, karabiber, kıyılmış sarmısak ekleyip sarmısağın kokusu çıkana dek sotelemeye devam edin. Üzerini beş parmak geçecek kadar sıcak su ekleyin ve et yumuşayana dek kısık ateşte pişirin. İçinden defne yaprağını çıkarıp, 1 su bardağı sıcak su, nohut ve erişte ilave ederek pişirin.
Terbiye için yoğurt, un, yumurta sarısı ve limon suyunu pürüzsüz bir kıvam alana dek çırpın. Çorbanın suyundan 1 çorba kepçesi alıp terbiyeye ilave edip karıştırın. Daha sonra sürekli karıştırarak tencereye ekleyin ve 5 dakika pişirin.
Üzeri için küçük bir tavaya aldığınız tereyağında pulbiberi bir-iki çevirip çorbanın üzerine gezdirin.

Püf noktası

Terbiyeli çorba yaparken kesilmemesi için terbiye malzemesini pürüzsüz olana dek bir kap içinde iyice çırpın. Daha sonra çorbanın suyundan 1-2 çorba kepçesi alıp terbiyeye karıştırın. Bu karışımı azar azar ve sürekli karıştırarak çorbaya ilave edin.



YAYLA ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

5 çorba kaşığı pirinç, **5** su bardağı su
1.5 su bardağı yoğurt, **2** çorba kaşığı un, **1** adet yumurta sarısı
2 çorba kaşığı tereyağı, **1** çorba kaşığı toz nane, tuz

PİRİNCİ iyice yıkayıp, nişastasını akıtın ve tencereye alın. Üzerine su ilave edip pirinç hafif yumuşayana dek haşlayın. Ayrı bir yerde yoğurt, un ve yumurta sarısını iyice çırpıp yavaş yavaş ve sürekli karıştırarak pirincin bulunduğu tencereye ilave edin. Kaynayana dek ara sıra karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp tuzunu ayarlayın ve karıştırın. Üzeri için tereyağını eritip nane ilave ederek bir iki kez karıştırın. Ocaktan alıp, çorbanın üzerine gezdirin ve sıcak olarak servis yapın.



SÜTLÜ BADEM ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

40 gram çiğ badem, **2** su bardağı süt
2 çorba kaşığı tereyağı, **3** çorba kaşığı un
2 su bardağı su, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN:
1-2 çorba kaşığı file badem, **2** çorba kaşığı tereyağı

BADEMİ kabukları soyulabilecek kıvama gelene dek sıcak suda dinlendirip kabuklarını temizleyin. Yarısını sütle birlikte rondodan geçirip kenara alın. Kalan bademi kıyıp, tereyağında soteleyin. Un ilave edip rengi dönene dek kavurmaya devam edin. Su ekleyip, kaynayana dek karıştırın. Kaynamaya başlayınca sütlü badem karışımını katıp karıştırın. Tuz ve karabiberini ayarlayıp ocaktan alın. Üzeri için bademi tereyağında rengi dönene dek kavurun. Çorbanın üzerine gezdirip servis yapın.

Aşçının notu

Kıvamlı çorba seviyorsanız tereyağında unu hafif kavurup çorbaya ilave edebilirsiniz.

YOĞURT TERBİYELİ TAVUK ÇORBASI 4 KİŞİLİK

1 adet haşlanıp didiklenmiş tavuk göğsü
2 çorba kaşığı tereyağı, **2** çorba kaşığı un
1 su bardağı tavuk suyu
2 su bardağı su, tuz, karabiber

TERBİYE İÇİN:
1 adet yumurta sarısı
2 su bardağı yoğurt

SÜSLEMEK İÇİN:
Dereotu

TEREYAĞINI tencereye alıp eritin. Un ilave edip hafif rengi dönene dek karıştırarak kavurun. Üzerine azar azar tavuk suyu ve su ekleyip kaynayana dek pişirin. Kaynamaya başlayınca didiklenmiş tavuk parçalarını ilave edip karıştırın. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Terbiye için ayrı bir yerde yumurta sarısı ile yoğurdu pürüzsüz olana dek çırpın. Üzerine kaynayan tavuk suyundan 1 çorba kepçesi döküp karıştırın. Daha sonra tencereye azar azar ve karıştırarak dökün. 5 dakika kaynatıp ocaktan alın ve dereotu ile süsleyip, sıcak olarak servis yapın.

Aşçının notu

Terbiyeli çorbalara damak zevkinize göre sarmısak ve sirke ilave edebilirsiniz.





hafif lezzet

KUŞKONMAZ ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

300 gram kuşkonmaz
2 su bardağı tavuk suyu
1 diş sarmısak, **1** adet defne yaprağı
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı un
2 su bardağı süt, tuz

SÜSLEMEK İÇİN: Taze kekik

KUŞKONMAZLARIN sert kısımlarını kabak soyacağı yardımı ile temizleyip gelişigüzel doğrayın ve tavuk suyu ile birlikte tencereye alın. Kabukları temizlenmiş bütün sarmısak ve defne yaprağı ekleyip,kuşkonmaz yumuşayana dek pişirin. Ocaktan alıp içindeki defne yaprağını çıkarın ve püre haline gelene dek blenderden geçirin. Tereyağını ayrı bir tencereye alıp eritin. Azar azar ve sürekli karıştırarak un ilave ederek kavurun. Süt ve kuşkonmaz püresini ekleyip karıştırarak pişirin. Tuzunu ayarlayıp ocaktan alın. Taze kekikle süsleyip sıcak veya ılık olarak servis yapın

Öneri

Bu çorbaya damak tadınıza göre muskat ilave edip, servis yaparken üzerine krema gezdirebilirsiniz.

SEBZELİ TAVUK SUYU ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

2 su bardağı tavuk suyu, **1** çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı zeytinyağı, **1** adet küçük boy soğan
1 diş sarmısak, **1** adet havuç
1 adet patates, **2** çorba kaşığı un
1 avuç çiçeklerine ayrılıp irice doğranmış karnabahar
1 avuç çiçeklerine ayrılıp irice doğranmış brokoli
3-4 dal kereviz sapı, **2** su bardağı süt
1 çorba kaşığı krema, tuz, karabiber

TEREYAĞI ve zeytinyağını tencereye alıp, tereyağı eriyene dek karıştırın. Küçük küp doğranmış soğan ve kıyılmış sarmısak ilave edip, soğan şeffaflaşana dek karıştırarak soteleyin. Küçük küp doğranmış havuç ve patates ekleyip sotelemeye devam edin. Yapışmaz yüzeyli bir tavada unu bir-iki çevirin ve tencereye ilave edip karıştırın. Üzerine karnabahar, brokoli ve kıyılmış kereviz sapını ekleyip karıştırın. Tavuk suyu ile sütü tencereye ekleyin ve sebzeler yumuşayana dek pişirin. Kremayı katıp karıştırın ve ocaktan almaya yakın tuz ile karabiberini ayarlayın. Sıcak olarak servis yapın.



FESLEĞENLİ SÜTLÜ DOMATES ÇORBASI 4-6 KİŞİLİK

3 adet büyük boy domates
2'şer çorba kaşığı tereyağı ve zeytinyağı
1 adet soğan, **2** diş sarmısak
1'er çorba kaşığı un ve domates salçası
2 su bardağı süt, **2** su bardağı su
1-2 tutam karabiber
1.5 çorba kaşığı krema
1 çay kaşığı toz fesleğen, tuz

ÜZERİ İÇİN: Taze fesleğen

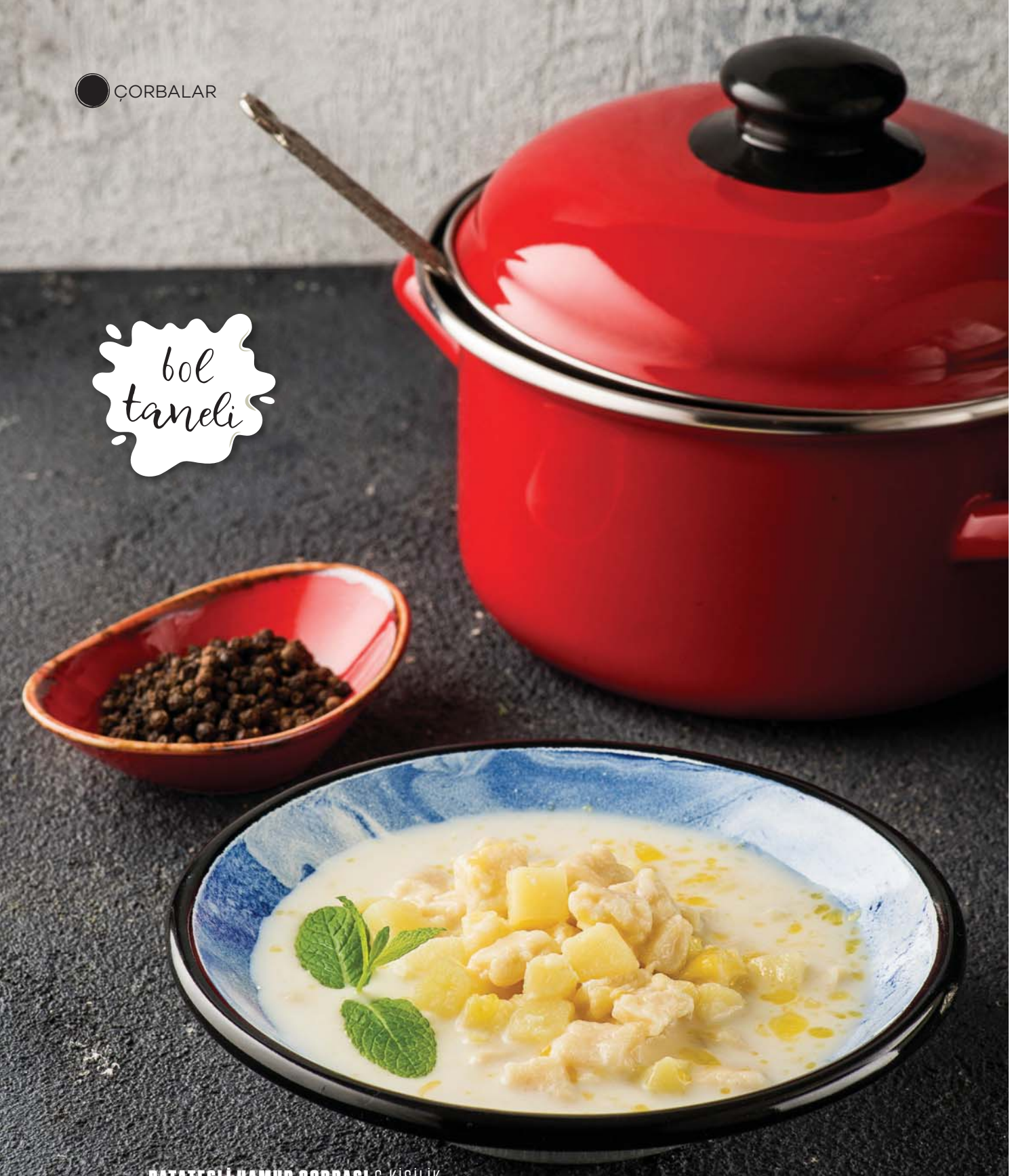
TEREYAĞI ve zeytinyağını tencereye alıp, tereyağı eriyene dek karıştırın. Küçük küp doğranmış soğan ve kıyılmış sarmısak ilave edip, soğan şeffaflaşana dek karıştırarak soteleyin. Un ekleyip karıştırarak kavurmaya devam edin. Salça ekleyip tuzunu ayarlayın ve karıştırın.
Domateslerin kabuklarını temizleyip küçük küp doğrayın ve tencereye ilave edin. Süt ve suyu katıp, kaynayana dek karıştırın. Kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp, karabiberini ayarlayın ve domates yumuşayana dek pişirin. Ocaktan alıp blenderden geçirin. Yeniden ocağa oturtup, krema ilave edin ve karıştırarak 5 dakika pişirin. Fesleğen ekleyip ocaktan alın ve taze fesleğenle süsleyip sıcak olarak servis yapın.



akdeniz esintisi

FESLEĞENLİ SÜTLÜ DOMATES ÇORBASI

Tarifi yan sayfada



bol taneli

PATATESLİ HAMUR ÇORBASI 6 KİŞİLİK

3 adet büyük boy patates
3 çorba kaşığı tereyağı
1 adet soğan, **3** su bardağı süt
3 su bardağı su
2 su bardağı tavuk suyu, tuz

HAMUR İÇİN:
1 su bardağı un, **1** adet yumurta
2 çorba kaşığı süt

SÜSLEMEK İÇİN: Nane yaprakları

HAMUR için un, yumurta ve sütü yoğurup hamurdan ceviz büyüklüğünde bezeler koparın ve hafif unlu zeminde uzun ince rulolar yapın. 1 cm eninde küçük parçalar halinde kesip kenara alın. Tereyağını tencereye alıp eritin. Küçük küp doğranmış soğanı ilave edip hafif renk değiştirene dek soteleyin. Kabukları temizlenip küçük küp doğranmış patatesleri ekleyip, hafif yumuşayana dek karıştırarak soteleyin. Azar azar sütü katıp kaynayınca ocaktan alın. Ayrı bir tencerede su ve tavuk suyunu kaynatın. Kenara aldığınız hamurları içine atıp kaynamaya bırakın. Kaynayınca üzerine sütlü karışımı ilave edin. Tuzunu ayarlayıp 5 dakika daha pişirin. Nane ile süsleyip servis yapın.

Sevdikleriniz Evde



Evinizde, sevdiklerinizle geçireceğiniz en keyifli anlarda D&R yanınızda.

D&R MUSIC BOOK STORE

/ DRDunyasi / dr_dunyasi /

www.dr.com.tr

Güvenilir gıdaya ulaşmanın en iyi yolları arasında, a'dan z'ye her şeyi kendi mutfağında hazırlamak ilk sırada yer alır... Evinde ambalajlı ürünlere yer vermeyen ve pek çoğunu kendisi hazırlayan ***Pınar Ayık***, yoğurttan kefire ve peynir çeşitlerine dek evde yapabileceğiniz tarifler verdi.

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**



sütün aşkı

BİBERİYELİ VE SARMISAKLI SEPET PEYNİRİ

HAZIR ALMA KENDİN YAP



PINAR AYIK

BİBERİYELİ VE SARMISAKLI SEPET PEYNİRİ

3 litre günlük süt
2 su bardağı ekşi peynir altı suyu veya **1** adet limonun suyu
1/3 çay bardağı elma sirkesi
1 çay kaşığı tuz
1 çorba kaşığı taze biberiye
1 tatlı kaşığı toz sarmısak

SÜTÜ tencereye alıp kaynama noktasına gelene kadar karıştırın. Süt tam kaynamadan, ekşi peynir altı suyunu tencerenin kenarından sütün içine boşaltın ve karıştırın. Ardından sirkeyi de ekleyin ve tekrar karıştırın. Bu aşamada ocağın altı açık olmalı. Süt ısısı kaynama noktasına geldiğinde peynirde kesilmeler başlayacaktır. Tencerenin kapağını kapatıp ocaktan alın ve 15 dakika dinlenmeye bırakın. Dinlenme süresinin sonunda peynirinizi temiz bir tülbent serilmiş süzgece boşaltarak süzülmeye bırakın. Süzülen peyniri bir kaba alıp tuz, toz sarmısak ve kıyılmış biberiye ekleyerek iyice karıştırın. Ardından tekrar tülbentle delikli bir sepetin içine oturtun. Peynirin üzerine de bir ağırlık koyun. 24 saat kadar buzdolabında beklettikten sonra sertleşen ve şekil alan peyniri 10 gün kadar buzdolabında saklayarak tüketebilirsiniz.

Aklınızda bulunsun!

Ekşi peynir altı suyu, herhangi bir (lor, mozzarella) peynir altı suyunun, 48 saat sıcak bir ortamda (kalorifer peteği yanı gibi) bekletilerek ekşitilmiş halidir.



LOR PEYNİRİ

2 litre çiğ inek sütü
1 çay bardağı limon suyu

SÜTÜ tencereye alın ve karıştırarak kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayan sütün altını kapatarak ilk sıcaklığı geçene kadar 2-3 dakika kadar bekleyin ve limon suyunu ekleyin. Limon suyunu sütle iyice karıştırın ve tencerenin kapağını kapatarak kesilme işlemi için dinlenmeye bırakın. Yaklaşık 15 dakika sonra sütünüz kesilmiş olacak ve yeşil bir peynir altı suyunun içinde yüzen lor peynirini göreceksiniz. Tencerenin kapağı açık olarak soğumaya bırakın ve soğuyan lor peynirini temiz bir tülbent serili süzgeç yardımı ile süzün.

Püf noktası

- Sütü tencereye boşaltmadan önce tencerenizi sudan geçirirseniz kaynama sırasında tencerenin tabanına yapışmasını engellemiş olursunuz.
- Eğer lor peynirini tuzlu olarak tüketmek isterseniz sütün kaynama aşamasında 1 tatlı kaşığı kadar tuz ekleyebilirsiniz.
- Yaklaşık 500 gram elde ettiğiniz lor peynirini tuz eklenmiş olarak 10 güne kadar buzdolabında muhafaza edebilirsiniz.

TOHUM KRAKER
2-4 KİŞİLİK

1 çorba kaşığı chia tohumu
1 çorba kaşığı keten tohumu
1 çorba kaşığı susam
2 çorba kaşığı ayçekirdeği
1 çorba kaşığı dövülmüş ceviz
1 çorba kaşığı yerfıstığı
1/2 çay bardağı peynir altı suyu, tuz

TÜM tohumları ve kuruyemişleri, bir öğütücü yardımıyla öğütün. Ardından kontrollü bir şekilde, peynir altı suyu ve tuz ile yoğurun. Karışım çok fazla ele yapışmayan fakat birbiriyle bütünleşmiş bir kıvam aldığında hazır demektir. Ardından elinizle bastırarak pişirme kağıdı serili bir fırın tepsisine yerleştirin. Eşit yükseklikte yaydıktan sonra küçük kareler halinde kesin. Önceden ısıtılmış 120 derece fırında, 40-50 dakika kıtırlaşana kadar pişirin.

Aşçının notu

Karışımın kıvamı fazla cıvık olursa biraz daha chia tohumu ekleyebilirsiniz. Eğer fazla katı olursa da kontrollü olarak peynir altı suyu ekleyebilirsiniz.





Püf noktası

➠ Eğer daha ekşi kefir seviyorsanız mayalama süresini 3 güne uzatabilirsiniz.

➠ Kefir mayalarken kesinlikle metal kap, süzgeç, kaşık kullanmamalısınız. Kullandığınız tüm ürünler cam, plastik veya ahşap olmalıdır.

➠ Kullandığınız tüm ürünlerin steril olmasına özen gösterin.

➠ Kefiri süzerken, bir tahta kaşık yardımıyla hafifçe bastırabilirsiniz.

➠ Kefir mayanız beklerken sütün içinde üste doğru çıkabilir ve yüzeyde beyaz bir tortu oluşabilir. Bu görüntü bozulduğu anlamına gelmez. Süzüp karıştırdıktan sonra pürüzsüz bir kıvam alacaktır.

➠ Geride kalan kefir mayanızı kısa süre içinde tekrar kullanacaksanız içme suyuyla dolu cam bir kavanozda buzdolabında saklayabilirsiniz. Uzun süre kullanmayacaksanız, yine buzdolabında mayayı süt içinde bekleterek, beslenmesini ve canlı kalmasını sağlayabilirsiniz.

EV YAPIMI KOLAY PEYNİR

2 litre günlük süt
1.5 su bardağı yoğurt

SÜTÜ orta ateşte 5 dakika kaynatın. Çırpılmış yoğurt ekleyip, 5 dakika daha kaynatın. Süzgecin üzerine tülbent yerleştirip, sütü içine boşaltın. Tülbentin kenarlarını toplayıp, sıkıca bağlayın. Suyunun süzülmesi için bir yere asın. Suyu tamamen süzülünce servis yapın.



Aklınızda bulunsun!

- Peynire arzuya göre tuz ve çörekotu da ilave edebilirsiniz.
- Peynirin süzülen suyunu hamur yoğururken ya da çorbalarda değerlendirebilirsiniz.



KEFİR

1 litre günlük inek sütü
1 litre günlük keçi sütü
2 çorba kaşığı kefir mayası

1 ODA sıcaklığındaki keçi ve inek sütünü, temiz cam kavanoza veya plastik bir kaba boşaltın. İçine temiz su ile yıkanıp süzülmüş kefir mayasını ekleyin. Silikon bir spatula veya ahşap kaşıkla karıştırın. Kabın ağzını temiz bir mutfak bezi veya kâğıt havlu ile kapatıp paket lastiği veya iple sabitleyin.

2 Kefiri doğrudan güneş ışığı almayan, oda sıcaklığında mayalanabileceği bir yere kaldırın. Olgunlaşması için en az 2 gün bekleyin.

3 Mayalanması tamamlanan kefiri temiz bir cam kaba, plastik bir süzgeç yardımı ile süzün. Tekrar homojen bir kıvam alması için ahşap veya plastik spatula ile karıştırın. Hazırladığınız kefiri 1 hafta buzdolabında saklayarak tüketebilirsiniz.

Öneri

Kefiri keçi sütü yerine sadece inek sütü ile de yapabilirsiniz.

şifa kaynağı



MOZZARELLA PEYNİRİ

3.750 ml çiğ inek sütü
1.5 tatlı kaşığı limon tuzu
1/4 su bardağı su + **1/2** çay bardağı su
1/4 tatlı kaşığı peynir mayası
1 tatlı kaşığı kaya tuzu

1 LİMON tuzunu çeyrek su bardağı su içinde eritin. Peynir mayasını da yarım çay bardağı suyun içinde karıştırarak homojen bir karışım elde edin.

2 Sütü büyük boy bir tencere içinde ocağa oturtun. Limon tuzu ile su karışımını ekleyin. Süt ısınıp 33 dereceye ulaşınca, peynir mayasını ekleyip karıştırın. Ardından ocaktan alıp tencerenin kapağını kapatın. 30 dakika kadar mayalanmaya bırakın. Mayalanma işleminin sonucunda, suyundan ayrışmış ve toparlanmış peynir telemesini keskin bir bıçakla, küçük küplere bölün. Tekrar ocağa alıp, tahta kaşıkla peynirleri çok dağıtmadan karıştırarak 41 dereceye kadar ısıtın. Bu aşamada peynir telemesi sakız gibi bir görünüme sahip olmalı. 41 dereceye ulaşan suyun içindeki peynirleri bir kevgir yardımıyla alın ve geniş bir süzgeçte biriktirin.

3 Suyun içinde hiç peynir kalmayınca, suya tuz ekleyip ocağın altını açın. Suyu 85 dereceye kadar ısıttıktan sonra peynirleri tekrar kevgir ile suyun içine bırakın. Tahta bir kaşıkla peynirleri sündürerek karıştırın. Arada kevgirle peynirleri içinden alıp yoğurarak pürüzsüz bir kıvam almasını sağlayın ve tekrar suyun içine bırakın. Bu aşamada peynirlerin ısısı her zaman 57 derece, suyun ısısı 85 derece olmalıdır. Sürekli kontrol etmelisiniz.

4 Bu işlemi iki kere daha tekrarladıktan sonra elinizle peynirleri çekiştirerek top haline getirin. Bu sırada başka bir kabın içine buzlu su hazırlayın ve altına doğru çekiştirerek top yaptığınız peynirleri buzlu suyun içine atın.

5 Peynir altı suyunuz oda sıcaklığına geldiğinde, peynirleri bu suyun içinde muhafaza edebilirsiniz. Yaklaşık 400 gram çıkan mozzarella peynirini, buzdolabında 10 gün kadar muhafaza edebilirsiniz.

MASCARPONE

800 ml krema
2 çorba kaşığı limon suyu

1 KREMAYI kalın tabanlı bir tencereye boşaltın ve karıştırarak ısıtmaya başlayın. Krema ısındıkça sulanmaya başlayacaktır. Eğer bir termometreniz varsa, 85 derece sıcaklığa ulaştığında limon suyunu ekleyin ve ocaktan alın. Eğer yoksa, kaynamaya başlamadan hemen önce limon suyunu ekleyin ve ocaktan alın.

2 10 dakika kadar sürekli karıştırarak soğumasını sağlayın. Daha sonra üzerine temiz bir mutfak bezi örterek oda sıcaklığına gelene kadar bekleyin. Oda sıcaklığına gelen mascarpone peynirini, 2 kat yaptığınız tülbentle süzün. Ardından üzerini kapatıp buzdolabına alın. Mascarpone peynirini buzdolabında yaklaşık 12 saat tamamen süzülene kadar bekletin. Koyu kıvamlı krema halini aldığında hazır demektir.

Öneri

Karışımın kıvamı fazla cıvık olursa chia tohumu ekleyebilirsiniz. Eğer fazla katı olursa da kontrollü olarak peynir altı suyu ekleyebilirsiniz.



Quark nedir?

Quark kefirin ısı ile kestirilmesi ve süzülmesi ile oluşan bol proteinli, krema kıvamında taze bir peynirdir.

KEFİR PEYNİRİ (QUARK)

2 litre kefir
1/2 çay kaşığı tuz

1 FIRINI 100 derecede ısıtın. Oda sıcaklığındaki kefiri, ısıya dayanıklı derin bir cam kaba veya derin güvece boşaltın. Düşük sıcaklıkta ısınan kefirin süt proteinleri suyundan ayrışarak yavaşça üste çıkmaya başlar. Ortalama 2-3 saat içinde, kefir altı suyu ile peynirin ayrışma işlemi tamamlanacaktır.

2 Mayalama işlemi bittikten sonra plastik bir süzgecin içine, temiz bir tülbent serip peyniri süzülmeye bırakın. Suyu süzülüp pıhtılar tülbentte kaldığında, peynirinizi tülbent ile iyice sıkın. Ağzını bir mandal veya iple bağlayıp üzerine ağırlık koyarak bir gece buzdolabında bekletin. Dolaptan çıkardığınız peyniri dilerseniz yarım çay kaşığı tuz ile karıştırıp tüketebilirsiniz. Dilerseniz tuzsuz da hazırlayabilirsiniz.





Aşçının notu

- Kefir peynirini daha sürülebilir kıvamda tüketmek istiyorsanız krem peynir kıvamına gelene kadar çırpın.
- Kefir peynirini süzdüğünüzde altta kalan suyu dökmeyip çorbalarınıza, ekmeklerinize katarak besin değerlerini arttırabilirsiniz.
- Ev kefiri yerine içerisinde en az katkı maddesi bulunan hazır kefirlerle de kefir peyniri yapabilirsiniz.

EV YOĞURDU

1 litre günlük inek sütü
1 litre günlük manda sütü
2 çorba kaşığı ev yoğurdu

SÜTLERİ büyük bir tencereye alıp kısık ateşte yanan ocağa oturtun. Parmağınızı içine batırdığınızda 7 saniye süre ile tutabileceğiniz sıcaklığa gelene dek karıştırarak ısıtın ve ocaktan alın. 45 derece sıcaklığa gelen sütten bir kepçe alıp maya olarak kullanacağınız 2 çorba kaşığı yoğurdun içine karıştırın. Süt ile yoğurt tamamen karıştıktan sonra bu karışımı tenceredeki süte ekleyin. Tencerenin kenarından başlayarak yavaş hareketlerle karıştırın. Tamamen karıştıktan sonra mayalama kabınızın ağzını kapatıp battaniye veya havlularla sarın. Evinizin rüzgar almayan, sıcak bir köşesinde en az 4-5 saat bekletin. Mayalandıktan sonra ağzı açık şekilde buzdolabına koyup 12 saat bekletin. Sürenin sonunda yoğurdunuz kullanıma hazır hale gelecektir.



Aşçının notu

➠ Eğer çiğ süt kullanacaksanız sütü önce kaynatın. Ardından parmağınızı yakmayacak sıcaklığa gelene kadar ılınmasını bekleyin. Eğer günlük süt kullanacaksanız kaynatmadan, sadece ısıtarak mayalayabilirsiniz.

➠ Toprak kapta mayalanan yoğurt daha az su bırakacağı için daha katı kıvamlı olacaktır. Ayrıca sütünüzün yağ oranına göre yoğurdunuzun kıvamı değişebilir.

➠ Yoğurdunuzu kabından tahta kaşıkla alırsanız sulanmasını en aza indirebilirsiniz.

➠ Sütünüz daha sıcakken mayalarsanız yoğurt ekşi olabilir. Mayalandırma sıcaklığının altında ise de kıvamı tutmayabilir.

➠ Eğer günlük süt yerine çiğ süt kullanacaksanız, önce tamamen kaynatıp ardından mayalama sıcaklığına gelmesini beklemelisiniz.



DİLŞAT YAŞAR
dilsat@lokmalokma.com
www.lokmalokma.com

Kahvaltıdan akşam yemeğine, hemen her öğün kendine sofrada yer bulabilen hamurişlerini hazır almak yerine evde yapmak isteyenler için ***Dilşat Yaşar,*** tereyağı, peyniri ve sütü bol tariflerini bizlerle paylaştı.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

Hamurişleri

peynir aşkına

PEYNİRLİ KEK

Tarifi **32.** sayfada



şaşın yanına

KAYMAKLI POĞAÇA

Tarifi **32.** sayfada

PEYNİRLİ KEK 6-8 KİŞİLİK

4 adet kurutulmuş biber
4 adet kurutulmuş domates, **3** adet yumurta
2 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı
1 çay bardağı zeytinyağı
1.5 su bardağı süt, **3** su bardağı un
1 paket kabartma tozu
1.5 su bardağı küp doğranmış beyaz peynir
1/2 su bardağı irice ufalanmış tulum peyniri
3-4 dal taze kekik ya da maydanoz, tuz

1 KURUTULMUŞ biber ve domatesi ayrı kaplara alıp, üzerlerini hafif geçecek kadar sıcak su ilave edin ve 2 dakika dinlendirin. Suyunu süzüp incecik kıyın ve kenara alın.

2 Yumurtaları mikser yardımıyla çırpın. Eritilmiş ılık tereyağı, zeytinyağı ve süt ekleyip karıştırın. Ayrı bir yerde un, kabartma tozu ve tuzu karıştırın. Daha sonra yumurtalı karışıma ekleyin. Peynirleri ve kekiği ilave edip bir kaşık yardımıyla hafifçe karıştırın. Yağlanmış orta boy kare kek kalıbına malzemeyi döküp, önceden ısıtılmış 180 derecede fırında 30 dakika pişirin.

Domates sos

Peynirli keki domates sosu ile servis edebilirsiniz. Bunun için 25-30 adet kiraz domatesi, iki diş ezilmiş sarmısak, yarım çay kaşığı tuz, 1 tutam karabiber ve yarım çay bardağı zeytinyağı ile fırınlayın. Fırından çıkarınca üzerine birkaç adet daha kiraz domates ve taze kekik ekleyip hafifçe ezin ve kekin yanında servis yapın.





KAYMAKLI POĞAÇA 8-10 KİŞİLİK

3 su bardağı un, **1** paket kuru maya
2 çorba kaşığı silme tozşeker
150 gram kaymak, **1** çay bardağı süt
1 çay bardağı zeytinyağı
2 çorba kaşığı oda sıcaklığında tereyağı
1 adet yumurta, **1** adet yumurtanın akı
1 çorba kaşığı elma sirkesi
1 çay kaşığı kurutulmuş toz dereotu
100 gram tatlı lor peyniri
100 gram tulum peyniri
1/2 demet dereotu, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN:
1 çorba kaşığı su, **1** adet yumurta sarısı
1 tatlı kaşığı susam

1 UN, kuru maya, tozşeker ve tuzu derin ve geniş bir kapta karıştırıp, ortasını havuz gibi açın. 100 gram kaymak, süt, zeytinyağı, tereyağı, yumurta, yumurta akı ve sirke ekleyip iyice karıştırın. Toz dereotunu da ekleyip yumuşak kıvamlı bir hamur elde edene dek yoğurun. Hamuru toparlayıp, üzerini bir bezle kapatarak sıcak bir ortamda 30 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda 25 bezeye ayırıp, elinizde yuvarlayın.

2 Ayrı bir yerde kalan kaymak, lor peyniri, tulum peyniri, karabiber ve kıyılmış dereotunu karıştırın.

3 1 adet hamuru avucunuza alıp, yassılaştırın. Ortasına peynirli karışımdan 1 tatlı kaşığı koyup, kapatın ve yuvarlayın. Kalan hamurları da aynı şekilde hazırlayıp, pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Üzerlerini çatalla çizin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10 dakika pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, üzerlerine su, yumurta sarısı karışımını sürüp, susam serpin ve 20 dakika daha pişirin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.

DÖRT PEYNİRLİ PİZZA 8 DİLİM

1 çay kaşığı (5 gram) kuru maya
1 su bardağı su+**2** Türk kahvesi fincanı su
1 çay kaşığı tozşeker
2 su bardağı un
2 çorba kaşığı domates sos
10 adet adaçayı yaprağı
150 gram eriyebilen keçi peyniri
100 gram kolot peyniri
100 gram lor peyniri
100 gram otlu sepet peyniri
1 çay kaşığı tuz

1 MAYA, su ve tozşekeri karıştırıp 5 dakika dinlendirin. Ayrı bir yerde un ve tuzu harmanlayıp, ortasını havuz gibi açın ve mayalı karışımı ilave edip, kenarlardan ortaya azar azar malzeme indirerek 10 dakika yoğurun. Hamur toparlandığında yağlanmış geniş bir kaba alın. Üzerini bezle örtüp, sıcak bir ortamda 30 dakika dinlendirin.

2 Unlanmış zemin üzerinde hamuru incecik açıp kenarlarını hafifçe kıvırın. Üzerine domates sos sürün. Peynirleri birlikte harmanlayıp hamurun üzerine yayın ya da dilerseniz farklı peynirleri ayrı bölümler halinde yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kenarları hafif kızarana dek pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

Aşçının notu

- Pizza yaparken çeşitli bölgelerin peynirlerini tercih edebilirsiniz.
- Pizza hamurunun zemininde eriyecek bir peynir cinsi kullanıp, üzerine dilediğiniz peynirleri (tuz derecelerini tadarak) ilave edebilirsiniz.
- Damak zevkinize göre domates sos kullanmayabilirsiniz.



herkes sever

DÖRT PEYNİRLİ PİZZA

Tarifi yan sayfada



DİLŞAT'IN DENEME MUTFAĞI

PEYNİRLİ SUFLE

4 KİŞİLİK

4 çorba kaşığı tereyağı
4 çorba kaşığı un, 2 su bardağı süt
3 adet yumurta sarısı
1/4 çay kaşığı çekilmiş muskat
4 adet yumurtanın akı, tuz, karabiber
1 çay bardağı + 1 çorba kaşığı rendelenmiş kaşkaval peyniri

1 4 ADET porsiyonluk fırın kabını yarım çorba kaşığı tereyağı ile yağlayıp buzdolabına koyun.

2 3 çorba kaşığı tereyağını eritip 3 çorba kaşığı unu ekleyin ve birkaç dakika kavurun. Tel çırpıcıyla karıştırarak yavaş yavaş sütü ilave edin ve ipeksi bir kıvam alana dek karıştırmaya devam edin. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın.

3 Fırın kaplarını buzdolabından alıp, kalan yarım çorba kaşığı tereyağı ile yağlayıp, 1 çorba kaşığı unla unlayın. Ters çevirip fazla unu silkeleyin ve yeniden buzdolabına alın.

4 Yumurta sarısı, tuz, karabiber ve muskatı tel çırpıcı ile iyice çırpın. 1 çay bardağı kaşkaval peyniri ekleyip kaşık yardımıyla karıştırın. Daha sonra tereyağlı karışıma ilave edip karıştırın.

5 Yumurta aklarını bir tutam tuz ile kar haline gelene dek çırpın. Diğer karışıma ilave edip, söndürmemeye dikkat ederek alttan üste hafifçe karıştırın ve sufle kalıplarının ¾'ünü karışım ile doldurun. Üzerlerine 1'er çorba kaşığı kaşkaval peyniri serpiştirip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 25 dakika pişirin. Fırından alır almaz bekletmeden servis yapın.

Püf noktaları

- Tereyağı, un ve sütten oluşan karışımı hazırlarken topak oluşursa tel süzgeçten geçirebilirsiniz.
- Yumurta aklarına sarısından bir damla bile karışır ise veya mikser kabında çok az yağ kalmış dahi olsa aklar kar halini almaz. O nedenle mikser kabını birkaç damla limon suyu ile temizledikten sonra kullanmanızda fayda var.
- Sufle pişirirken fırının kapağını açarsanız sufleniz kabarmaz .
- Kaşkaval peyniri yerine eriyebilen başka bir peynir de kullanabilirsiniz.

FIRINLANMIŞ SEBZE İLE PEYNİRLİ KİŞ

6-8 KİŞİLİK

175 gram küp doğranmış soğuk tereyağı
225 gram un
1 adet yumurta

ÜZERİ İÇİN:
2 adet irice piyazlık doğranmış kırmızı soğan
2 adet jülyen doğranmış kırmızı biber
10 adet dilimlenmiş kestane veya kültür mantarı
3-4 dal kuşkonmaz
1 çorba kaşığı zeytinyağı
2 su bardağı krema
4 adet yumurta
180 gram lor peyniri
Tuz, karabiber

1 TEREYAĞI ve unu önce mikserin orta, sonra yüksek devrinde kum gibi olana kadar hamur aparatıyla karıştırın. Yumurta ve gerekirse 1 çorba kaşığı soğuk su ekleyip hamur birleşene dek karıştırın.

2 Orta boy yuvarlak tart kalıbını yağlayıp, hamuru unlu zeminde tart kalıbının kenarlarını da kaplayacak büyüklükte açın ve kalıba yerleştirin. Kenarlarını hafifçe bastırın. Ortasından çatalla delikler açın ve streç film ile kapatıp buzdolabında 15 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda streç filmi çıkarıp, tartın ortasına pişirme kağıdı yerleştirin ve hamurun kabarmasını önlemek için bir avuç bakliyat serpiştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Fırından çıkarıp, üzerindeki bakliyatları ve pişirme kağıdını alıp, yeniden fırına verin. Üzeri kızarana dek yaklaşık 15 dakika pişirin.

3 Üzeri için sebzeleri zeytinyağı, tuz ve karabiber ile harmanlayıp, fırın tepsisine alın ve önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30-40 dakika pişirin.

4 Ayrı bir yerde krema, yumurta, peynir, tuz ve karabiberi çırpıp tartın üzerine yayın. Daha sonra fırınlanmış sebzeleri yerleştirin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Sıcak veya soğuk olarak servis yapın.

vejetaryen

FIRINLANMIŞ SEBZE İLE PEYNİRLİ KİŞ

Tarifi yan sayfada

Öneri

• Hamuru kalıba yerleştirdiğinizde pişme sırasında küçüleceğini unutmayın. Elinizle hafif bastırarak hamuru kalıba genişçe yayın.

• Artan hamuru tart hamurunun fırında çatlaması durumunda kullanabilirsiniz. Açılan kısmı, yumurta akıyla hafifçe fırçalayıp, hamur parçasını kapatabilirsiniz.

herkes yapabilir

PIRTIK BÖREK 6-8 KİŞİLİK

4 adet yufka, **5** çorba kaşığı eritilmiş tereyağı
2 adet yumurta, **1** su bardağı süt, **1/2** demet maydanoz
100 gram beyaz peynir, **100** gram lor peyniri, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN: 1 adet yumurta sarısı
1 çorba kaşığı zeytinyağı, **1** tatlı kaşığı çörekotu

1 ADET yufkayı, 1 çorba kaşığı tereyağı ile yağlanmış orta boy fırın kabına, kenarlarından taşacak şekilde yerleştirin. Yumurtaları çırpıp, 4 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı ve süt ilave edip birlikte yeniden çırpın. Kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiber katıp karıştırın. 3 adet yufkayı gelişigüzel parçalayıp yumurtalı karışıma ekleyerek karıştırın. Peynirleri bir kaseye ufalayıp, yumurtalı karışıma ekleyin. Daha sonra fırın kabının içine yerleştirip, kenarlardan sarkan yufka parçalarını ortaya doğru katlayın. Üzeri için yumurta sarısı ve zeytinyağını çırpıp yufkanın üzerine sürün. Çörekotu serpip buzdolabının alt rafında 15-20 dakika dinlendirin. Buzdolabından alıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 30 dakika üzeri kızarana dek pişirin.

İNTİKAMDAN DOĞAN İMKANSIZ BİR AŞK MASALI...



HERCAİ

YAKINDA

mia

atv25



NASIL YAPILIR?

MELİS ÇOLAK

GHEE

Anadolu ve Kafkaslar'da "sadeyağ" olarak da bilinen ghee, yüzyıllardır bilinen değerli bir besindir. Oda sıcaklığında muhafaza edilebilmesinden dolayı çok pratik ve kullanışlıdır. ***Melis Çolak***, tüm aşamaları ve püf noktalarıyla ghee yapımını anlatıp, bu sağlıklı yağ ile yapılan üç pratik tarif önerisi hazırladı.

Styling: **MELİS ÇOLAK** Fotoğraf: **ÇAĞLA GEZENER**

GHEE

2 kg tereyağı

TEREYAĞINI sos tenceresine alın. Orta ateşte eritin. Erime esnasında üzerinde oluşan köpüğün tamamını başka bir kaba alın. Üzerinde hiç köpük kalmamalı. Köpük bitince, kısık ateşte süt bileşenlerinin dibe çökmesini ve kahverengileşmesini bekleyin. Rengi koyulaşınca elde ettiğiniz yağı tülbent yardımı ile süzün. Süzdüğünüz yağı oda sıcaklığında veya buzdolabında muhafaza ederek tüketebilirsiniz.

Öneriler

- Ghee yapımında dilediğiniz miktarda tereyağı kullanabilirsiniz.
- Elde ettiğiniz ghee yağına kekik, biberiye, fesleğen gibi dilediğiniz aromatik bitkileri de ekleyebilirsiniz.

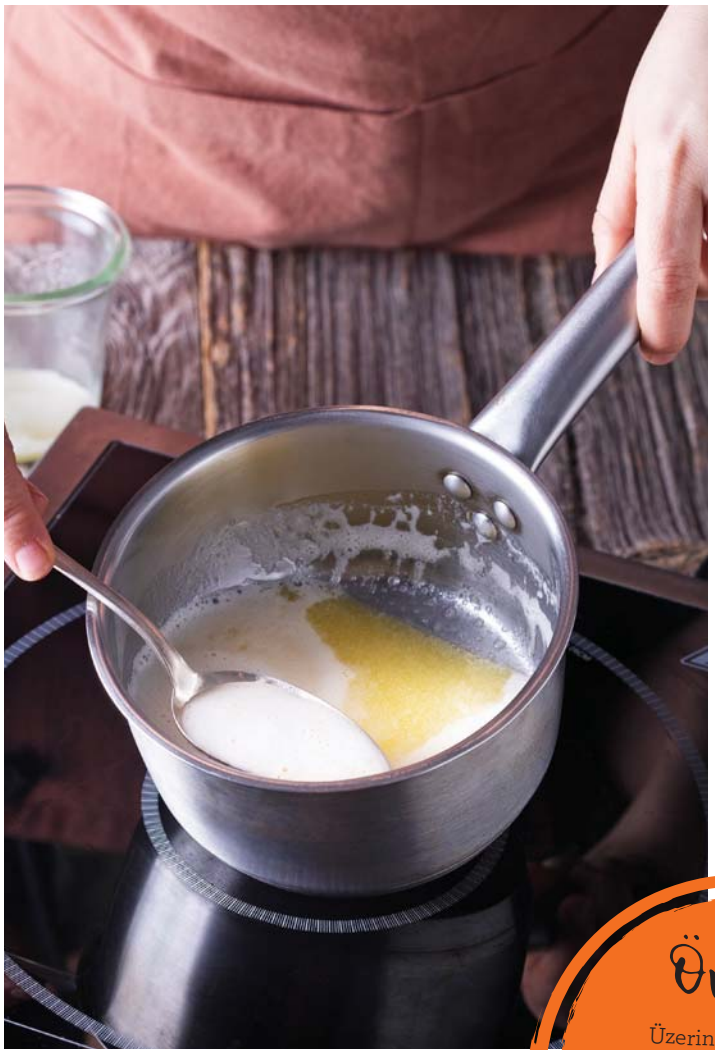
Aklınızda bulunsun!

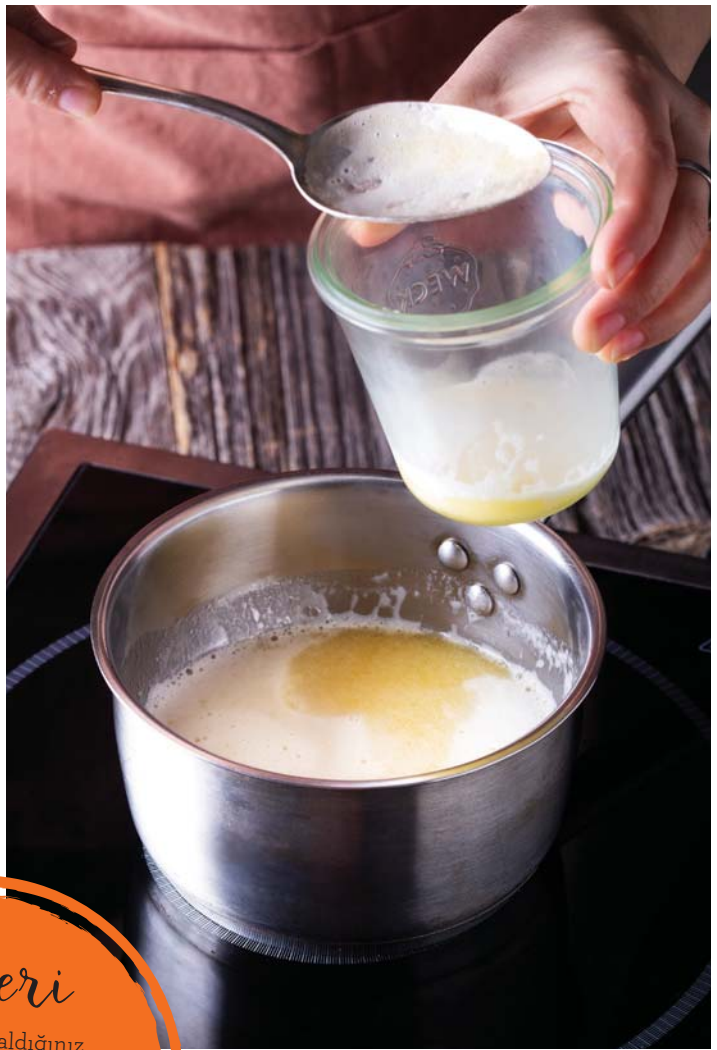
• Köpükler temizlendiği zaman elde ettiğiniz yağa "clarified butter" adı verilir. Ghee ise bu yağın içindeki süt bileşenlerinin karamelize olarak yağa özel bir tat vermesiyle olur.

• Ghee, süt bileşenlerinden ve suyundan arınmış tereyağıdır. Bu nedenle yanmadan, normal tereyağından çok daha yüksek derecelere kadar dayanabilir.

• Ghee, içindeki laktoz ve kazein bulunan kısımlarından yani süt bileşenlerinden ayrıldığı için laktoz ve kazein intoleransı olanlar tarafından da kullanılabilir.

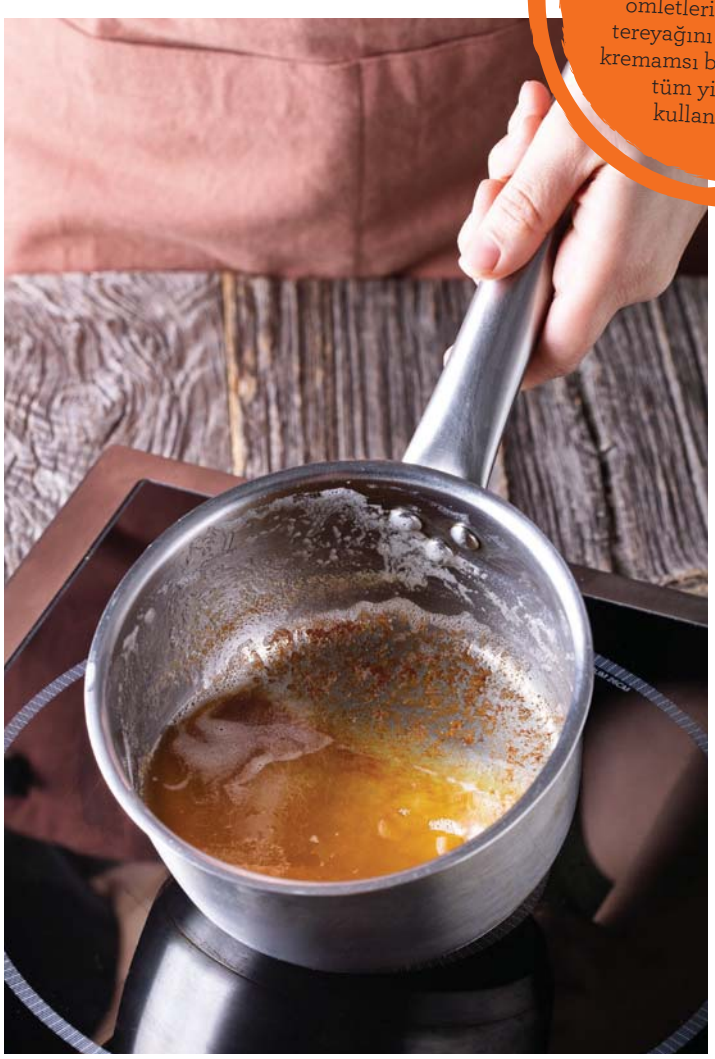
Zemin, tabak ve aksesuarlar: **Studio Cucina**





Öneri

Üzerinden aldığınız köpüğü, patateslerinizde, omletlerinizde, kısacası tereyağını kullanacağınız, kremamsı bir his istediğiniz tüm yiyeceklerde kullanabilirsiniz.





Ghee (Sadeyağ) hakkında...

Berraklaştırılmış tereyağı veya susuz süt yağı olarak da bilinen Ghee, tereyağının saflaştırılmış halidir. Başta Asya olmak üzere, Afrika'nın belirli kesimlerinde ve Hindistan'da uzun süredir bilinen ve kullanılan bir yağdır. Tereyağının doymuş yağ içeriği yüksek olması nedeniyle fazla miktarda tüketimi önerilmez, günlük ortalama 1 tatlı kaşığı yeterlidir. Ghee ile yapılan çalışmalarda ise diyetin yüzde 5-10 oranında ghee içermesinin (1 çorba kaşığı) kan kolesterol ve trigliserit düzeylerini etkilemediği ortaya konmuştur. Bir başka çalışma, ghee kullanımının karaciğer mikrozomlarında kolesterol biyosentezinden sorumlu olan HMG-CoA redüktaz aktivitesini etkilemediğini göstermektedir. Bu da, kolesterol içermediği için kolesterolü yükseltmediği anlamına gelmektedir. 2018 yılında 200 kişide yapılan bir çalışma sonucuna göre ghee tüketimi; LDL kolesterolü azaltıp, HDL kolesterol seviyelerini yükselttiğini göstermiştir. Kısa zincirli yağ asitlerinden olan bütirik asit içeriği ile sindirim sistemi üzerinde etkilidir, mide ve bağırsağa fayda göstermekte, aynı zamanda anti-iflamasyon etkisi de bulunmaktadır. A, D, E, K vitaminlerini ve CLA (konjuge linoleik asit) içerir. Laktoz ve kazein gibi allerjen proteinler içermediği için intoleransı olanlar rahatlıkla tüketebilir. Kolesterol içermediği için özellikle kolesterol değerleri yüksek veya kalp-damar hastalığı olup tereyağı yemek isteyen bireyler için iyi bir alternatiftir.

Dr. Diyetisyen (PhD)
Gamze Şanlı Ak
Moso Diyet ve
Beslenme Danışmanlığı

FIRINDA TATLI PATATES (HASSELBACK) 2-4 KİŞİLİK

3-4 çorba kaşığı biberiyeli ghee (sadeyağ), **2** adet büyük boy tatlı patates
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber, tuz, karabiber

TATLI patatesleri, kabuklarını soymadan iyice temizleyin. Patatesin en alt kısmı bütün kalacak şekilde, üstten ince dilimler keser gibi derin kesikler atın. Hazırladığınız patateslerin her tarafına biberiyeli ghee sürün. Tuz, karabiber ve toz kırmızıbiber serpin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında her 5 dakikada bir üzerine ghee sürerek patatesleri pişirin. Patatesler yumuşadığında ve üzeri kabuk tutup kızardığında fırından alın. Son kez ghee sürüp biberiye ile süsleyerek servis yapın.

Öneriler

- Eğer patates dilimlerken zorlanırsanız, patatesin altına diklemesine bir şiş geçirerek dilimlemeyi deneyin. Keserken bıçak şişe takılacağı için dip kısmını kesmenizi engelleyecektir.
- Tatlı patatesin kabukları kalın olduğu için patatesleri soyarak da kullanabilirsiniz.



Öneri

Süzme işlemi bittikten sonra içine toz zerdeçal ve az karabiber ekleyerek, antioksidan yönünden daha zenginleştirilmiş bir yağ da elde edebilirsiniz.



FIRINDA TATLI PATATES (HASSELBACK)

Tarifi yan sayfada

NASIL YAPILIR?

KAĞITTA SOMON 2 KİŞİLİK

1 dilim büyük boy somon, 1/2 havuç
2 adet kuşkonmaz, 1 dal taze soğan, 1/4 kırmızı soğan
2 çorba kaşığı fesleğenli ghee (sadeyağ)
1 adet limonun rendelenmiş kabuğu, tuz, karabiber

HAVUCU jülyen doğrayıp kuşkonmazları dörde bölün. Küçük bir fırın kabına pişirme kağıdı yerleştirin. Havuç ve kuşkonmazları fırın kabına dizip sebzelerin üzerine somonu yerleştirin. Piyazlık doğranmış kırmızı soğan ekleyin. Tuz, karabiber ve limon kabuğu ilave edin. Üzerlerine fesleğenli ghee sürün. En son ince kıyılmış taze soğan serpin ve kabın üzerini pişirme kağıdı ile kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında, 15 dakika pişirin. Sonra pişirme kağıdı ile birlikte servis yapın.

SARMISAKLI VE ZERDEÇALLI PİLAV 4-6 KİŞİLİK

5 çorba kaşığı ghee (sadeyağ), **2** su bardağı basmati pirinci
1 diş sarmısak, **1/4** çay kaşığı kimyon
1/2 çay bardağı karabiber, **1/2** çay kaşığı tarçın
1 çay kaşığı toz zerdeçal, **2** adet defne yaprağı
3 su bardağı sıcak su, **1** çay bardağı kuruüzüm
1/4 demet taze kişniş, **1** çay kaşığı tuz

GHEE'Yİ tencereye alıp, rendelenmiş sarmısak ve baharatları ekleyin. Yağ eridikten sonra 2 dakika baharatları kavurup ardından pirinci ekleyip kavurmaya devam edin. Yağ ile pirinç iyice harmanlandıktan sonra su, üzüm ve tuz ekleyip altını kısın. Tencerenin kapağını kapatıp suyunu çekene kadar kısık ateşte 10-15 dakika pişirin. Suyunu çektikten sonra gelişigüzel doğradığınız taze kişnişi ekleyin. Tencerenin üzerine kâğıt havlu kapatıp 10-15 dakika demlendirdikten sonra servis yapın.

Öneri

Biberiye, kekik, fesleğen gibi taze baharat eklenmiş aromatik ghee elde etmek için temel ghee tarifini uygularken, köpüklerini aldığınız aşamada, kıyılmış taze baharatları ekleyip kalan işlemi olduğu gibi uygulayın. Ardından donmaya bırakın.



ELMALI CRUMBLE 6-8 KİŞİLİK

3 adet elma, **2** çorba kaşığı esmerşeker
1 çorba kaşığı badem unu
1 tatlı kaşığı tarçın, **1/2** limonun suyu

CRUMBLE İÇİN:
4 çorba kaşığı ghee (sadeyağ)
150 gram badem unu
50 gram esmerşeker
10-15 adet iri kırılmış ceviz içi

ÜZERİ için irice doğradığınız elmaları bir kâseye koyun. Limon suyunu ekleyip karıştırın. Esmerşeker, badem unu ve tarçın ekleyip kenara alın. Crumble için tüm malzemeyi karıştırın. Ardından 20 cm'lik yuvarlak bir turta kabının tabanına elmalı karşımı, sonra da üzerine hazırladığınız kırıntıyı serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, üzeri kızarıp elmalar yumuşayana kadar pişirin. 5 dakika dinlendirip sıcak servis yapın.

DOĞAL VE YERLİ Gelato Püresi

Üretim esnasında hiçbir katkı maddesi kullanılmadan ve ülkemizde yetiştiği bölgelerden özel olarak toplanan en kaliteli kuruyemişlerden doğal olarak üretilen AlsoGelato püreleri piyasaya sunuluyor.



Türkiye dünyanın en kaliteli badem, yer fıstığı, fındık, ceviz ve özellikle antepfıstığı üretimi ile biliniyor.
Bu hammaddelerden yola çıkan AlsoGelato, uluslararası bir dondurma üretim tekniği olan gelato tipi dondurma üretimi için gelato pazarına paste (püre olarak) hitap eden ürünler hazırlıyor.
Ürünler, üretim esnasında hiçbir katkı maddesi kullanılmadan ve bölgelerinden özel olarak toplanan en kaliteli kuruyemişlerden üretiliyor.
Bu yıl 7-10 Mart tarihlerinde Ankara'da yapılacak olan IBATECH fuarı öncesinde pazara sunulacak olan AlsoGelato püreleri, ilk yılında sektöründeki firmalarla tanışmaya hazırlanıyor. İlk olarak Mart ayı ile birlikte önce püre ve daha sonra Mayıs ayına doğru besleme malzemeleri ile pazardaki yerini alacak.
AlsoGelato, doğal üretim yapan bir marka olmasının yanı sıra, gelato sektörüne maliyet açısından da katma değer sağlayacağı inancında.

- Ürünün diğer ürünlerden temel farkı ülkemizin en iyi hammaddelerinden yapılması ve milli katma değer yaratması, ayrıca kullanımı sırasında nefasetinden dolayı farklılık yaratması olarak özetlenebilir.
- Ürün öncelikle Gelato pazarına paste (püre) olarak hitap edecek. Daha sonra bakery (pastry) pazarında kullanılabilecek. Ayrıca dondurma üretiminde kullanıldığı gibi pasta ve çikolata üretiminde özel hazırlanmış reçetelerle birlikte kullanıma da uygun görülmektedir.
- Paste (püre) çeşitleri 3.5 kg hava almayan ambalajlarda sunulacak.
- Öncelikli olarak yerli hammadde kullanılmasından dolayı ve daha sonra da üretimin ülkemizde yapılıyor olmasından kaynaklanan maliyet avantajları fiyatlara yansıyacak.
- Daha sonra yine aynı ebatta gelato sektörüne yönelik verigato besleme (süsleme) ürünlerinin de en kısa zamanda satışına başlanacak.



• www.alsogelato.com.tr • info@alsogelato.com.tr



GELENEKSEL

ŞEFİKA GÜNYEL
www.cheffika.com

Başka hiçbir besin maddesinin yerini tutamadığı süt ile yoğurttan peynire ve tereyağına dek bu değerli besinden elde edilen ürünler, yüzlerce yıldır mutfağımızın başköşesinde yer alıyor ve sayısız yemeğe lezzet katıyor. Şef ***Şefika Günyel,*** Türk Mutfağı'ndan süt ve süt ürünlerinin başrolde olduğu tarifleri sofralarınıza taşıyor.

Stilist: **MİNE NARTOP** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

mmm nefis!

SÜTLÜ ERİŞTE

Tarifi yan sayfada

Sütün LEZZET HALLERİ

SÜTLÜ ERİŞTE
4 KİŞİLİK

3 su bardağı ev eriştesi
1 su bardağı süt
2 su bardağı su
2 çorba kaşığı tereyağı

ÜZERİ İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı
1/2 su bardağı iri kıyılmış ceviz
1 su bardağı tulum peyniri veya çökelek
Biberiye veya maydanoz

SÜT, su ve tereyağını bir tencereye alın ve kaynamaya bırakın. Diğer taraftan 1 su bardağı erişteyi kenara ayırın. Kalan erişteyi yapışmaz yüzeyli bir tavaya alıp 5 dakika karıştırarak kavurun. Ocaktaki karışım kaynamaya başlayınca tüm erişteyi üzerine ekleyin. Kapağını kapatıp pilav pişirir gibi suyunu çekmesini bekleyin. Suyunu tamamen çekince üzerine kağıt havlu kapatıp 5 dakika demlenmeye bırakın. 1 çorba kaşığı tereyağını eritip cevizleri 1-2 kez çevirin. Ufalanmış peynirle birlikte eriştenin üzerine serpin. Biberiye veya maydanozla süsleyerek servis yapın.



KARNABAHAR SOSLU HÜNKAR BEĞENDİ

6 KİŞİLİK

1 kg tavuk göğüs eti
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet büyük boy soğan
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı domates salçası
Yeteri kadar su
1 tutam karabiber
1 çay kaşığı tuz

KARNABAHARLI BEŞAMEL SOS İÇİN:
1 adet küçük boy karnabahar
3 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı tepeleme un
4 su bardağı süt
1/2 su bardağı rendelenmiş taze kaşar peyniri
1 tutam karabiber
1 çay kaşığı tuz

TAVUK etini kuşbaşı doğrayın. Zeytinyağını tencereye alıp üzerine eti ekleyin ve 7-8 dakika karıştırarak kavurun. Üzerine yemeklik doğranmış soğanı ilave edin. 2 dakika birlikte kavurup salçaları ekleyin. 5 dakika kavurup, tuz, karabiber ve malzemenin üzerini 3-4 parmak geçecek kadar sıcak su katın. Orta ateşte et yumuşayana dek pişmeye bırakın. Karnabaharlı beşamel sos için, karnabaharı çiçeklerine ayırıp tuzlu suda haşlayın. Çiçeklerin sap kısımlarını kesip bir çatalla ezin. 3 çorba kaşığı tereyağını bir tencereye alıp kızdırın. Üzerine unu ilave edin ve sürekli karıştırarak rengi dönene dek kavurun. Azar azar ve sürekli karıştırarak sütü ilave edin. Süt kaynamaya başlayınca altını kısın. Karnabahar, kaşar peyniri, tuz, karabiberi ekleyip sürekli ve hızlı karıştırarak 5 dakika pişirin, ocaktan alın. Karnabaharlı beşamel sosu servis tabaklarına koyun. Üzerine tavuk etini yerleştirip servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

• Karnabahar soslu hünkar beğendi yaparken kavurduğunuz tavuğa doğranmış taze sarmısak, sivri biber ve domates de ekleyebilirsiniz.

• Farklı bir lezzet için sütlü erişte suyunu çektikten sonra içine 2-3 çorba kaşığı krema veya kaymak katabilir, üzerine ceviz yerine kavurulmuş badem veya fındık da ekleyebilirsiniz.

SÜTLÜ LEVREK 2 KİŞİLİK

2 su bardağı süt
2 adet levrek fileto
4 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı un, **10** adet mantar
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
3 adet defne yaprağı
Tuz, karabiber

LEVREK filetoları tuz ve karabiberle tatlandırın. Tereyağını küçük bir tencerede eritip üzerine un ilave edin ve rengi dönene dek kavurun. Un renk değiştirmeye başlayınca sütü yavaş yavaş ve topaklanmasını önlemek için sürekli karıştırarak tencereye ilave edin. Sos kıvam almaya başlayınca, tuz ve karabiber ilave edip ocaktan alın. Sosun yarısını bir fırın kabına koyun. Üzerine levrek fileto, 4'e bölünmüş mantar ve defne yapraklarını yerleştirin. Kalan sosu üzerine gezdirip kaşar peyniri serpin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişirin.





KUZU SORPA 4 KİŞİLİK

750 gram kuşbaşı kuzu eti
1 çorba kaşığı tereyağı, **2** adet soğan
3 su bardağı sıcak su
1 su bardağı yoğurt, **1** adet yumurta
2 tatlı kaşığı silme un
1/2 demet taze soğanın yeşil kısımları
5-6 dal kıyılmış taze nane
Tuz, karabiber

TEREYAĞINI bir tencerede eritip küp doğranmış soğanı kavurun. Eti ekledikten sonra harlı ateşte 1-2 dakika kavurun. Üzerine su ekleyip et yumuşayana dek pişirin. Diğer taraftan yoğurt, yumurta ve unu bir kaseye alıp iyice çırpın. Pişmekte olan etin suyundan 1 kepçe alıp üzerine ekleyin ve karıştırın. Hazırladığınız karışımı azar azar ve sürekli karıştırarak tencereye ilave edin. 1-2 taşım kaynatıp ocaktan alın. İnce kıyılmış taze soğan, nane, tuz ve karabiber ilave edip servis yapın.

Öneriler

• Hazırladığınız beşamel sosa farklı bir lezzet eklemek için rendelenmiş muskat veya dövülmüş damla sakızı da ilave edebilirsiniz.

• Elbasan tavayı et yerine tavuk ile de hazırlayabileceğiniz gibi porsiyonluk kaplar yerine büyük bir fırın kabında da pişirebilirsiniz.

• Tatar Mutfağı'na ait bir yemek olan kuzu sorpa, üzerine tereyağında yakılmış pulbiber gezdirerek de servis yapılabilir.

ELBASAN TAVA 6 KİŞİLİK

500 gram kuzu incik
2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet soğan, **1** su bardağı yoğurt
2 adet yumurta, **1** su bardağı un
1'er çay kaşığı tuz ve pulbiber
1 tutam karabiber
2 çay bardağı sıcak su

TEREYAĞINI bir tavaya alıp yemeklik doğranmış soğanı rengi dönene dek kavurun. Üzerine eti ilave edip 1-2 kez çevirin ve suyu katın. Et yumuşayana dek (gerekirse su ilave ederek) pişirip ocaktan alın. Ilındıktan sonra kemiklerinden ayırıp iri parçalar halinde didikleyin. Tuz, karabiber, pulbiberle karıştırın ve porsiyonluk fırın kaplarına paylaştırın. Yoğurt, yumurta ve unu bir kaba alıp, topak kalmayana dek birlikte iyice çırpın. Etin haşlama suyunu üzerine ekleyip yeniden karıştırın. Daha sonra fırın kaplarına paylaştırın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin.


Sürprizi içinde
SÜTLÜ LEVREK
Tarifi yan sayfada



MÜCEZZAGA 4-6 KİŞİLİK

1 kg yağlı koyun eti, 1 kg yoğurt, 2.5 su bardağı su
4 adet soğan, 1 kg pazı, 1/2 çay kaşığı kişniş
1/2 çay kaşığı damla sakızı, 1/2 çay kaşığı kimyon
1/2 çay kaşığı tarçın, 1/2 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

ETİ kuşbaşı doğrayıp ocakta kullanmaya uygun kapaklı ve büyük bir güvece koyun. Üzerine su ekleyip güveci ateşe oturtun. Su ısındıkça yüzeyinde oluşan köpükleri bir kaşıkla alın. Et, suyunu çekince ince doğradığınız soğanları üzerine ekleyin. Soğanlar yarı yarıya yumuşayınca ince doğranmış pazı ve tuzu yemeğe katın. Kişniş ve damla sakızını birlikte dövün. Kalan baharatlarla birlikte güvece ilave edin. Kapağını kapatıp arada bir karıştırarak et yumuşayana dek pişirin ve ocağın altını kısın. Yoğurdu çırpıp azar azar ve karıştırarak yemeğe ekleyin. 1-2 taşım kaynatıp ocaktan alın ve servis yapın.

Aklımızda bulunsun!

Osmanlı Mutfağı'na ait bir tarif olan bu yemeğe yoğurt, yemek ocaktan alındıktan sonra eklenebilir veya tabaklara konduktan sonra üzerine dökülerek de servis yapılabilir.

PİRUHİ 4-6 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN:
2 su bardağı un, 2 adet yumurta
1/2 çay bardağı sıvıyağ
1 çorba kaşığı eritilip ılıtılmış tereyağı
1 Türk kahvesi fincanı ılık su
1 tatlı kaşığı limon suyu, tuz

İÇ MALZEME İÇİN:
2 su bardağı sert beyaz peynir
1 demet maydanoz, 1 adet soğan

MANTILARI KAPATMAK İÇİN:
1 adet yumurtanın akı, 1 çorba kaşığı sıvıyağ

HAŞLAMAK İÇİN:
Yeteri kadar su
3 çorba kaşığı sıvıyağ, 1 tatlı kaşığı tuz

ÜZERİ İÇİN:
1.5 çorba kaşığı tereyağı
4-5 çorba kaşığı sıvıyağ
1/2 su bardağı iri dövülmüş ceviz
1 tatlı kaşığı pulbiber, 7-8 dal maydanoz

SERVİS İÇİN:
Sarmısaklı yoğurt

1 HAMURU için unu geniş bir kaba alıp ortasını havuz şeklinde açın. Bu kısma yumurta, sıvıyağ, tereyağı, ılık su, limon suyu ve tuz ilave edip karıştırın. Yanlardaki hamuru azar azar ekleyerek sertçe bir hamur elde edene dek yoğurun. Hamurun üzerine nemli bir bez örtüp yarım saat dinlendirin.

2 İç malzeme için beyaz peyniri rendeleyip, kıyılmış maydanozla karıştırın. Soğanı rendeleyip suyunu elinizle sıktıktan sonra üzerine ilave edin.

3 Dinlenen hamuru ikiye bölün ve her parçayı un serperek orta kalınlıkta açın. Daha sonra 4 x 4 cm büyüklüğünde kareler halinde kesin. Üzerlerine peynirli haçtan koyun.

4 Mantıların kenarlarını kapatmak için yumurta akı ve sıvıyağı karıştırın. Kestiğiniz parçaların kenarlarına karışımdan sürüp üçgen şeklinde kapatın ve kenarlarına bastırarak yapışmasını sağlayın.

5 Geniş bir tencerede bol suyu kaynatın. Üzerine tuz ve sıvıyağ ilave edin. Mantıları teker teker ve yapıştırmamaya dikkat ederek suya atın. Mantılar suyun yüzüne çıktıktan sonra 1-2 dakika daha pişirin ve delikli süzgeçle tencereden alın.

6 Tereyağı ve sıvıyağı bir sos tenceresine alıp ısıtın. Üzerine pulbiber ilave edip 1-2 çevirin. Servis tabaklarına aldığınız piruhinin üzerine gezdirin. Dövülmüş ceviz serpip, maydanozla süsleyin ve sarmısaklı yoğurtla birlikte servis yapın.



Öneriler

• Farklı bir lezzet için 1 çorba kaşığı tereyağını ısıtıp 1 çorba kaşığı salçayı kavurun. Üzerine yarım su bardağı sıcak su ilave edip kıvam alana dek pişirin. Tuz, karabiber ve pulbiber ekleyin. Hazırladığınız sosu doğrudan piruhinin üzerine dökebilir veya önce sarmısaklı yoğurt sonra bu sosu dökerek servis yapabilirsiniz.

• Tereyağında kavurduğunuz dövülmüş cevizin üzerine toz kırmızıbiber ve karabiber ekledikten sonra da piruhinin üzerine gezdirebilirsiniz.

emeğe değer

PİRUHİ

Tarifi yan sayfada



TERBİYELİ ETLİ KEREVİZ

4 KİŞİLİK

1 adet büyük boy kereviz
250 gram kuşbaşı kuzu veya dana eti
3 çorba kaşığı tereyağı
1 adet patates, **1** adet havuç
1 adet soğan, yeteri kadar sıcak su
2-3 diş sarmısak
1 çay kaşığı karabiber
1 çorba kaşığı balzamik sirke
1 çay kaşığı tuz

TERBİYESİ İÇİN:
1 su bardağı yoğurt
1 adet yumurta sarısı
2 çorba kaşığı un
1 adet limonun suyu

ÜZERİNE: Dereotu

1 TEREYAĞINI tencereye alıp eti ilave edin ve suyunu salıp çekene dek karıştırarak kavurun. Üzerine 1 su bardağı sıcak su ilave edin ve pişmeye bırakın. Sebzeleri temizleyip, soğanı yemeklik, kereviz, havuç ve patatesi kuşbaşından daha büyük olacak şekilde doğrayın. Et suyunu çekince üzerine soğanı ilave edin. Soğanın rengi dönünce kalan sebzeleri ekleyip beraber 3-4 dakika kavurun. Malzemenin üzerini iki-üç parmak geçecek kadar sıcak su ve iri parçalar halinde doğradığınız sarmısakları ekleyin.

2 Terbiyesi için yoğurt, yumurta sarısı, un, limon suyunu karıştırın ve bu karışımın üzerine yemeğin suyundan bir kepçe ilave edin. Karıştırdıktan sonra terbiyeyi yavaş yavaş yemeğe ekleyip yeniden karıştırın.

3 Tuz ve karabiber katıp kısık-orta arası ateşte patates ve kereviz yumuşayana dek pişirin. Balzamik sirke ekleyip ocaktan alın. Dereotu ile süsleyerek servis yapın.

Aşçının notu

"Terbiyeli etli kereviz" pişirirken kerevizlerin yeşil kısımlarını atmak yerine, ince kıyıp yemeği ocaktan almadan 5 dakika önce içine ilave ederek değerlendirebilirsiniz.

TAKİP ETMEK DEĞİL **GÜVENMEK** İSTİYORUM.

ÖY-
LEY-
SE

BEN ♥ DERGİ

COSMOPOLITAN Esquire Forbes BAZAAR HOME HouseBeautiful

la cı vert minika ÇOCUK minika GO OTOHABER PARA Sofra ŞAMDAN

#ben♥dergi

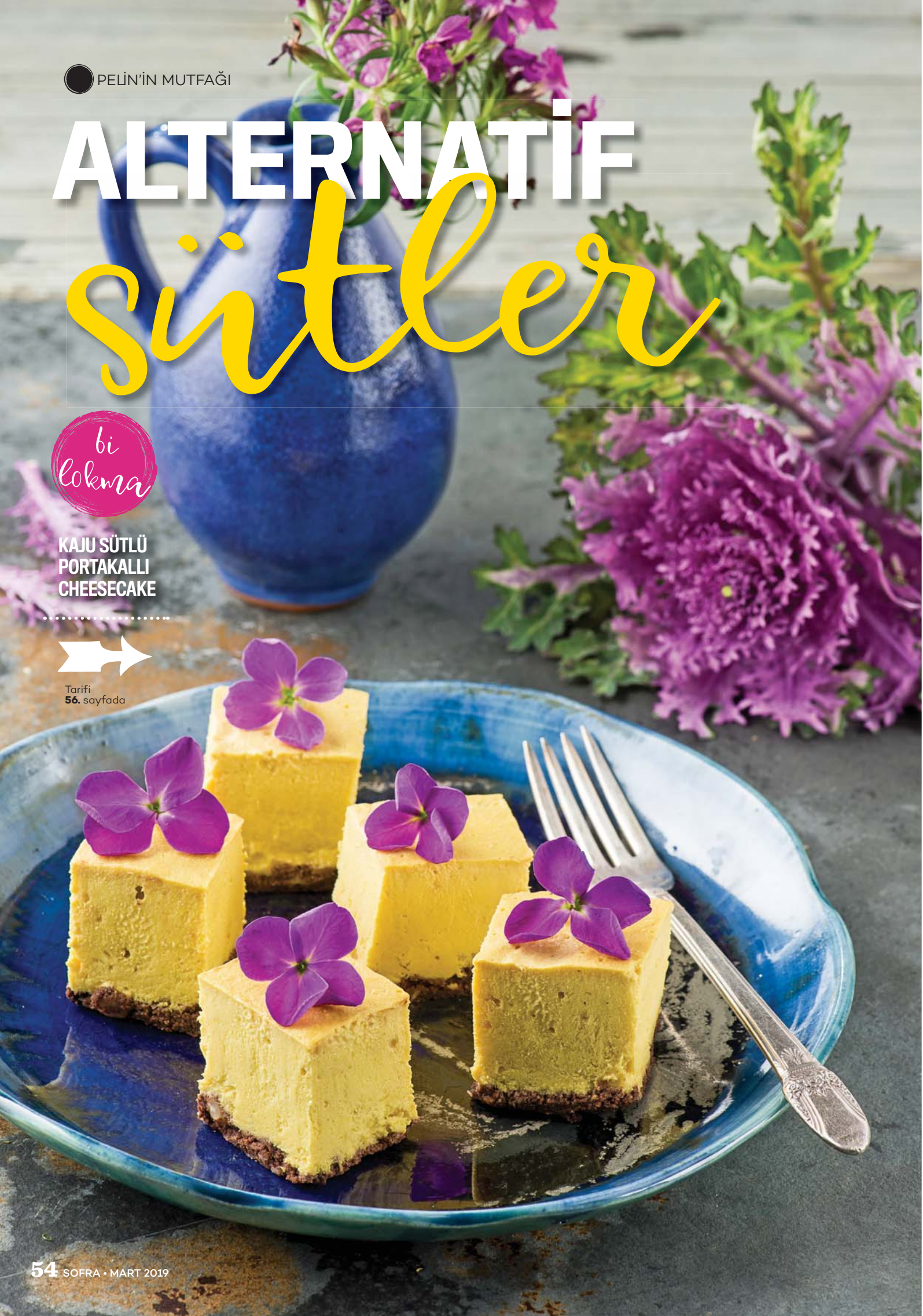
TURKUVAZ DERGİ GRUBU

ALTERNATİF sütler

bi lokma

KAJU SÜTLÜ PORTAKALLI CHEESECAKE

Tarifi **56.** sayfada





PELİN BOZKURT BİLGİÇ

Laktoz alerjisi olanlar ve vegan beslenmeyi tercih edenler için farklı kuruyemiş ve tahıllardan süt elde eden ***Pelin Bozkurt Bilgiç***, bu sütleri sağlıklı malzemelerle birleştirip günün her saati atıştırılabilen tarifler hazırladı.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

diyet dostu

YULAF SÜTLÜ KAHVALTILIK ATIŞTIRMALIK

Tarifi **56.** sayfada



KAJU SÜTLÜ PORTAKALLI CHEESECAKE 6 KİŞİLİK

PORTAKALLI KAT İÇİN:
300 gram çiğ kaju
1.5 su bardağı su
2 çorba kaşığı dut unu
1 çorba kaşığı erimiş hindistancevizi yağı
1/2 çorba kaşığı bal
1 tatlı kaşığı portakal kabuğu tozu
3 adet portakal

TABAN İÇİN:
10 adet hurma
1/2 su bardağı kinoa patlağı
2 çorba kaşığı keçiboynuzu unu
2 çorba kaşığı ham kakao
1/2 su bardağı badem unu
2 çorba kaşığı pekmez

TABANI için hurmaların çekirdeklerini çıkarıp, incecik kıyın. Kalan malzemeyle karıştırıp orta boy bir kek kalıbının tabanına bastırarak yerleştirin. Derin dondurucuya alıp sertleşene kadar tutun. Portakallı kat için kajuyu çukur bir tabağa alıp, üzerini geçecek kadar su ilave edin ve 3-10 saat dinlendirin. Sürenin sonunda suyunu süzdürüp kajuyu blendere alın ve üzerine 1.5 su bardağı su ekleyin. Pürüzsüz bir kıvam alana dek blenderden geçirdiğinizde kaju sütü hazır olacaktır. Daha sonra sütü geniş bir kaba alın. Üzerine dut unu, hindistancevizi yağı, bal, portakal kabuğu tozu ve kabukları temizlenip küp doğranmış portakal ilave edip karıştırın. Bu karışımı dondurucudan çıkardığınız tabanın üzerine döküp tekrar dondurucuya yerleştirin ve servis etmeden 10 dakika önce çıkarın. Dilimleyip servis yapın.

YULAF SÜTLÜ KAHVALTILIK ATIŞTIRMALIK 4-6 KİŞİLİK

7 çorba kaşığı yulaf ezmesi
1 su bardağı su, **4** adet yumurta
1/2 demet kıyılmış maydanoz
1/2 demet kıyılmış dereotu
2 dal kıyılmış taze soğan
1 çay kaşığı kabartma tozu
50 gram ufalanmış beyaz peynir, tuz

ÜÇ çorba kaşığı yulaf ezmesi ve suyu 5 dakika blenderden geçirin ve 5 dakika dinlendirin. Derin bir kapta yumurtaları çırpıp, kalan 4 çorba kaşığı yulaf ve diğer malzemeleri ilave ederek iyice karıştırın. Yağlanmış muffin kalıplarına, üzerlerinden 1'er parmak boşluk kalacak şekilde pay edin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 30 dakika pişirin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

Yulaf sütü hazırlamak için 3 çorba kaşığı yulaf ezmesi ve suyu 5 dakika blenderden geçirip suyunu süzdüğünüzde yulaf sütü hazır olacaktır. Ancak yulaf ezmesini tarifin içinde de kullandığımızdan yulaf sütü ile içindeki yulafı tülbent ile ayırmanıza gerek yok. Sadece yulaf sütü kullanacağınız zaman tülbentten süzüp sütünü kullanabilirsiniz.



Aklınızda bulunsun!

- Matcha, metobolizma hızını arttırır, toksinlerden arındırır, yeni güne daha zinde başlamaya yardımcı olur.
- Soya sütü iyi bir protein kaynağıdır ve laktoz içermez.

KAHVERENGİ PİRİNÇ SÜTLÜ KEK 6-8 KİŞİLİK

1 su bardağı kahverengi pirinç
1 su bardağı su, **2** adet yumurta
1 demet ince kıyılmış pazı
1/4 su bardağı teff
1/2 su bardağı zeytinyağı
1 su bardağı kinoa ezmesi
1 su bardağı karabuğday ezmesi, tuz
100 gram çiçeklerine ayrılmış brokoli

KAHVERENGİ pirinci bir kaba alıp, üzerini iki parmak geçecek kadar su ilave edin ve 2 saat dinlendirin. Vaktiniz varsa süreyi 1 saat daha uzatabilirsiniz. Sonrasında suyunu süzüp, pirincin üzerine 1 su bardağı su ilave edin ve 5 dakika blenderden geçirip, pirinç sütünü hazırlayın. Derin bir kapta yumurtaları çırptıktan sonra brokoli dışında kalan malzemeyi üzerine ilave edin ve iyice karıştırın. Brokoliyi katıp hafifçe karıştırın ve pişirme kağıdı ile kaplanmış orta boy baton kek kalıbına dökün. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında 50 dakika pişirin. Dilimleyip servis yapın.

Aşçının notu

- Pirinç sütünü ayrı kullanacağınız zaman tülbentle süzüp, sütünü kullanabilirsiniz. Pirinci ise kurutup başka tariflerde değerlendirebilirsiniz. Ancak biz bu tarifte hem sütünü hem pirinci kullandığımızdan ayırmıyoruz.
- Karabuğday ve kinoa ezmesini büyük marketlerden veya online satış sitelerinden temin edebilirsiniz.

SOYA SÜTLÜ MATCHA LATTE 2-4 KİŞİLİK

2 su bardağı soya sütü, **2** tatlı kaşığı dut unu
2 tatlı kaşığı matcha tozu

SOYA sütünü ısıtıp, içine dut unu ve matcha'yı katın ve iyice karıştırın. Bardaklara pay edip ılık olarak servis yapın.



denemek gerek!

KAHVERENGİ PİRİNÇ SÜTLÜ KEK

Tarifi yan sayfada



BADEM SÜTLÜ KAKAOLU DİLİMLER
4-6 KİŞİLİK

1 su bardağı çiğ badem
2 su bardağı su, **2** adet yumurta
200 gram tam buğday unu
2 çorba kaşığı kakao
1/2 su bardağı hindistancevizi şekeri
1 su bardağı hindistancevizi
3 çorba kaşığı pekmez
50 gram sade yağ

BADEMİ bir kaba alıp, üzerine su ilave edin ve 1 gece dinlendirin. Ertesi gün kabuklarını temizleyip su ile birlikte 5 dakika blenderden geçirin. (Hem sütü hem bademi aynı tarifte birlikte kullanacağımız için ayrıştırmamıza gerek yok.) Yumurtaları iyice çırpın. Kalan malzemeyi üzerine ilave edip iyice karıştırdıktan sonra küçük boy yuvarlak bir kek kalıbına dökün. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 40 dakika pişirin. Fırından alıp soğuduktan sonra küçük üçgenler şeklinde dilimleyip servis yapın.

Öneri

- Badem sütünü ayrıca kullanacaksanız derin bir kabın üzerine süzgeç, onun üzerine de 2-3 kat yaptığınız tülbenti koyun. Elinizde peynir tülbenti varsa onu da kullanabilirsiniz. Karışımı tülbente döküp 1 saat sütünü süzdürün.
- Sütü hemen kullanmayacaksanız dolapta 2-3 günden fazla bekletmeyin.

FINDIK SÜTLÜ CAPPUCCINO

2-4 KİŞİLİK

2 su bardağı fındık sütü, **2** adet hurma
1 tatlı kaşığı ham kakao, **1** tatlı kaşığı keçiboynuzu unu

HURMALARI bir cezveye alın ve aynı hizaya gelene dek su ilave edin. Bir taşım kaynatıp yumuşatın. Kabuklarını ve çekirdeklerini temizleyip üzerine kalan malzemeyi ekleyerek iyice karıştırın. Ocağa oturtup, kaynatmadan hafif ısıtın ve servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

Fındık sütü, gluten ve laktoz içermez. B1, B2 ve B6 vitaminleri açısından zengindir. Vücuda protein sağlar. Süt tadına çok benzemediği için süte mesafeli olanlar için de bir alternatiftir.

renkli DİPSOSLAR

Bir parça kızarmış ekmeğin üzerine sürülüp keyifle yenen, atıştırmalıkların yanında lezzet patlaması yaşatan dip sos tariflerinize ***Pelin Bozkurt Bilgiç***'in geliştirdiği sütlü dip sosları da eklemenizde fayda var.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraf: **ERKİN ÖN**

SÜTLÜ PANCARLI DİP SOS

1 ADET pancarın kabuklarını temizleyip rendeleyin. Üzerine 1 çay bardağı süt, 1 su bardağı haşlanıp kabukları temizlenmiş nohut, 1 diş ezilmiş sarmısak, yarım çay bardağı tahin, 1 çay kaşığı kimyon, 1 adet limonun suyu ve tuz ilave edip rondodan geçirdikten sonra servis yapın.

NOT: Laktoz alerjisi olanlar ve vegan beslenmeyi tercih edenler aynı miktarda badem sütü kullanabilirler.

MEYVELİ TATLI DİP SOS

1 ÇAY bardağı süt, 3 dilim ananas, 1 adet çarkıfelek meyvesi, 2 çorba kaşığı bal ve 1 çorba kaşığı hindistancevizini blenderden geçirip dip sos olarak servis yapın.

NOT: Laktoz alerjisi olanlar ve vegan beslenmeyi tercih edenler aynı miktarda hindistancevizi sütü de kullanabilirler.

Sütlü pancarlı dip sos

Yoğurtlu ekşi krema dip sos

Meyveli tatlı dip sos

YOĞURTLU EKŞİ KREMA DİP SOS

1 su bardağı soya sütünü küçük bir kaba alıp ocağa oturtun ve 40 dereceyi geçmeyecek şekilde kaynatmadan ısıtın. Yarım limonun suyunu iki defada ilave edip sürekli karıştırın. 1 çay bardağı su ve tuz ilave edip karıştırdıktan sonra ocaktan alın. 10 dakika dinlendirin. Bu süre içinde süt kesilecektir. Tülbent yardımıyla süzüp, pelteleşmiş kısmı rondodan geçirerek pürüzsüz kıvama getirin. Buzdolabına alıp, soğuyana dek dinlendirin. Sonrasında 1 çay bardağı yoğurt ilave edip karıştırın ve dileğiniz şekilde süsleyip dip sos olarak servis yapın.

NOT: Süzdüğünüz ekşi suyu çorba yapımında değerlendirebilirsiniz.



ECE'NİN MUTFAĞI

ECE TAŞTAN

fenomen!

SAN SEBASTIAN CHEESECAKE

Tarifi **62.** sayfada

DÜNYADAN Süte güzelleme

Sütlü tatlılar hafiflikleri, ipeksi dokuları ve sağlıklı oluşları ile dünyanın her yerinde vazgeçilmez lezzetler arasında yer alıyor. Hem sunumlarıyla hem de lezzetleriyle puan toplayan, dünyanın farklı noktalarından sütlü tarifler, ***Ece Taştan***'ın mutfağından çıktı.

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

tatlı aşkına

IHLAMURLU PARFE

Tarifi **62.** sayfada



SAN SEBASTIAN CHEESECAKE
6-8 KİŞİLİK

750 gram labne peyniri
4 adet yumurta
225 gram tozşeker
1 çorba kaşığı un
1 paket vanilya
375 ml krema

GENİŞ bir kapta labne peyniri ve yumurtaları homojen bir kıvam elde edene kadar karıştırın. Tozşeker, un ve vanilya ekleyip karıştırmaya devam edin. En son kremayı da karışıma ekleyerek pürüzsüz bir hal alana kadar yavaşça karıştırın. 20 cm'lik kelepçeli kek kalıbının içini pişirme kâğıdı ile kaplayın. Cheesecake karışımını kalıba dökün ve hava boşluklarının kaybolması için biraz sallayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30-40 dakika üzeri kızarana kadar pişirin.

Aklınızda bulunsun!

- Keki kalıptan kağıtla birlikte çıkaracağımız için pişirme kağıdını kelepçenin altından geçirmeyin.
- Tarifi hazırlamaya başlamadan önce tüm malzemelerin oda sıcaklığında olmasına özen gösterin.





IHLAMURLU PARFE 6-8 KİŞİLİK

1 avuç ıhlamur çiçeği, **50** ml süt
75 gram tozşeker, **2** çorba kaşığı su
4 adet yumurta sarısı, **200** ml krema

LİMONLU BİSKÜVİLER İÇİN:
25 gram oda sıcaklığında tereyağı
25 ml sıvıyağ, **1/4** su bardağı tozşeker
1 çorba kaşığı limon suyu, **25** ml süt
1 su bardağı (**120** gram) un
1 çay kaşığı kabartma tozu, **1** paket vanilya
1 adet limonun rendelenmiş kabuğu

1 SÜTÜN içerisine ıhlamur çiçeklerini atın ve bir taşım kaynatıp ocaktan alın. Ihlamurun koku vermesi için 2-3 saat bekletin. Ardından ıhlamur çiçeklerini tülbent ile süzün.

2 Tozşekeri, 2 çorba kaşığı su ile karıştırın ve orta ateşte hafifçe kaynatarak şerbet haline getirin.

3 Yumurta sarılarını derin bir kâseye alın. Bir yandan mikserle çırparken bir yandan da sıcak şerbeti ip gibi akıtarak ekleyin. Karışım iyice soğuyana kadar çırpmaya devam edin. Ardından yavaşça ıhlamurlu sütü de ekleyin.

4 Başka bir kapta kremayı kabarana kadar çırpın. Kremayı ve ıhlamurlu karışımı söndürmeden alttan üste dairesel hareketlerle karıştırın. Karışımı silikon parfe kalıplarına koyup buzdolabında en az 6 saat dondurun.

5 Limonlu bisküviler için tereyağı, sıvıyağ ve tozşekeri yumuşayana kadar mikserle çırpın. Limon suyu ve sütü ekleyip karıştırmaya devam edin. Un, kabartma tozu, vanilya ve limon kabuğunu birlikte karıştırın. Daha sonra tozşeker ve tereyağı karışımına ekleyin. Toparlanıp hamur haline gelene kadar karıştırmaya devam edin. Hamurunuzu yarım saat dolapta dinlendirin. Dolaptan aldığınız hamuru incecik açtıktan sonra silikon parfe kalıplarınızın çapından biraz daha büyük daireler şeklinde kesin. Pişirme kağıdı serili bir tepsiye dizip önceden ısıtılmış 175 derece fırında, 7-8 dakika çok hafif kızarana kadar pişirin. Kurabiyeler iyice soğuduktan sonra 2 kurabiyenin arasına parfeyi yerleştirip dilediğiniz gibi süsleyerek servis yapın.

CREME BRULEE
4 KİŞİLİK

4 adet yumurta sarısı
65 gram pudraşekeri
400 ml krema
80 ml süt
1 paket vanilya
50 gram esmerşeker

1 KARIŞTIRMA kabında yumurta sarılarını ve pudraşekerini çırpın. Çırpmaya devam ederken yavaşça krema, süt ve vanilyayı da ekleyin. Tüm malzeme karışınca, 4 adet sufle kabına eşit olarak paylaştırın.

2 Derin bir tepsinin içine kâseleri yerleştirin. Kapların yüksekliğinin yarısına gelecek kadar sıcak su ile tepsiyi doldurun. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında, yaklaşık 25-30 dakika pişirin.

3 Pişen tatlıları fırından çıkarıp 4-5 saat buzdolabında soğutun. Üzerine esmerşeker serpip pürmüz ile yakarak servis yapın.

Öneri

Eğer pürmüzünüz yoksa, kaselerin üzerine tozşeker serptikten sonra fırına verip sadece üst kısmını pişirerek servis yapın.



baş köşeye

CREME BRULEE

Tarifi yan sayfada

gumuşacık

TRES LECHE KEK (TRİLEÇE)

Tarifi yan sayfada



Öneri

Kekin pişip pişmediğini anlamak için keke bir kürdan batırın. Kürdan temiz çıkıyorsa pişmiş demektir.

TRES LECHE KEK (TRİLEÇE) 8-10 KİŞİLİK

KEK İÇİN:
2 su bardağı (**250** gram) un, **1/2** paket kabartma tozu
1 paket vanilya, **6** adet yumurtanın akı
175 gram tozşeker, **3** adet yumurta sarısı, **1** su bardağı (**110** ml) süt

KEK KALIBINI YAĞLAMAK İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı

TRES LECHE SOSU İÇİN:
200 ml krema
200 ml tatlandırılmış ve yoğunlaştırılmış süt (sweetened condensed milk)
200 ml koyulaştırılmış süt (evaporated milk)

ÜZERİ İÇİN:
Rendelenmiş lime (misket limonu) kabuğu, yabanmersini

1 KEK için un, kabartma tozu ve vanilyayı geniş bir kaba eleyin. Başka bir kapta yumurta aklarını mikser ile kabarana kadar çırpın. Tozşeker ekleyip katı bir hal alana kadar çırpmaya devam edin. Yumurta sarılarını teker teker ekleyin. Un karışımını üç defada, sütü 2 defada yumurtalı karışıma (önce unun 1/3'ünü sonra sütün yarısını, sonra yeniden unun 1/3'ünü sonra sütün kalanını, en son da unun kalanını eklemelisiniz) ekleyin. Pürüzsüz bir kıvam elde edene dek karıştırın.

2 Kare veya dikdörtgen bir kek kalıbını tereyağı ile iyice yağlayın. Karışımı kek kalıbına alıp, hava kabarcıklarının kalmaması için kalıbın altını birkaç kez tezgâha vurarak hamurun yayılmasını sağlayın. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında üzeri kızarana kadar yaklaşık 30-35 dakika pişirin.

3 Pişen kekin ılınması için bir telin üzerine alın. Sosu hazırlamak için tüm malzemeyi çırpın. Kekin alt tarafında çatal ile delikler açıp hafif derin bir tepsiye alın. Ardından ılınan kekin üzerine karışımın yarısını dökün ve 10-15 dakika çekmesini bekleyin. Başka bir tabak yardımı ile ters yüz edip üst kısmına da çatal ile delikler açın. Kalan sosu da üst kısmına dökün. Tekrar 10-15 dakika beklettikten sonra rendelenmiş misket limonu kabuğu ve yabanmersini ile süsleyerek servis yapın.

Tatlandırılmış ve yoğunlaştırılmış süt

500 ml tam yağlı süt, **100** gram tozşeker

SÜTÜ derin bir tencereye alın ve tozşekeri ekleyerek orta ateşte hafifçe karıştırın. Aralıklı olarak karıştırmaya devam ederek kısık ateşte yaklaşık 45 dakika sütünüz hafif sarı bir renk alana kadar pişirin. Sarı renk aldığında ve yaklaşık 200 ml seviyesine indiğinde tatlandırılmış yoğunlaştırılmış sütünüz hazırdır.

Koyulaştırılmış süt

500 ml tam yağlı süt

KOYULAŞTIRILMIŞ süt yapmak için sütü kaynatarak, miktarını yarı yarıya azaltmanız ve içerisindeki suyu uçurarak kıvamını koyulaştırmanız yeterli olacaktır.

Aşçının notu

- Süt kaynarken karıştırdığınızda taşmaması için kullanacağınız tencerenin 5 litre sıvı alabilen yükseklikte olmasına dikkat edin.
- Reçelin yapımı 2.5-3 saat süre gerektirir ve pişirme işleminden sonra başlangıçtaki sütün 1/4'ü kadar reçel elde edilir.



DULCE DE LECHE (SÜT REÇELİ) 8-10 KİŞİLİK

2 litre tam yağlı süt
400 gram tozşeker
2 çay kaşığı karbonat
1 paket vanilya

1 SÜTÜ derin bir tencereye alın. Tozşeker ve vanilyayı ekleyerek orta ateşte hafifçe karıştırın. Süt kaynamaya başladığında ocaktan alıp karbonatı birkaç kaşık sıcak sütle karıştırarak tencereye ekleyin. Ardından karıştırmaya devam edin. Bu aşamada süt kabaracaktır. O sebeple karbonatı ekleme işlemini ocakta yapmamanız ve sürekli karıştırmanız önemlidir.

2 Tencereyi yeniden ocağa alın ve kısık ateşte pişirmeye başlayın. Sütün dibinin tutmaması için her 10-15 dakikada bir karıştırın. Süt önce açık sarıya, daha sonra da açık kahverengiye dönecektir. Bu aşamadan sonra yaklaşık 1 saat daha 5 dakikada bir karıştırarak pişirin. Sütünüz önce karamel sonra da koyu bakır rengine döndüğünde ve kıvamı koyulaştığında, reçeliniz olmuş demektir. Sterilize ettiğiniz cam kavanozlara aktarıp buzdolabında 1 ay kadar saklayabilirsiniz.



ANNE MUTFAĞI

AYŞE ÜNAL

Görüntü, koku ve tat olarak ilave edildiği yemeği bir üst mertebeye yükselten, damak zevkine göre ince veya kıvamlı hazırlanabilen beşamel sosla ***Ayşe Ünal*** birbirinden leziz tarifler hazırladı.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

Beşamel sos

renk kat

BEŞAMEL SOSLU TAVUK SARMA

Tarifi **68.** sayfada



o bir klasik!

BEŞAMEL SOSLU FIRIN MAKARNA

Tarifi **68.** sayfada

Beşamel sos hakkında...

- Temelinde un, süt ve tereyağı olan beşamel sosa arzuya göre kaşar peyniri de eklenmektedir.
- Beşamel sosa arzuya göre muskat ilave edebilirsiniz.
- Beşamel sosun kıvamını ince sevenler un ve tereyağı miktarını azaltıp, koyu kıvamlı sevenler ise çoğaltıp damak zevkine göre ayarlayabilir.
- Hazırladığınız beşamel sosu cam ve kapaklı bir kapta 2 gün süre ile buzdolabında saklayabilirsiniz.

Zemin, tabak ve aksesuarlar: **Studio Cucina**



BEŞAMEL SOSLU TAVUK SARMA
6 KİŞİLİK

6 adet açılmış tavuk kalça
1 adet orta boy kırmızı soğan
1 adet kırmızı biber
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 demet pazının yaprağı
1 çay kaşığı karabiber, tuz

BEŞAMEL SOS İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı un, **1** su bardağı süt
1/2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz

1 BEŞAMEL sos için tereyağını sos tenceresinde eritin. Un ekleyip kokusu çıkana dek karıştırın. Azar azar ve çırpıcı ile sürekli karıştırarak sütü ekleyin ve kaynamaya başlayınca ocaktan alın. Kaşar peyniri ve tuz ilave edip, kaşar peyniri eriyene dek karıştırın.

2 Piyazlık doğranmış soğan ve jülyen doğranmış kırmızı biberi zeytinyağında soteleyin. Kıyılmış pazı ekleyip, su salmasını engellemek için ateşi yükseltin ve sürekli karıştırarak 2 dakika soteleyin. Ocaktan alıp tuz ve karabiber ilave ederek karıştırın.

3 Tavukları ayrı ayrı düz bir zemine koyup, ortalarına pazılı harcı yerleştirin ve rulo şeklinde sarın. Fırın tepsisine yan yana yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Fırından alıp üzerlerine beşamel sosu pay edin ve yeniden fırına verip kızarana dek pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

BEŞAMEL SOSLU FIRIN MAKARNA
6-8 KİŞİLİK

250 gram fırın makarna
8-10 dal kıyılmış maydanoz
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz

BEŞAMEL SOS İÇİN:
2 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı un
2 su bardağı süt
1/2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz

1 BEŞAMEL sos için tereyağını sos tenceresinde eritin. Un ekleyip kokusu çıkana dek karıştırın. Azar azar ve çırpıcı ile sürekli karıştırarak sütü ekleyin ve kaynamaya başlayınca ocaktan alın. Kaşar peyniri ve tuz ilave edip, kaşar peyniri eriyene dek karıştırın.

2 Fırın makarnayı bol ve tuzlu kaynar suda 8-9 dakika haşlayıp suyunu süzün. Daha sonra maydanoz ve beşamel sos ilave edip iyice harmanlayın. Fırın kabına alıp, üzerine kaşar peyniri serpiştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Dilimledikten sonra dilediğiniz şekilde süsleyip sıcak olarak servis yapın.



BEŞAMEL SOSLU ÇANAK KÖFTE 8 KİŞİLİK

1 adet orta boy patates
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1/2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
1 tutam karabiber
1 tutam tuz

KÖFTE İÇİN:
1/2 kg köftelik dana kıyma
1 adet rendelenmiş orta boy soğan
2 diş dövülmüş sarmısak
1 tatlı kaşığı kimyon
1 adet yumurta
1 çay bardağı galeta unu
Tuz, karabiber

BEŞAMEL SOS İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı un
1 su bardağı süt
1/2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz

1 BEŞAMEL sos için tereyağını sos tenceresinde eritin. Un ekleyip kokusu çıkana dek karıştırın. Azar azar ve çırpıcı ile sürekli karıştırarak sütü ekleyin ve kaynamaya başlayınca ocaktan alın. Kaşar peyniri ve tuz ilave edip, kaşar peyniri eriyene dek karıştırın.

2 Küp doğranmış patates, zeytinyağı, tuz ve karabiberi harmanlayın. Köfte için tüm köfte malzemesini iyice yoğurup streç filmle kapatın. Daha sonra buzdolabında 30 dakika, vaktiniz varsa 2 saat dinlendirin. Sürenin sonunda harcı 8 eşit bezeye ayırıp, elinizde yuvarlayın. Ortalarını açıp, çanak şekli verin. Pişerken şeklinin bozulmaması için muffin kalıplarına yerleştirin.

3 Ortalarına patatesi pay edip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Fırından alıp, üzerlerine beşamel sosu pay edin ve kaşar peyniri serpiştirin. Yeniden fırına verip üzerleri pembeleşene dek pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



BEŞAMEL SOSLU ÇANAK KÖFTE

Tarifi yan sayfada

SÜTLÜ-YOĞURTLU Marineler



lokum gibi

SÜT MARİNELİ KUZU ŞİŞ

Tarifi yan sayfada

Et veya sebzelerin hem lezzetli hem de yumuşacık olmasını sağlayan marineler hele ki sütle, yoğurtla hazırlanırsa daha bir lezzetli ve yumuşak olur. ***Ayşe Ünal***'ın tariflerini yaparak sizler de bu lezzet şölenine ortak olabilirsiniz.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**



SÜT MARİNELİ KUZU ŞİŞ
8 KİŞİLİK

1/2 kg kuşbaşı doğranmış kuzu eti
8 adet kiraz domates
8 adet arpacık soğan
2-3 adet kırmızı biber
2-3 adet çarliston biber

SÜTLÜ MARİNE İÇİN:
1 su bardağı süt
1 tatlı kaşığı kekik
1 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı karabiber
Tuz

SÜTLÜ marine için tüm malzemeyi çırpıp, eti ilave edin ve karıştırın. Üzerini kapatarak, vaktiniz varsa 1 gece yoksa 1-2 saat buzdolabında dinlendirin. Sürenin sonunda et, kiraz domates, arpacık soğan, irice doğranmış kırmızı biber ve çarliston biberi dilediğiniz sıra ile çöp şişlere geçirin. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yan yana dizip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin.



YOĞURT MARİNELİ TAVUK KANAT 6 KİŞİLİK

1 kg tavuk kanat

YOĞURTLU MARİNE İÇİN:
1 su bardağı yoğurt
1 çorba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı kekik
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber

YOĞURTLU marine için tüm malzemeyi iyice çırpıp tavuk kanatları ile karıştırın. Üzerini kapatarak, vaktiniz varsa 1 gece yoksa 1-2 saat buzdolabının alt rafında dinlendirin. Daha sonra fırın kabına yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



MUHSİN ERTÜRK

ANADOLU seçkisi

Karadeniz'den Ege'ye, ülkemizin dört bir yanında yüzyıllardır sütün ve süt ürünlerinin bereketiyle pişirilen tarifleri, Tadında Anadolu'nun Executive Chef'i Muhsin Ertürk hazırladı.

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER**
Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

her mevsim

AYRAN AŞI

Tarifi yan sayfada

Aşçının notu

Bazı yörelerde aşurelik buğdaya "dövme" veya "gendime" de denilmektedir.

AYRAN AŞI 6 KİŞİLİK

1 su bardağı aşurelik buğday
2 su bardağı süzme yoğurt
1 adet yumurta, **1/2** çay bardağı süt
1/2 demet taze kişniş (aşotu)
Tuz

ÜZERİ İÇİN:
3 çorba kaşığı tereyağı
1/2 tatlı kaşığı pulbiber, nane

1 AŞURELİK buğdayı akşamdan tencereye alıp, üzerine iki parmak geçecek kadar su ilave edin ve bir taşım kaynatın. Tencerenin ağzını kapatıp dinlendirin. Ertesi gün suyu bittikçe sıcak su ilave ederek, buğday yumuşayana dek pişirin.

2 Yoğurdu bir kaba alın. Yumurta, süt ve gerekirse az miktarda su ekleyip iyice çırpın. Buğdayı haşladığınız sudan azar azar ve karıştırarak 1 kepçe ilave edin. Ocağa oturtup ısıtın ve buğdayın bulunduğu tencereye ekleyin.

3 Kıyılmış kişniş ilave edip, tuzunu ayarlayın. Kaynamaya başlayınca ocaktan alın. Üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirip, pulbiber ve nane serperek servis yapın.



HÖŞMERİM
6 KİŞİLİK

1 su bardağı rendelenmiş dil peyniri veya başka bir tuzsuz peynir
2 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı irmik veya un

ŞERBETİ İÇİN:
2 su bardağı süt
1.5 su bardağı tozşeker

1 ŞERBET için süt ve tozşekeri kaynatın. Diğer taraftan tereyağını bir tencerede eritin ve irmik veya unu ekleyin. İrmiğin veya unun rengi altın sarısı olana dek sürekli karıştırarak kavurun.

2 Sıcak şerbeti tatlının üzerine ilave edin. Kısık ateşte şerbeti çekene kadar pişirin. Daha sonra rendelenmiş dil peyniri veya tuzsuz peyniri ekleyin. Peynir eriyip tatlı kıvama gelince tencereyi ocaktan alın. Servis tabağına aktarın ve üzerini dilediğiniz kuruyemiş ve kuru meyvelerle süsleyerek servis yapın.



SİLOR 8 KİŞİLİK

HAMUR İÇİN:
1 su bardağı su, **1** adet yumurta, aldığı kadar un, tuz

ISLATMAK İÇİN:
1 su bardağı et suyu

ÜZERİ İÇİN:
2 su bardağı yoğurt
1 çorba kaşığı tereyağı, tuz, pulbiber

SU, tuz ve yumurtayı derin bir kaba alın. Kulak memesinden sert bir hamur elde edene kadar un ekleyip, yoğurun. Hamuru 6 bezeye ayırın ve her birini ince olacak şekilde oklava ile açın. Daha sonra sac üzerinde önlü arkalı pişirin. Yufkaları rulo yapın ve 3 parmak genişliğinde kesin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kurutun. Yufka parçalarını et suyunda ıslatıp, kestiğiniz kısım üste gelecek şekilde servis tabağına yerleştirin. Üzerine az tuz ile çırptığınız yoğurdu, en üste de tereyağında yaktığınız pulbiberi gezdirin ve sıcak olarak servis yapın.

Öneriler:

- Tarifi hazır silor kullanarak da hazırlayabilirsiniz. Hazır yufkaları şeritler halinde kesip, rulo şeklinde sardıktan sonra fırınlayıp pratik bir silor da yapabilirsiniz.
- Yufkaları et suyu yerine su ile de ıslatabilirsiniz.
- Kuruttuğunuz siloru daha sonra kullanmak üzere kuru, serin bir yerde muhafaza edebilirsiniz.

ACI AYRAN (YANDIM ÇAVUŞ AYRANI)
8 KİŞİLİK

4-5 adet acı biber
3 su bardağı yoğurt
2 su bardağı süzme yoğurt
1/2 demet pirpirim (semizotu)
800 ml içme suyu
1 tatlı kaşığı tuz

PİRPİRİMLERİ ayıklayıp 1 çay bardağı suyla bir-iki taşım kaynatın. Ardından suyunu süzüp kenara alın. Biberleri ince kıyın. Tüm malzemeyi iyice karıştırın. 2 gün buzdolabında beklettikten sonra süzerek ya da taneli olarak servis yapın.

Aşçının notu

Malatya yöresinde bu ayran, "Yandım çavuş ayranı" olarak bilinmektedir.



pür lezzet

Öneri

Tatlı hamurunu hazırladıktan sonra dilediğiniz şekilde kalıplara yerleştirerek de pişirebilirsiniz.



LOR TATLISI 6-8 KİŞİLİK

250 gram tuzsuz lor peyniri
2 adet yumurta, **120** gram un
150 gram irmik, **1** paket kabartma tozu
1 adet limon

ŞERBETİ İÇİN:
1 litre su, **1** kg tozşeker, **2-3** damla limon suyu

SERVİS İÇİN:
Antepfıstığı ve dilimlenmiş kaymak

ŞERBETİ için su ve tozşekeri derin bir tencereye koyun. Kaynadıktan sonra limon suyunu ekleyip soğumaya bırakın. Tatlı hamuru için peyniri ufalayarak geniş bir kaba alın. Yumurta, un, irmik, kabartma tozu, 1 adet limonun kabuğu ve suyunu ekleyip yoğurarak yumuşak kıvamlı bir hamur elde edin. Hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp avucunuzda yuvarlayın ve hafifçe üzerine bastırarak yağlanmış tepsiye dizin. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında, iyice kızarana kadar pişirin. Fırından çıkardıktan sonra sıcak tatlının üzerine soğuk şerbeti dökün. Tatlı şerbetini çektikten sonra dilimlenmiş kaymağın üzerine koyup antepfıstığı ile süsleyerek servis yapın.

basit ve leziz

EKŞİLİ PİLAV

Tarifi
yan sayfada



EKŞİLİ PİLAV
6-8 KİŞİLİK

2 su bardağı bulgur
300 gram salamura asma yaprağı
2 çorba kaşığı zeytinyağı
3 çorba kaşığı tereyağı
1 adet soğan, **2** adet köy biberi
1 adet domates
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çay kaşığı karabiber, tuz

1 Asma yapraklarını sıcak suda bekletip fazla tuzundan arındırın. Birkaç kez yıkadıktan sonra suyunu sıkın ve saplarını temizledikten sonra ince kıyın. Zeytinyağı ve tereyağını tencereye alıp kızdırın. İçine ince doğranmış soğan ve biber ekleyip kavurun. Sebzelerin rengi değişmeye başlayınca küp doğranmış domatesi ekleyip kavurmaya devam edin. 3-4 dakika kavurduktan sonra salçaları katın. Ardından asma yaprağını ekleyip yumuşayana dek kavurun. Bulguru katıp malzemenin üzerini bir parmak geçecek kadar sıcak su ilave edin. Karabiber ve tuz ekleyip kısık ateşte tencerenin kapağı kapalı olarak pişmeye bırakın. Suyunu tamamen çekene dek pişirip ocağı kapatın. Tencerenin üzerine kağıt havlu koyup, kapağı kapalı olarak 10 dakika demlendirdikten sonra servis yapın.

Aşçının notu

- Tarife labada, ebegümeci, hindiba, enginar gibi malzemeler de ekleyebilirsiniz.
- Salamura asma yaprağı tuzlu olduğundan, yemeğe tuzu bu durumu göz önünde bulundurarak ekleyin.
- Salamura yerine, mevsiminde taze asma yaprağı da kullanabilirsiniz.



BEZ SUCUKLU TİRİT
2 KİŞİLİK

8-10 dilim bez sucuk
4-5 dilim köy ekmeği
1 çorba kaşığı tereyağı
1 diş ezilmiş sarmısak
1 çorba kaşığı domates salçası
4-5 çorba kaşığı et suyu
2 adet yumurta
3-4 çorba kaşığı süzme yoğurt
Tuz, karabiber

KÖY ekmeklerini ikiye bölün. Yayvan bir tavanın içinde tereyağını eritin. Ezilmiş sarmısak, domates salçası, karabiber ve tuz ilave edip 2-3 dakika kavurun. Ardından et suyunu da ekleyip 1-2 taşım kaynamaya bırakın. Ekmekleri derin bir tabağın içine koyup sosun yarısıyla ekmekleri ıslatın. Kalan sosu tekrar kaynatıp içine yumurtaları kırıp sucukları ekleyin. Yumurtalar piştikten sonra tabağın üzerine dizip kalan sosu da gezdirin. Üzerine yoğurt ekleyip sıcak servis yapın.

MUHLAMA (MIHLAMA, KUYMAK)
2-4 KİŞİLİK

4 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı mısır unu
1 su bardağı sıcak su
250 gram tel peyniri
1 çay kaşığı tuz

1 TEREYAĞINI kısık ateşte köpürene kadar eritin. Eriyen tereyağından 2-3 çorba kaşığını bir kaseye alın. Ardından azar azar mısır unu ekleyip tahta kaşıkla kokusu çıkıp, rengi koyulaşana kadar kavurun ve suyu ekleyin.

2 Malzeme su muhallebisi kıvamını alıp kaynamaya başladığında peyniri ve tuzu ekleyin. Çok fazla karıştırmadan, yavaşça ezerek peyniri yedirin. En son ayırdığınız tereyağını da ekleyin. 20-25 saniye kadar daha pişirip ocaktan alın ve sıcak servis edin.





ALTERNATİF TATLAR

İZEM ARMAĞAN
@blondiecheff

Instagram'da Blondie Chef adıyla tanınan ***İzem Armağan***, farklı ülkelerin mutfaklarından seçtiği tarifleri, süt ürünleriyle ve kendi tarzıyla yeniden yorumladı. Ortaya lezzetseverleri çok mutlu edecek tarifler çıktı.

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER**
Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**

sürprizli tat

ÇITIR SOSİS

Tarifi
yan sayfada

SÜTTEN GELEN *ilham*

ÇITIR SOSİS 6 ADET

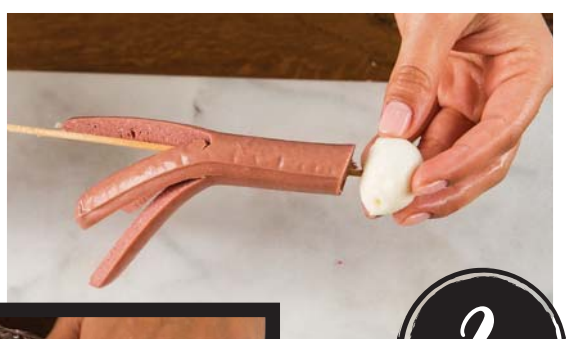
6 adet uzun sosis
2 adet haşlanmış patates
1 demet ince kıyılmış maydanoz
6 adet mini mozzarella peyniri
3 adet yumurta sarısı, **1** su bardağı un
1 paket peynirli patates cipsi
Tuz, karabiber

HAŞLANMIŞ patatesleri bir çatal yardımıyla ezip içine ince kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiber ilave edin. Sosisleri kaynar suda 1-2 dakika haşlayın. Haşladığınız sosislerin üst kısmı bütün kalacak şekilde, alt tarafından boylamasına + şeklinde 2-3 cm kesip 4 parçaya bölün. Ardından boylamasına çöp şişlere geçirin. Boyunu kısaltmak için üst kısmından 1/4'ünü kesip kenara alın. Kestiğiniz kısma mozzarella toplarını geçirin.

Patates karışımını 6 parçaya ayırıp, her birini ayrı ayrı streç filmin üzerine düzgün bir şekilde yayın ve hazırladığınız sosislerin kesik tarafları dışta kalacak biçimde bu karışımla kaplayın. Streç filmin kenarlarını sıkıp, en az 2 saat buzlukta bekletin.

Panelemek için çırpılmış yumurta sarıları ve unu ayrı kaplara alın. Patates cipsini rondodan geçirin ve bir kaba aktarın. Bu sırada derin bir kızartma tenceresinde sıvıyağı kızdırın. Buzluktan çıkarttığınız sosisleri önce una, sonra yumurta sarısına en sonda da cips kırıntısına bulayıp hiç bekletmeden kızgın yağa atın. 2-3 dakika kızarana kadar pişirin. Tüm sosisler için aynı işlemi uyguladıktan sonra dilediğiniz soslarla servis yapın.









Aşçının notu

Sosislerin üst kısımlarından kestiğiniz parçaları, börek içlerinde veya omlet yapımında değerlendirebilirsiniz.



KREM PEYNİRLİ FIRIN TAVUK 6-8 KİŞİLİK

1 adet tavuk, 2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet limon, 2 dal defne yaprağı, 3-4 dal biberiye

SOSU İÇİN:
1 adet soğan, 3-4 diş rendelenmiş sarmısak
2 adet yumurta sarısı, 1 paket (200 ml) sıvı krema
3 çorba kaşığı krem peyniri, 1-2 dal biberiye
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber, 3 çorba kaşığı tereyağı, tuz, karabiber

1 TAVUĞU bir bıçak yardımıyla parçalara ayırın. Daha sonra 2 çorba kaşığı tereyağında, renkleri dönene kadar kavurun ve kenara alın. Sosu için yemeklik doğranmış soğanı aynı tavada karamelize olana kadar kavurun. Sarmısak ilave edip kavurma işlemine devam edin.

2 2 adet yumurta sarısı ile kremanın yarısını karıştırın. Kalan kremayı tavadaki soğanların içerisine ilave edip birkaç dakika bu şekilde kısık ateşte pişirin. Krem peynir, yumurtalı karışım, biberiye, tuz, karabiber ve toz kırmızıbiberi de ilave edip kısık ateşte pişirmeye devam edin. En son tereyağını ekleyip kremamsı bir kıvam alınca kenara alın. Tavukları fırın kabına yerleştirin. Üzerine 2-3 dilim limon, defne yaprağı ve biberiye ekleyip hazırladığınız sosu tavukların üzerine gezdirin. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında, 25-30 dakika kadar pişirin.

PEYNİRLİ CEVİZLİ RAVİOLİ 6-8 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN:
3 su bardağı un, 3 adet yumurta
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tutam karabiber, 1 tatlı kaşığı tuz

İÇ MALZEME İÇİN:
2 su bardağı krem peynir
1 su bardağı gorgonzola peyniri
1 su bardağı rendelenmiş parmesan peyniri
1 su bardağı ince dövülmüş ceviz
2 diş kıyılmış sarmısak, tuz, karabiber

HAŞLAMAK İÇİN:
500 ml su, 1 tatlı kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz

SOSU İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı, 1 su bardağı krema
50 gram ufalanmış rokfor peyniri
1/2 çay bardağı rendelenmiş parmesan peyniri

ÜZERİ İÇİN:
1 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı dövülmüş ceviz içi
2-3 çorba kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri
1-2 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz

1 HAMUR için tüm malzemeyi karıştırıp iyice yoğurun. Pürüzsüz bir kıvam alınca hamuru ikiye bölün. Parçalardan birini unlanmış tezgâhta elinizin ayasını kullanarak 10 dakika yoğurun. Diğer hamur parçasını da aynı şekilde yoğurup hamurları birleştirin. Nemini koruması için üzerini örtüp 1 saat dinlendirin. Dinlenen hamuru merdane yardımıyla incecik açın ve yapışmaması için tezgâhı unlayın.

2 İç malzeme için tüm malzemeyi iyice karıştırın. Ardından açtığınız hamuru, önce kalın şeritler halinde kesin. Kestiğiniz şeritlerin yarısına, belirli aralıklarla iç malzemeden yarım tatlı kaşığı yerleştirin. Kalan şeritleri de iç dolgulu hamurun üzerine kapatın. Ardından tırtıklı hamur ruleti veya pizza bıçağıyla arzunuza göre üçgen veya kare şeklinde kesip kenarlarını birleştirin. Hazırladığınız ravioli'lerin üzerini streç filmle kapatıp buzdolabında 2 saat dinlendirin.

3 Dinlenen hamurları haşlamak için su, sıvıyağ ve tuzu bir tencereye alıp kaynatın. Ravioli'leri suya atıp 3-4 dakika haşlamaya bırakın.

4 Sosu için derin bir tencerede tereyağı ile kremayı ısıtın. Rokfor peynirini ilave edip karıştırın. Üzerine parmesan peyniri ekleyip karıştırdıktan sonra ocaktan alın.

5 Sosu servis tabaklarının tabanına yayın. Üzerine haşlanan ravioli'leri ekleyin ve tekrar sos gezdirin.

6 Üzeri için 1 çorba kaşığı tereyağı ile cevizleri hafifçe kavurup yemeğin üzerine serpin. Parmesan peyniri ve kıyılmış maydanozla süsleyip servis yapın.

bol peynirli

CEVİZLİ RAVİOLİ

Tarifi
yan sayfada



Aşçının notu

Dilerseniz ocaktan aldığınız ravioli'leri doğrudan sosla karıştırarak da servis yapabilirsiniz.

YABAN MERSİNLİ CHEESECAKE 8-10 KİŞİLİK

TABANI İÇİN:
80 gram oda sıcaklığında tereyağı
100 gram tozşeker
1 adet yumurta
140 gram un
1 paket kabartma tozu

KREMASI İÇİN:
100 gram tozşeker, **2** adet yumurta
1 paket vanilya, **100** ml krema
500 gram lor peyniri

ÜZERİ İÇİN:
250 gram yaban mersini
1 çorba kaşığı (15 gram) tozşeker
1 çorba kaşığı (15 gram) mısır nişastası

ÜZERİ için küçük boy bir tencere içinde yaban mersini, tozşeker ve mısır nişastasını 5 dakika kadar pişirin. Ardından kenara alıp soğumaya bırakın. Tabanı için tereyağını bir çatal yardımıyla ezin. Tozşekeri ekleyip ezmeye devam edin. Yumurta ilave edip karıştırın. En son un ve kabartma tozunu ekleyip pürüzsüz bir kıvam alana kadar yoğurun. Hamuru streç filme sarıp buzdolabında yarım saat bekletin. Kreması için tüm malzemeyi derin bir kapta çırpıcı yardımıyla çırpın. İyice karıştıktan sonra dinlenen hamuru buzdolabından çıkarıp orta boy bir tart kalıbının içine elinizle bastırarak yerleştirin. Her tarafını iyice kapladıktan sonra kremayı üzerine dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 10 dakika kadar pişirin. Fırından aldıktan sonra üzerine yaban mersinli karışımı gezdirip 5-6 dakika daha fırınlayın. Fırından alıp önce oda sıcaklığında ardından buzdolabında 3-4 saat soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra dilediğiniz meyvelerle süsleyerek servis yapın.



MODERN YORUMLAR

MELİS ÇOLAK

Tatlıların lezzet katmanlarından biri olan kremaları farklı yöntemler ve malzemelerle hazırlayarak çeşitlendirebilirsiniz. ***Melis Çolak***'ın labneli pratik krema tarifini istediğiniz pasta ve tatlılarda kullanabilirsiniz.

Styling: **MELİS ÇOLAK** Fotoğraf: **ÇAĞLA GEZENER**

OLMAZSA OLMAZ Krema

KREMA

400 ml süt
2 adet yumurta sarısı
4 çorba kaşığı un
1 paket labne peyniri
4 çorba kaşığı tozşeker

SÜTÜ bir tencereye alın. İçine yumurta sarısı, un ve tozşeker ekleyip topak kalmayana dek karıştırın. Orta ateşteki ocağa oturtun ve kaynayıp koyulaşana kadar sürekli çırpın. Kaynayınca 2-3 dakika kısık ateşte karıştırmaya devam edin. Ocaktan alıp 30 dakika soğumaya bırakın. Daha sonra labne ekleyip çırpıcı ile 1 dakika kadar çırpın. Labneli kremanızı dilediğiniz pasta veya tatlılarda kullanabilirsiniz.

Zemin, tabak, aksesuarlar ve mekan: **Studio Cucina**

yoğurt DONDURMASI

Dondurma yapmak meşakkatli bir iş olsa da bu tarifimizle evde son derece pratik bir şekilde hazırlayabilirsiniz. ***Yıldız Şahinler***, büyük-küçük herkesin seveceği yoğurt dondurması tarifini bizlerle paylaştı.

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraf: **ERKİN ÖN**

EV YAPIMI YOĞURT DONDURMASI 4-6 KİŞİLİK

900 gram çilek
300 gram süzme yoğurt
1 su bardağı pudraşekeri
1 su bardağı krema
1/2 limonun suyu
1 tutam tuz

SERVİS İÇİN:
Antepfıstığı ve nane

ÇİLEK dışında kalan malzemeyi derin bir kapta karıştırın. Çilekleri temizleyip derin dondurucuda hafifçe donana dek dinlendirin. Sonra rondoda iki-üç tur çevirip diğer malzemelere ilave edin ve karıştırın. Karışımı dar ve uzun kek kalıbına döküp, üzeri açık şekilde derin dondurucuya alıp 1 saat dinlendirin. Sürenin sonunda derin dondurucudan alıp iyice karıştırın. Aynı işlemi iki kez daha yapıp, son işlemde üzerini kaşığın tersi ile düzleştirin. Streç filmle kaplayıp, derin dondurucuya alın. Servis etmeden önce derin dondurucudan çıkarıp 5 dakika dinlendirin. Antepfıstığı ve nane ile süsleyip servis yapın.

Öneri

Dondurmayı mevsime göre farklı meyvelerle veya sade olarak da hazırlayabilirsiniz.

YANINDA iyi gider

Öneri

Kakaolu fındık kreması ya da akışkan çikolata sevenlerin yemeğe doyamadığı, incecik kurabiye hamurunun içindeki bol çikolatası ile adının hakkını veren "İzmir bomba" tatlısını bir de yanında bir bardak sütle denemenizi öneririz.

İZMİR BOMBA

2.5 su bardağı un
1 çay kaşığı kabartma tozu
1 tatlı kaşığı pudraşekeri
90 gram oda sıcaklığında tereyağı
1/2 çay bardağı sıvıyağ
1/2 çay bardağı yoğurt

İÇİNE:
400-450 gram kakaolu fındık kreması

UN, kabartma tozu ve pudraşekerini derin bir kaseye eleyin. Ayrı bir yerde tereyağı, sıvıyağ ve yoğurdu iyice çırpıp, unlu karışıma ilave edin ve ele yapışmayan bir hamur elde edene dek iyice yoğurun. Bu aşamada biraz daha un ilave edebilirsiniz. Hamurun toparlanması için üzerini streç filmle kaplayıp buzdolabının alt rafında 15-20 dakika dinlendirin. Daha sonra ceviz veya mandalina büyüklüğünde bezelere ayırın. Düz bir zeminde incecik açın veya elinizde yuvarlayıp avucunuzun içinde açın. Ortalarına 1'er tatlı kaşığı kakaolu fındık kreması pay edip, bohça gibi kapatın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine ek yerleri alta gelecek şekilde ve aralıklı olarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında hafif pembeleşene dek yaklaşık 10-15 dakika pişirin. Sıcak veya ılık olarak tüketin

Aşçının notu

İzmir bomba tatlısını süresinden fazla pişirirseniz içindeki kakaolu fındık kreması sertleşecektir.

Son yıllarda sosyal medyanın da etkisiyle popüler olan ***"İzmir bomba"*** tatlısını yanında bir bardak sütle denemeye ne dersiniz?

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraf: **ERKİN ÖN**

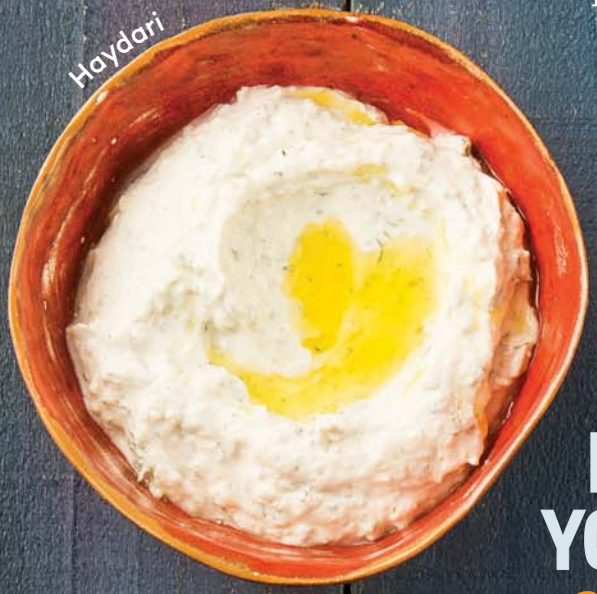


YILDIZ'DAN LEZZETLER

YILDIZ ŞAHİNLER
@yildizdann

Akdeniz ülkelerinde yemek kültürünün bir parçası olan mezeler sıcak, soğuk veya ılık olarak servis edilip mideyi ana yemek öncesi yatıştırırken, kimi zaman da yanında kızarmış ekmekle özellikle yaz akşamları ana yemek oluverir... Sofrasını daha da lezzetlendirmek isteyenler için peynirli-yoğurtlu meze tarifleri ***Yıldız Şahinler***'den...

Stilist: **SELMA ŞEN** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**



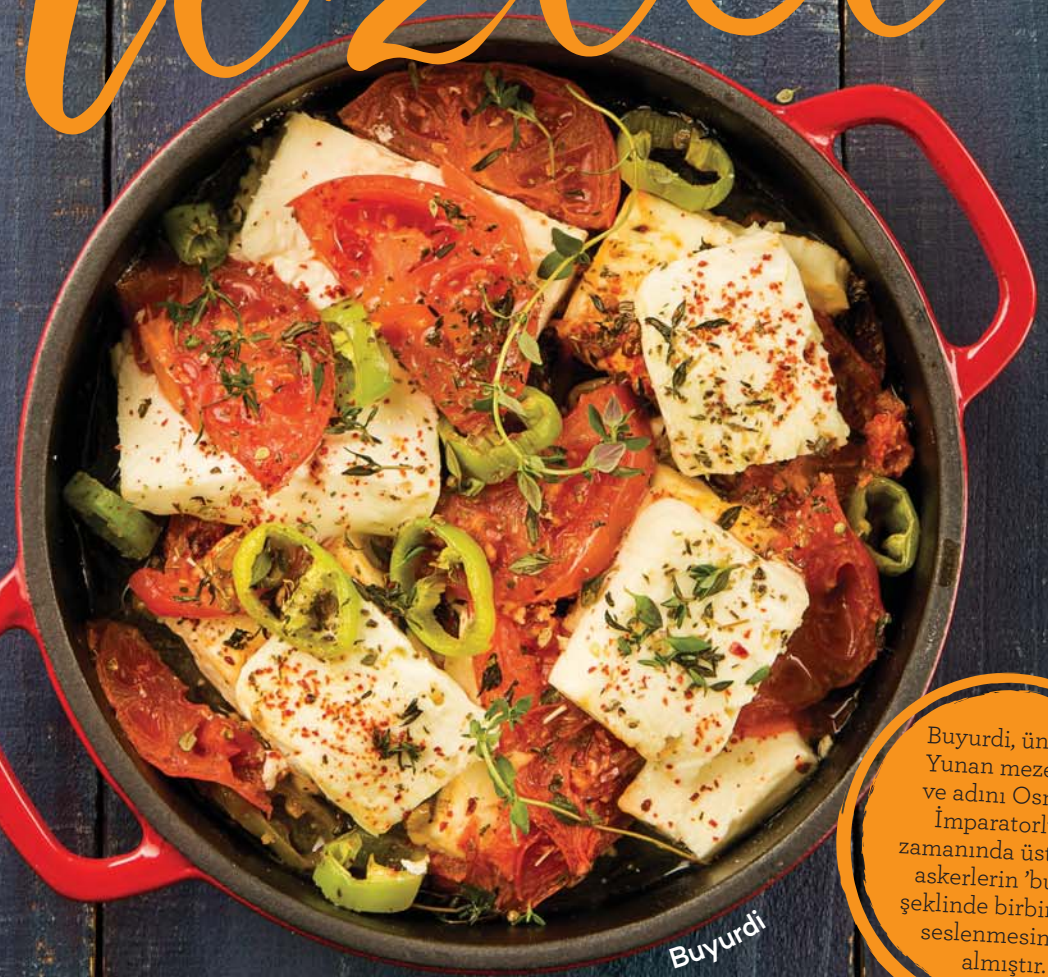
HAYDARİ

DERİN bir kapta 100 gram beyaz peyniri ezin. 400 gram süzme yoğurt ilave edip iyice karıştırın. Ayrı bir yerde 1 çorba kaşığı tereyağını eritip, üzerine 2-3 diş ince kıyılmış sarmısak ve 1 çorba kaşığı toz nane ilave ederek kokuları çıkana dek kavurun. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. Ilındığında peynirli karışımla harmanlayıp, tuzunu ayarlayın. Üzerine 4-5 çorba kaşığı zeytinyağı gezdirip servis yapın.

PEYNİRLİ YOĞURTLU mezeler

BUYURDİ

DİLİMLENMİŞ 1 adet domatesten 2-3 dilimini fırına dayanıklı orta boy bir tavaya yerleştirin. Üzerine birkaç dal kekik ve damak zevkinize göre pulbiber serpin. Kalan domates dilimlerinin yarısını tavaya yerleştirip, dilimlenmiş 1 adet biberi serpiştirin. 200 gram dilimlenmiş keçi peynirini ekleyin ve birkaç dal kekik serpiştirin. 3-4 çorba kaşığı zeytinyağı gezdirip, önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15-20 dakika, peynir yumuşayana dek pişirin. Dilediğiniz şekilde süsleyip sıcak olarak servis yapın.



Buyurdi, ünlü bir Yunan mezesidir ve adını Osmanlı İmparatorluğu zamanında üst düzey askerlerin 'buyur" şeklinde birbirlerine seslenmesinden almıştır.

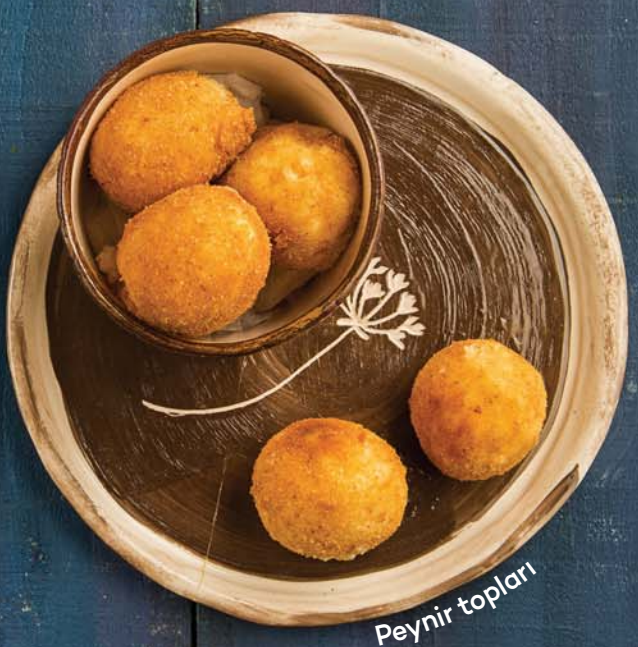


Kereviz salatası

KEREVİZ SALATASI

200 gram süzme yoğurt, 200 gram yoğurt, 1 adet kabuğu temizlenip rendelenmiş kereviz, 2 adet kabukları soyulup rendelenmiş yeşil elma, 1 çorba kaşığı mayonez ve rondodan geçirilmiş 1 su bardağı cevizi derin bir kapta iyice karıştırın. Dilediğiniz şekilde süsleyip servis yapın.

Tatlı-tuzlu karışımını seviyorsanız sıcakken peynir toplarının üzerlerine bal gezdirip servis yapabilirsiniz.



Peynir topları

PEYNİR TOPLARI

150 gram lor peynir, 200 gram beyaz peynir, 100 gram hellim peyniri ve 100 gram kaşar peynirini rondodan geçirip geniş bir kaba alın. Üzerine 1 adet yumurta ve 2-3 çorba kaşığı un ekleyip karıştırın. Buzdolabında 1 saat dinlendirip, sürenin sonunda karışımdan ceviz büyüklüğünde bezeler koparın ve elinizde yuvarlayın. Önce 1 kase una sonra 1 adet çırpılmış yumurtaya, son olarak da 1 kase galeta ununa bulayın. Kızdırılmış sıvıyağda kızartıp, kağıt havlu üzerine çıkarın. Servis tabağına alıp sıcak veya ılık olarak servis yapın.



Peynir dolgulu biber

PEYNİR DOLGULU BİBER

100 gram lor peyniri ve 100 gram beyaz peyniri çatal yardımıyla ezin. Üzerine rendelenmiş 1 dilim dil peyniri ve 1 diş sarmısak ilave edin. Kıyılmış 1 demet dereotu, 1 çay kaşığı pulbiber, 1 tatlı kaşığı kekik, 2-3 çorba kaşığı zeytinyağı ilave edip çatalla ezerek karıştırın. Biberlerin kapaklarını kesip, çekirdek yataklarını çıkarın. Peynirli harcı biberlerin içlerine pay edip, biber kapaklarını yanlarına yerleştirin. Fırın tepsisine yan yana koyup, önceden ısıtılmış 200 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin. Ilık olarak servis yapın.

• Seramik tabak ve aksesuarlar: **selmasenceramics**

HELLİM PEYNİRLİ SEBZE KULESİ

Sos için kıydığınız 2 diş sarmısağı 2 çorba kaşığı kaşığı zeytinyağında soteleyin. 4-5 çorba kaşığı rendelenmiş domates, 1 tutam tozşeker ve tuz ilave edip, kıvam alana dek pişirin. Ocaktan alıp, kıyılmış 3 dal nane ilave ederek karıştırın. 1 adet bostan patlıcanı ve 1 adet büyük boy patatesi çok ince olmayacak şekilde dilimleyip geniş bir kabın içine alın. 2 diş ince kıyılmış sarmısak ilave edip tuz ve karabiber serperek harmanlayın. Daha sonra kızgın sıvıyağda veya döküm tavada arada bir sebzelere sıvıyağ sürerek önlü arkalı kızartın. Dilimlenmiş 100 gram hellim peynirini de kızartıp servis tabağının altına sosu yayın. Üzerine peynir ve sebzeleri üst üste yerleştirip servis yapın.



Hellim peynirli sebze kulesi



Avokadolu cacık

AVOKADOLU CACIK

500 gram süzme yoğurdu çırpın. Üzerine rendenin ince tarafıyla rendelenmiş 1 adet sert kıvamlı avokado, küçük küp doğranmış sert kıvamlı yarım avokado, küçük küp doğranmış 2 adet salatalık, kıyılmış 5-6 dal nane 1-2 çorba kaşığı zeytinyağı ve ½ limonun suyunu iyice karıştırın. 1-2 dal nane yaprağı ile süsleyip servis yapın.



Girit ezmesi



GİRİT EZMESİ

250 gram beyaz peynir ve 100 gram lor peynirini derin bir kapta çatal yardımıyla ezin. Üzerine 4-5 çorba kaşığı file antepfıstığı, 1 tatlı kaşığı pulbiber, 1 tatlı kaşığı kekik, 1 çay bardağı zeytinyağı ve 2 diş ezilmiş sarmısak ilave edip iyice karıştırın.

KİTAP HEDİYELİ
3 AYLIK ABONELİK ~~30 TL~~ 25 TL



HEMEN ARAYIN
0212 354 36 04 / 0212 354 36 11 / 0212 354 36 27
WhatsApp Bilgi Hattı: 0552 357 00 00 www.turkuvazabone.com

Derginiz kargo ile iş veya ev adresinize imza karşılığı teslim edilsin.
Aboneliğiniz boyunca fiyat artışlarından etkilenmeyin.

SÜTLÜ Tatlılar

İNCİR UYUTMASI 6 KİŞİLİK

8 adet kuru incir, **500** ml süt
2 çorba kaşığı tozşeker

İNCİRLERİ 1 saat suda bekletin ve sudan alıp elinizle sıkın. Ortadan ikiye kesin ve robota alın. Süt ve tozşekeri tencerede kaynatın. İncirlerin üzerine 1 kepçe sütten ilave edin ve robottan geçirin. Robottan geçirdiğiniz incirli sütü kaynattığınız kalan sütün içine katın ve kıvam alana kadar karıştırarak pişirin. Bardak veya kaselere paylaştırıp üzerlerine küçük birer tabak koyup, örtü ile örtün ve 1 saat mayalandırın. Daha sonra buzdolabına alın ve 2-3 saat beklettikten sonra servis yapın.

Aşçının notu

İncir uyutması (Teleme) yöresel şekliyle toprak güveç kabında 1-2 saat boyunca tahta kaşıkla ezilerek yapılıyor.

geleneksel

Eklendiği tarifleri hem hafifletip hem de lezzet katan süt, Türk Mutfağı'nın klasik tatlılarında da sıklıkla karşımıza çıkıyor. Tadında Anadolu'nun Executive Chef'i ***Muhsin Ertürk***, en sevilen sütlü tatlıları sizler için hazırladı.

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER** Fotoğraflar: **ERKİN ÖN**



MUHSİN ERTÜRK

lezzeti zirvede



HOŞVERDİ TATLISI (ÇİKOLATALI SÜTLÜ NURİYE) 10-12 KİŞİLİK

1 paket baklavalık yufka (**500** gram)
500 gram iri çekilmiş antepfıstığı
600 gram tuzsuz tereyağı

TEPSİYİ YAĞLAMAK İÇİN:
1 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı

ŞERBETİ İÇİN:
2 litre süt, **500** gram tozşeker, **500** ml krema

ÜZERİ İÇİN:
100 gram kakao
200 gram rendelenmiş bitter çikolata

ÜZERİ için kakao ve rendelenmiş çikolatayı bir kap içinde harmanlayın. Şerbeti için başka bir kapta süt ve tozşekeri kaynatıp soğuttuktan sonra krema ile karıştırıp kenara alın. Tatlının alt kısmı için 300 gram, üstü için de 200 gram yufka ayırın. Orta boy bir tepsinin tabanını eritilmiş 1 çorba kaşığı tereyağı ile yağlayın. 600 gram tereyağını küçük küpler halinde kesin. Ayırdığınız taban yufkalarını her 2-3 katta bir tereyağı parçaları serpiştirerek yerleştirin. Hepsi bittiğinde antepfıstığının tamamını serpiştirin. Kalan 200 gram yufkayı da aynı şekilde tereyağı parçaları serpiştirerek üst üste dizin. Tamamı bittiğinde tatlınızı dilimleyin. Kalan tereyağını eritip her yerine eşit olarak gelecek şekilde kepçe ile dökün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında ortalama 30-40 dakika üzeri kızarana kadar pişirin. Sıcak tatlının üzerine soğuk şerbeti dökün. Şerbeti iyice çektikten sonra kakaolu karışımı üzerini tamamen kapatacak şekilde yayıp, antepfıstığı ile süsleyerek servis yapın.



KAZANDİBİ 6 KİŞİLİK

1 adet tavuk göğsü, 1 çorba kaşığı limon suyu
7 su bardağı süt, 1/2 çay kaşığı tuz
1.5 su bardağı tozşeker
2 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı nişasta
1 çorba kaşığı pirinç unu
1 çorba kepçesi su

1 ÖNCELİKLE tavuk göğsünü ikiye kesip, limon suyu katılmış suda haşlayın. Ocaktan aldığınız tavuk ılınınca iyice liflerine ayırarak didikleyin. Soğuk suya koyup, bir müddet bekletin. Daha sonra elinizde ovalayarak kokusu çıkana kadar yıkayın ve suyunu sıkın.

2 Sütü bir tencereye alın. Tuz ve tozşekeri ekleyip, karıştırdıktan sonra kaynamaya bırakın. Un, nişasta ve pirinç ununu da ayrı bir kasede karıştırın. Kaynayan sütten bir kepçe alıp, bu karışıma ilave edin. Bir kepçe de su ilave edin. Daha sonra bu karışımı tencereye yavaş yavaş ekleyin. Kısık ateşte 5 dakika daha pişirin. Tavuk göğüs etini ilave edip, çatalla karıştırarak 10 dakika daha ocakta tutun. Muhallebi koyu bir kıvam alınca ocaktan alın.

3 Sıcakken yayvan bir tepsiye döküp, ocak üstüne alın. Kuvvetli ateşte, tepsiyi sürekli çevirerek pişirin. Dibi hafifçe tutunca, tepsiyi ocaktan alıp, kenarda 3-4 saat soğutun. Kare kare kesin ve kızaran tarafları üste gelecek biçimde servis yapın.

SÜTLÜ İRMİK HELVASI
10 KİŞİLİK

250 gram irmik
500 ml süt
250 gram tozşeker
125 gram tereyağı
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
1 çay kaşığı toz zerdeçal
1 paket vanilya
1 adet portakalın rendelenmiş kabuğu

ÜZERİ İÇİN:
Toz antepfıstığı içi

ŞERBETİ için süt ve tozşekeri bir tencerede ısıtıp ılık olarak bekletin. Geniş bir pilav tenceresinde tereyağını eritin. İrmik ve dolmalık fıstıkları ekleyip rengi değişene kadar sık sık karıştırarak kavurun. Kavrulan irmiğin içine zerdeçal, vanilya ve portakal kabuğu rendesini ekleyip karıştırın. Ilık olarak bekleyen sütlü şerbeti de ekleyip karıştırarak çektirin. Çektikten sonra ocaktan alıp 20-25 dakika demlenmeye bırakın. Antepfıstığı ile süsleyip servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

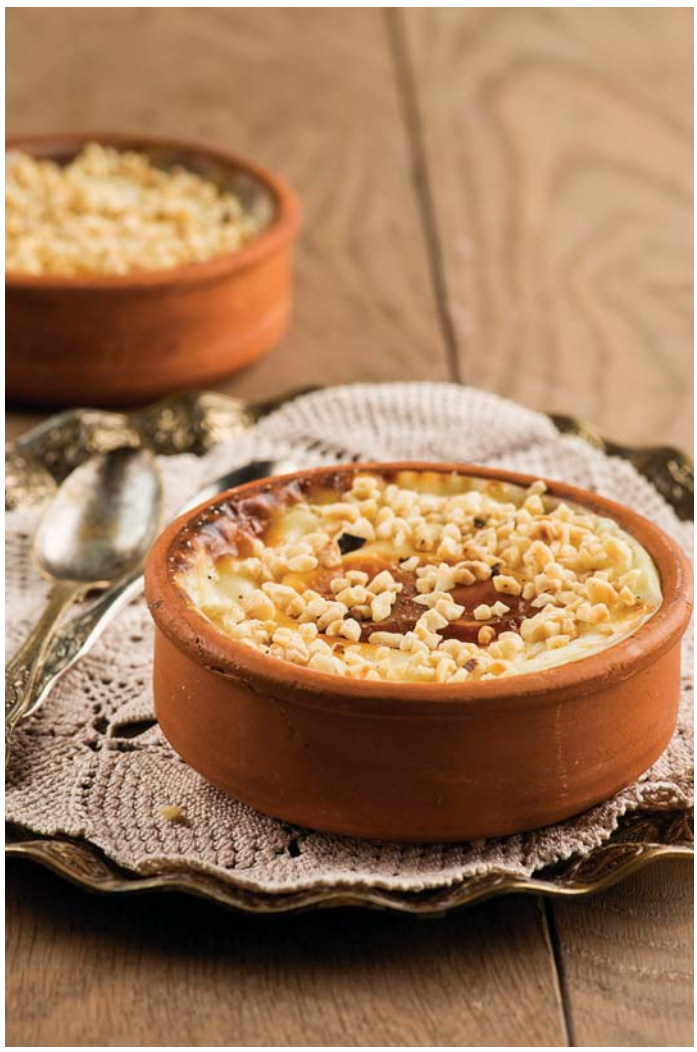
- Helvayı demlenmeye bırakırken terlemesini önlemek için üzerini bir bez veya kâğıt havlu ile kapatın.
- Lapalaşmasını önlemek için servis etmeden önce birkaç kez karıştırın.
- Üzerini kavrulmuş fındık veya antepfıstığı ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.
- Helvanın içine bir top dondurma da koyabilirsiniz.



mis kokulu

SÜTLÜ İRMİK HELVASI

Tarifi yan sayfada



SÜTLAÇ 4-6 KİŞİLİK

1 çay bardağı pirinç, **1.5** çay bardağı su
5 su bardağı süt, **1** su bardağı tozşeker
1 çorba kaşığı pirinç unu
1 paket vanilya

SÜSLEMEK İÇİN:
1 su bardağı iri dövülmüş fındık

1 PİRİNCİ yıkayıp tencereye alın. Üzerine 1 çay bardağı su ekleyip kaynatın. Suyunu çekince süt ilave edin ve kısık ateşte pirinç yumuşayıncaya kadar arada bir karıştırarak pişirin. Tozşeker ilave edip karıştırın.

2 Ayrı bir yerde yarım çay bardağı su, pirinç unu ve vanilyayı çırpın. Ardından tencereye ekleyip karıştırın ve 2 dakika pişirin. Ocaktan alın ve kaselere pay edip soğutun. Fındıkla süsleyerek servis yapın.

Aşçının notu

Fırın sütlaç yapmak için fırın tepsisine 1 su bardağı su koyun. Fırına dayanıklı sütlaç kaplarını tepsiye yerleştirin ve önceden ısıtılmış 200 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin.

SÜTLÜ KADAYIF 8-10 KİŞİLİK

500 gram kadayıf, **1** litre süt
5 su bardağı tozşeker, **125** gram tereyağı

ÜZERİ İÇİN:
İri kıyılmış fındık içi, toz antepfıstığı

1 SÜTÜ bir tencereye alın ve kaynatın. İçine tozşeker ilave edip, karıştırarak erimesini sağlayın. Şeker eridikten sonra kısık ateşte 5-10 dakika daha kaynatıp, ocaktan alın. Tereyağını eritip, süte katın ve ılınmaya bırakın.

2 Kadayıftan elinizle parçalar koparın. Düz bir zemine yayıp, rulo şeklinde sarın. Elinizle hafif sıkarak şekil verin ve fırın tepsisine yerleştirin. Kadayıf bitene kadar aynı işleme devam edin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında kadayıf pembeleşene kadar pişirin ve soğutun.

3 Soğuk kadayıfların üzerine ılınmış sütlü şerbetten 2'şer kepçe gezdirin. Kalan sütlü şerbeti kadayıfın kenarlarından yavaşça boşaltın. Şerbeti çekene kadar bekleyin ve üzerini süsleyerek servis yapın.

Öneri

Dilerseniz tahin dolu bir tabakta servis yapabilirsiniz.



BEN DERGİ

SOFRA'YA
ABONE OLUN
SO YAZIP 4177'YE
SMS ATIN.
~~10~~ TL 8 TL/AYLIK



HEMEN ARAYIN

0212 354 36 04 / 0212 354 36 11 / 0212 354 36 27
WhatsApp Bilgi Hattı: 0552 357 00 00 www.turkuvazabone.com

Bu servisten tüm operatörler faydalanabilir. Sofra'ya abone olmak için **SO** yazarak **4177**'ye SMS yollamanız yeterlidir. 4177'ye gönderilen her SMS ₺0,50 olarak ücretlendirilir. Aylık dergi abonelik ücreti faturalı hatlarda ₺8 olup faturaya yansıtılır, ön ödemeli hatlarda ₺8'lik tutar bakiyesinden tahsil edilir. Belirtilen fiyatlara KDV ve kargo ücretleri dahildir. 12 sayının sonunda abonelik otomatik olarak sona erer. Sofra aboneliğini iptal etmek için **IPTAL SO** yazarak **4177**'ye SMS gönderilmesi yeterlidir.

Türk Telekom -Turkcell - Vodafone

- Aylık abonelik ücreti faturanıza yansıyabilir veya TL bakiyenizden düşebilir.
- Toplu ödeme yapmadan abone olma ayrıcalığı.

TURKUVAZ DERGİ

Her zaman taze

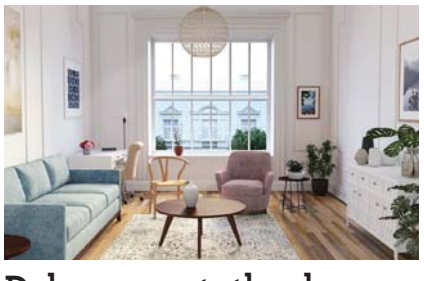


Arzum, Türk kahvesi değirmeni Arzum Okka Beangourmet ile her türdeki kahve çekirdeğini incecik öğüterek her zaman taze kahve içme keyfi yaşatıyor. Uzun ömürlü ve sağlıklı seramik öğütücü mekanizmaya sahip olan ürün, ergonomik tasarımıyla da dikkat çekiyor.

İki yeni probiyotik

Eczacıbaşı İlaç Pazarlama güvencesiyle tüketiciler ile buluşan iki yeni probiyotik BiGaia Saşe ve BiGaia D Vitaminli Damla, sindirim sistemini düzenlemeye ve bağışıklık sistemini desteklemeye yardımcı oluyor.





Dekorasyon tutkunlarına

İkinci el mobilyaların internet üzerinden satışını yapan mobilya pazarı Dekopasaj, 10 binden fazla ikinci el mobilya ve ev aksesuarını çok uygun fiyatlarla satışa sunarken, kullanılmayan eşyalarını satmak isteyenler için de cazip ve güvenilir bir alışveriş ortamı sunuyor. www.dekopasaj.com

Özel günlerinizi renkli detaylarla renklendiren Yasemin Fıçıcıoğlu'nun markası Pastaminna'dan çıkan pastalar, kurabiyeler, cake pop'lar ve cupcake'ler siparişinize göre şekillenirken, Göktürk'te yer alan atölyede ise meraklısına pastacılık eğitimleri de veriliyor. Tel: (0532) 320 56 24



Lezzet serüveni



Neşeli kahvaltılar

Çocuklardaki yaratıcılık potansiyelini ortaya çıkarmayı hedefleyen Nesquik Kahvaltılık Gevrekler, "Hayal gücünü besleyin" ilkesiyle hayata geçirdiği kampanya kapsamında, promosyonlu Nesquik paketlerinde boyanabilir kâseler hediye ediyor.

Minik atıştırmalıklar

Kuruyemişsevenlere kaliteli, lezzetli, besleyici ve pratik atıştırmalıklar sunan Tadım, 40 gramlık mini boy karışık kuruyemiş paketleriyle her an her yerde dengeli beslenmeye önem verenlerin yanında.



Kutlamalara özel pastalar

Le Cordon Bleu pastacılık mezunu Berrak Demir tarafından kurulan Berrak Bakery, sevdiklerine tatlı sürprizler yapmak, özel günlerini şık ve göz dolduran pastalarla taçlandırmak isteyenler için farklı seçenekler hazırlıyor.

www.berraksbakery.com
Tel: (0537) 416 01 99



Sağlıklı saçlar

Schwarzkopf tarafından geliştirilen Gliss Serum Deep Repair ailesi canlılığını yitirmiş ve yıpranmış saçlara özel geliştirilen formülü sayesinde 5 kullanımda tamamen onarılmış saçlar vadediyor.



Rengarenk



Evde, ofiste her yerde rahatlıkla kullanılabilen Selpak kutu mendiller yeni dekoratif desenleriyle hayata şıklık katıyor. Birbirinden canlı, rengarenk tasarımları ile dikkat çeken kutu mendillerin üç farklı ebadı bulunuyor.



Mitte, her perşembe sevdikleriyle bir sofrada buluşup, özel set menü ve müzik eşliğinde keyifli bir akşam geçirmek isteyenler için Uzak Doğu Mutfağı lezzetlerini tadabilecekleri "Friends & Family" geceleri düzenliyor.
Tel: (0543) 627 63 62



Deniz manzaralı

Kartal'da denize sıfır konumuyla İstmarina AVM'nin içinde yer alan Meat Chef Steakhouse, "Meat Chef Churrascada", "Meat Chef Burger", "Meat Chef T-Bone Steak" gibi özel tatlarıyla misafirlerine lezzet dolu saatler vadediyor. Tel: (0216) 504 26 36



Yıldızlı şeflerden lezzetler

Divan'ın sevilen lezzet markası Divan Lokanta, yılın belli dönemlerinde mutfağını Michelin yıldızlı şeflere emanet edecek. Divan Lokanta'nın ilk misafiri olan Sicilya'daki Locanda Don Serafino'nun şefi Vincenzo Candiano, 1-7 Mart tarihleri arasında Akdeniz tatlarını Divan'ın misafirleriyle buluşturacak.
Tel: (0212) 315 55 83

Doğanın gücü yanınızda



Arıların mucizevi ürünü propolis ile doğal şifalı bitkileri buluşturan Balparmak Apitera Serisi'nde yer alan ApiteraZen, ApiteraUp, ApiteraMind çeşitleri sağlıklı yaşamı önemseyenlere ve doğal gıda takviyesine ihtiyaç duyanlara alternatifler sunuyor.



Şef onaylı

Paşabahçe, şef Arda Türkmen ile sürdürdüğü iş birliğini yeni ürünlerle genişletiyor. Arda Türkmen'in ideal tarif ölçülerinden yola çıkılarak hazırlanan ürünler arasında; ısıya dayanıklı fırın kapları, karıştırma kabı seti ve ölçü bardağı olarak kullanılan klasik su bardağı gibi ürünler yer alıyor. www.pasabahce.com.tr

Dünya lezzetleri raflarda



Bakliyat sektörünün tecrübeli markalarından Reis Gıda, ürün gamını Royal Serisi ile genişletti. Seride; kinoa, chia, beluga mercimeği, siyah nohut, amarant gibi son dönemde sağlıklı beslenme listelerinin üst sıralarında yer alan 23 farklı ürün çeşidi tüketici ile buluşuyor.



Eşsiz Boğaz manzarası ve keyifli atmosferi ile The Ritz-Carlton'un teras barı Bleu Lounge, her çarşamba, perşembe ve cuma akşamı 17:00-22:00 saatleri arasında sushiseverleri müzik eşliğinde karşılıyor. Sınırsız sushi menüsü kişi başı 115 TL.
Tel: (0212) 334 41 88

Özgür desenler

Her yaşa özel ev tekstili seçenekleri sunan Taç, gençlerin enerjisinden yola çıkarak Taç Genç Modası Koleksiyonu'nu hazırladı. Özgür desenlerin bir araya geldiği koleksiyonda, Dolly Nevresim Takımı; somon ve mavi gibi soft renklerle öne çıkıyor. www.tac.com.tr



Yerli ve organik



Unilever'in dünyadaki ilk organik ketçabı, Türkiye'de ise ilk organik ürünü olan Calve Organik Ketçap, yerli organik tarım yöntemleri ile tam mevsiminde toplanan, organik Manisa domatesleri ile üretildi. Ürün çevre dostu cam şişelerde raflardaki yerini aldı.

Karaköy'ün en yenisi

Şehrin yeni buluşma noktalarından Vor Klein, restoran ve kokteyl bar konseptiyle Karaköy'de kapılarını açtı. Gündüz ve akşam olmak üzere iki farklı menüsü, DJ partileri, her perşembe düzenlenen komedi kulübü geceleriyle eğlenceseverleri bekliyor.
Tel: (0537) 946 93 95





Yumuşacık keki, dolgusu ve şık görünümüyle aileye yeni katılan "Eti Topkek İçidolu", limonlu-haşhaşlı ve çilekli-kakaolu olmak üzere iki farklı çeşidi ile raflardaki yerini aldı. Eti Topkek İçidolu, tek tek ambalajlanmış 11'li paketlerde satışa sunuluyor.

Tatlı şöleni

Profesyonel mutfağı ve konsept restoranlarıyla lezzet tutkunlarını ağırlayan Regnum Carya, Türk ve dünya mutfağından özel tatları her damak zevkine hitap edecek çeşitlilikte ve konuklarının taleplerine uygun şekilde hazırlayarak şık sunumlarla buluşturuyor.



Hilton'da Mardin rüzgarı

Hilton İstanbul Bosphorus "Yerel Mutfak Global Lezzet" projesi kapsamında yöresel mutfakları desteklemeye devam ediyor. Otel, Dünya Kadınlar Günü etkinlikleri kapsamında Mardinli kadınların hazırladığı yöresel lezzetleri, 7-8-9 Mart tarihlerinde Lalezar Meyhane'de İstanbullular ile buluşturuyor. Tel: (0212) 315 60 00





Boğaz'da kahvaltı keyfi

Lacivert Restoran, yenilenen menüsü ve yöresel tatlarla zenginleşen brunch'ıyla Boğaz'ın vazgeçilmez adresi olmaya devam ediyor. Executive Chef Hüseyin Ceylan ve ekibinin yenilikçi yaklaşımını ortaya koyan yeni menü, lezzeti kadar sunumları ile de dikkat çekiyor.

Tarihin içinde



Balat-Ayvansaray sokaklarında tarihin içinde bir mola vermek isteyenlere lezzetli seçenekler sunan Milennium İstanbul Golden Horn Otel, kültürel çeşitliliğe sahip özel lokasyonu ve Türk-dünya mutfaklarından özel tatları ile konuklarını ağırlıyor. Tel: (0212) 453 11 11

FİHRİST



çorbalar

Ayran aşı s. 73
Fesleğenli sütlü domates çorbası s. 18
Kuşkonmaz çorbası s. 17
Patatesli hamur çorbası s. 20
Sebzeli tavuk suyu çorbası s. 18
Sütlü badem çorbası s. 16
Yayla çorbası s. 15
Yoğurt terbiyeli etli erişte çorbası s. 15
Yoğurt terbiyeli tavuk çorbası s. 16

deniz ürünleri

Kağıtta somon s. 42
Sütlü levrek s. 48

et yemekleri

Beşamel soslu çanak köfte s. 68
Beşamel soslu tavuk sarma s. 68
Bez sucuklu tirit s. 77
Çıtır sosis s. 79
Elbasan tava s. 48
Karnabahar soslu hünkar beğendi s. 47
Krem peynirli fırın tavuk s. 80
Kuzu sorpa s. 48
Mücezzaga s. 50
Süt marineli kuzu şiş s. 71
Terbiyeli etli kereviz s. 52
Yoğurt marineli tavuk kanat s. 71

hamurişleri ve pilavlar

Beşamel soslu fırın makarna s. 68
Dört peynirli pizza s. 32
Ekşili pilav s. 77
Fırınlanmış sebze ile peynirli kiş s. 34
Kahverengi pirinç sütlü kek s. 56
Kaymaklı poğaça s. 32
Muhlama (Mıhlama, kuymak) s. 77
Peynirli cevizli ravioli s. 80
Peynirli kek s. 32
Peynirli sufle s. 34
Pırtık börek s. 36
Piruhi s. 50
Sarmısaklı ve zerdeçallı pilav s. 43
Silor s. 74
Sütlü erişte s. 47
Tohum kraker s. 24
Yulaf sütlü kahvaltılık atıştırmalık s. 56

sebze yemekleri ve salatalar

Avokadolu cacık s. 88
Buyurdi s. 86
Fırında tatlı patates (Hasselback) s. 40
Hellim peynirli sebze kulesi s. 88
Kereviz salatası s. 87
Peynir dolgulu biber s. 87
Sütlü pancarlı dip sos s. 59



tatlılar

Badem sütlü kakaolu dilimler s. 58
Creme brulee s. 62
Elmalı crumble s. 44
Ev yapımı yoğurt dondurması s. 84
Hoşverdi tatlısı (Çikolatalı sütlü nuriye) s. 91
Höşmerim s. 73
Ihlamurlu parfe s. 62
İncir uyutması s. 90
İzmir bomba s. 85
Kaju sütlü portakallı cheesecake s. 56
Kazandibi s. 92
Krema s. 83
Lor tatlısı s. 75
Meyveli tatlı dip sos s. 59
San Sebastian cheesecake s. 62
Süt reçeli (Dolce de leche) s. 65
Sütlaç s. 94
Sütlü irmik helvası s. 92
Sütlü kadayıf s. 94
Trileçe (Tres leche) s. 65
Yaban mersinli cheesecake s. 82

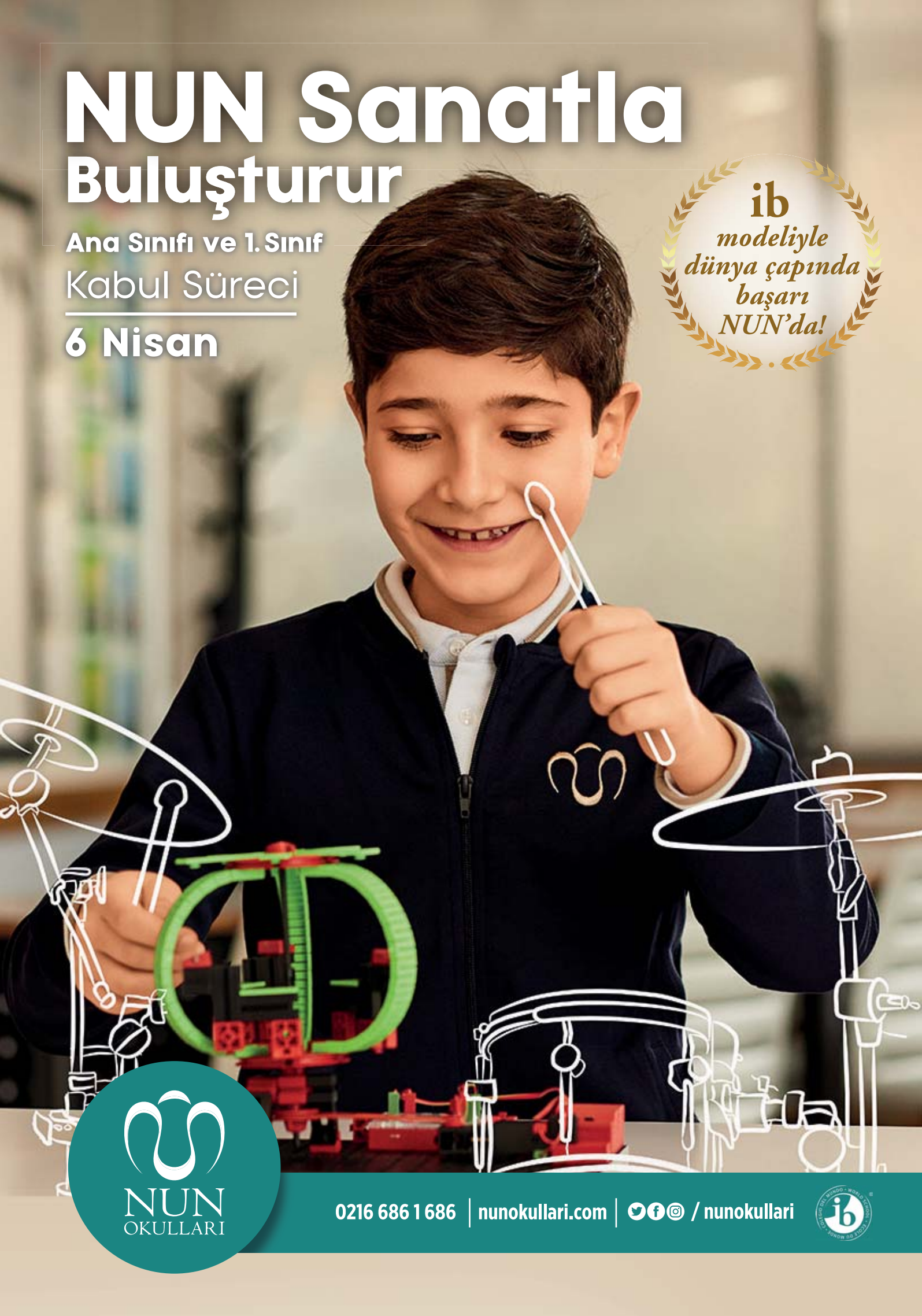
ve diğerleri

Acı ayran (Yandım çavuş ayranı) s. 74
Biberiyeli ve sarmısaklı sepet peyniri s. 23
Ev yapımı kolay peynir s. 24
Ev yoğurdu s. 29
Fındık sütlü cappuccino s. 58
Ghee s. 38
Girit ezmesi s. 88
Haydari s. 86
Kefir peyniri (Quark) s. 28
Kefir s. 25
Lor peyniri s. 23
Mascarpone s. 27
Mozzarella peyniri s. 26
Peynir topları s. 87
Soya sütlü matcha latta s. 57
Yoğurtlu ekşi krema dip sos s. 59

Gelecek Sayı

Baharla birlikte canlanan doğanın sofralarımıza taşıdığı sebze, meyve ve taze otların lezzet kattığı rengarenk tarifler Nisan sayımızda...




NUN Sanatla
Buluşturur
Ana Sınıfı ve 1. Sınıf
Kabul Süreci
6 Nisan
ib
modeliyle
dünya çapında
başarı
NUN'da!
NUN
OKULLARI
0216 686 1 686 | nunokullari.com | / nunokullari

24 KITCHEN

DÜNYA LEZZETLERİ festivali



Dünyanın önde gelen mutfakları,
ünlü şefler, sınırsız lezzet, sınırsız eğlence!

6 Nisan 2019

Feriye Palace, Ortaköy İstanbul

HYBRid. interaction of ideas

FERİYE

biletix ticketmaster Türkiye

Biletler **biletix.com**'da.
dunyalezzetlerifestivali.com