AĞUSTOS'UN SEBZE VE MEYVELERİYLE RENKLİ MUTFAK ◆ YAZ MEVSİMİNDE KAHVALTI KEYFİ

Sofra

25.Yıl

AĞUSTOS 2020 / 08 SAYI: 297

KARPUZ KABUĞUNDAN SIRA DIŞI LEZZETLER

Evde Yapın Keyifle Tadın

◆ SUCUK ◆ SOSİS
◆ KAVURMA ◆ PEYNİR
◆ PASTIRMA
◆ ZEYTİN, FISTIK, ÇİKOLATALI FINDIK EZMESİ

Bayram Özel

+ Et kesiminin püf noktaları
+ İkramlarınız için şerbetli tatlılar

FİYATI: 10 TL
KKTC FİYATI: 13 TL
9 771304 554001 08
ISSN 1304 - 5547


Hüner
Yemek İşi Hüner İşi
YENİDEN SOFRANIZDA
Hüner
ayçiçek yağı
5 Le
Hüner
UN
ÖZEL AMAÇLI BUĞDAY UNU
BAKLAVALIK, PASTALIK, BÖREKLİK
2kge
Hüner
mısır yağı
5 Le
yeniden!
www.elitagida.com.tr
hunergida

editörden

YEMEKLERİ DEĞERLENDİRMENİN EN GÜZEL YOLU ONLARI DÖNÜŞTÜRMEK

Sürekli ve durdurulamaz bir değişim içindeyiz. Güven ve öngörülebilirlik sınırları içinde yaşanmasını tercih ettiğimiz bu değişim bazen ucunda bir ışığın dahi olmadığı bir ruha sahip olabiliyor.

Konfor alanından çıkmayı istememe eğiliminin ağır bastığı böyle bir süreçte mutfak büyük bir çoğunluğumuz için sığınma noktası haline geldi. Ekmeklerin yoğrulup pişirildiği, her türlü besinin işlenerek işin lezzet tarafından öte sağlık boyutunun önemsendiği bu dönemde yepyeni tarifler, yöntemler de bir o kadar revaçta oldu.

Mutfak evin kalbi ve çok daha fazla vakit geçirdiğimiz bir yer. Sınırsızlığın getirdiği yaratıcılık kadar sınırların pekiştirdiği yaratıcılıktan da beslenmeye başladık.

Yeni tatlar, yeni tarifler bir yana gıda israfı herkesin çok daha önemseyip bireysel önlemler alıp çok daha değer verdiği bir konu olmaya başladı. Özellikle gıdanın kaynağında yapılan önlemler. Başlangıçta yapılan bu etkili müdahaleler sonraki adımlarda çok daha etkili hamleler sağlayabiliyor.

Kaynaklarımızı doğru ve planlı kullanmamız gereken bir dönemdeyiz. Gıda israfı yapmamak hiç olmadığı kadar önemli artık. Üreticilerden başlayarak ürünlerin evlerimize kadar uzanan yolculuğunda herkes çok değerli ve önemli noktaları paylaşmalı.

'Evde yapın, keyifle tadın' ve 'bayram özel' başlıkları altındaki konularımızda malzemenin değerini, devamlılığının sağlanması gerektiğini bu hassasiyetin devamının sadece malzemeyi korumak değil lezzet ve geleneğin de bunun bir parçası olduğunu vurgulamak istedik.

Peynir, sosis, kavurma, pastırma gibi mutfağımızda önemsenen yiyeceklerin yapımı gıdada hassasiyetinin arttığı bu dönemde hem işin hijyen yanını hem de ekonomik tarafına çözüm sağlamanıza yardımcı olacaktır.

Kurban bayramı sadece et değil, ciğer başta olmak üzere paça, işkembe gibi parçaların da kullanımının kültürümüzde var olan tutumluluk ilkesinin değerini bir kez daha hatırlamamıza bir vesile.

Birkaç aydır dile getirdiğimiz gibi evde pişirilen besinlerin hijyen ve sağlık yanlarının dışarıda hazırlananlara göre çok daha güçlü olduğu. Güçlü besinlerin de bağışıklık sistemine olan etkisi. Bu nedenle evde hazırlayıp güvenle yemeye devam edelim.

Emine Tunadan

eminetunadan

içindekiler



10 Bayram Özel
Eti Güzel Pişirmek İçin
28 Mevsimin Getirdikleri
Renkli Mutfak
34 Güzel Şeyler
Serinleten Tatlar
42 Alternatif Sunumlar
Dünyanın Lezzeti Sofraları Sarsın!
46 Evde Yapın
Evde Yapın Keyifle Tadın
54 Nasıl Yapılır?
Ev Yapımı Sucuk
56 Bayram Özel
Bayram Konuklarına Bayramlık Tatlılar
66 Paylaşıldıkça Güzel
Kahvaltı: Mutluluk Veren Öğün
74 İlham Veren Tatlar
Hepsi Meyveli...
80 Atıksız Sofra
Karpuz Kabuğundan Lezzetler

Sofra

TURKUVAZ

SAHİBİ
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

TÜZEL KİŞİ TEMSİLCİSİ VE GENEL MÜDÜR
YASEMİN GEBEŞ

YAYIN DİREKTÖRÜ
ASLIHAN SARP İŞMAN

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

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

KATKIDA BULUNANLAR
KÜBRA ALTAY, DİLŞAT YAŞAR, YILDIZ ŞAHİNLER, MÜJGAN YURTSEVEN, ŞEFİKA GÜNYEL, SELDA GÜLEÇ, PELİN BOZKURT BİLGİÇ, AYŞE ÜNAL, MELİS ÇOLAK, ÇAĞLA GEZENER, HÜLYA IŞIK, BAHAR ŞAMHİLİ TANJU

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

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

TURKUVAZ GRUBU HİZMETLERİ
MARKA VE PAZARLAMA GRUP BAŞKANI: SİNAN KÖKSAL

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

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

Türkiye'de hazırlanıp basılmıştır.
Turkuvaz Dergi Tel: (0 212) 354 30 00 **Fax:** (0212) 354 36 31
Yazışma Adresi: Turkuvaz Dergi Grubu, Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İSTANBUL
Yayının Türü: Yerel, süreli 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: Temmuz 2020
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
İstanbul Matbaa Müdürü: HAKAN DEMİRCİ


Sanatın yeni formu
istanbul
by Devrim Erbil
Resmin Şairi Devrim Erbil, İstanbul'u kendine has tarzıyla yorumluyor, İstikbal bu eşsiz eserleri evinize getiriyor. Sanatla harmanlanan İstikbal Sanat Koleksiyonu ilham veren güzelliğiyle sizlerle.
#HayatEvdeYeniliklerİstikbalde
istikbal.com.tr | /istikbal
Erciyes Holding
istikbal



Fihrist

ET YEMEKLERİ
Dana rosto s. 20
Edirne tava ciğeri s. 14
Fava yatağında terbiyeli kuzu sarma s. 21
Fırında fıstıklı kebap s. 23
Fırında sebzeli et s. 16
Kaburga dolması s. 19
Kağıt kebabı s. 15
Kavunlu etli sarma s. 38
Mozzarella peynirli ve domatesli polpette s. 43
Püreli kuzu pirzola s. 22
Sebze püresi dolgulu köfte s. 13
Sebzeli kuzu şiş s. 25
Sebzeli kuzu tandır s. 24
Sebzeli ve pesto soslu tavuk s. 45
Semizotlu ve peynirli kuzu sarma s. 12
Vişneli tavuk but s. 36
Yaz güveci s. 18

HAMUR İŞLERİ VE PİLAVLAR
Zeytinli kiş s. 71

SEBZE YEMEKLERİ VE SALATALAR
Domates doldurması s. 32
Domatesli nohut salatası s. 31
Fırında taze fasulye s. 28
Harissa baharatlı sebzeler s. 33
Lübnan peynirli babagannuş s. 45
Nohutlu ekşili bamya s. 33
Tarçınlı imam bayıldı s. 29
Vişneli ve cevizli yaprak sarma s. 30
Yeşil çorba s. 38

TATLILAR
Cevizli rulo baklava s. 58
Cevizli ve labne peynirli kek s. 44
Çanak kadayıf s. 64
Erikli crumble s. 39
Ev yapımı ekmek kadayıfı s. 62
Haşhaşlı badem tatlısı s. 61
Hindistan cevizli ıslak kurabiye s. 57
İncirli kek s. 35
Kremalı kıtır puflar s. 59
Lokma s. 63
Lokum s. 60
Lor peynirli ve çilekli tatlı tost s. 70
Şeftalili ve vişneli çörek s. 37
Tulumba tatlısı s. 57
Vişneli, bademli ve bitter çikolatalı dondurma s. 36
Vişneli sorbe s. 34

EV YAPIMI
Çikolatalı fındık kreması s. 50
Ev yapımı granola s. 76
Ev yapımı sepet peyniri s. 52
Ev yapımı sucuk s. 55
Kavurma s. 53
Pastırma s. 49
Sosis s. 48
Yer fıstığı ezmesi s. 47
Zeytin ezmesi s. 47
Zeytinyağında yoğurt peyniri s. 43

VE DİĞERLERİ
Badem sütlü soğuk kahve s. 41
Chili soslu karpuz kabuğu salatası s. 80
Domatesli bandırmalık s. 72
Fındıklı çikolatalı frigo s. 37
Hurmalı kaju sütü s. 38
Karpuz kabuğu carpaccio s. 81
Karpuz kabuğu turşusu s. 81
Karpuzlu salata s. 35
Kayısılı bademli serinlik s. 39
Naneli kekikli ayran s. 41
Peynirli ve pastırmalı yumurta s. 72
Peynirli ve sosisli kahvaltılık s. 69
Soya soslu ve pirinç sirkeli karpuz kabuğu s. 81
Şeftalili soğuk çay s. 40
Zencefilli limonata s. 35



GB'INIZA GB KATAN
KUPON BİRİKTİR KAMPANYASI!

Her gün Turkcell Bizce'ye girin, kuponları biriktirin.
Biriktirdiğiniz kuponlarla hediye GB kazanın.



bizce

HEMEN İNDİR

Google Play 'DEN ALIN

App Store'dan İndirin



Kampanya 06.03.2020 - 31.12.2020 tarihleri arasında geçerlidir. Kampanyadan Bizce mobil uygulamasını indiren Turkcell'li bireysel/kurumsal, faturalı/ön ödemeli ses hattı sahibi kullanıcılar faydalanabilir. Kullanıcı her bir faydadan ayda sadece 1 kez faydalanabilir. Faydaların üst katılım limiti vardır. Detaylı bilgi turkcell.com.tr'de.



EZBER BOZAN DONDURMALAR

Serez Dondurmacısı, dondurma gurmelerine özel hazırladığı "gurme" kategorisinde tadı damakta kalacak lezzetler sunuyor. Doğal ve taze süt kaymağı ile dondurmanın aroma, lezzet, besin değerini arttıran Serez Dondurmacısı, cevizliden Hacımemiş kurabiyeliye, duble kaymaklıya çeşit çeşit dondurma var.

ZARİF TASARIMLAR

"Yalın güzeldir" felsefesini uluslararası tasarımcıların koleksiyonlarıyla buluşturan Şişecam'ın global tasarım markası Nude'un birbirinden özel tasarımları ile balkon ve bahçe keyfi ikiye katlanıyor. Her koleksiyonunda cam teknolojisini hüner ve tasarım yetkinliği ile birleştiren Nude markası, kullanıcıların tutku ve zevklerini estetik biçimde yansıtan, duyumlarını arttıran yaratıcı koleksiyonlar içeriyor.





AKILLI BUZDOLABI

Ürünleri ile hayatı kolaylaştıran Beko, geniş hacimli Ultra Buzdolabı Serisi ile sağlıklı bir yaşam da vadediyor. Beko Ultra Buzdolabı'nda kullanılan doğal gün ışığı döngüsü sayesinde meyve ve sebzelerin vitamin değerleri korunuyor.



TERTEMİZ EVLER

Porçöz'ün yeni ürünü, içeriğinde bulunan doğal lavanta yağı sayesinde temizlik sonrası eve eşsiz bir koku bırakıyor. Koruyucu içermeyen yeni Porçöz, yüzeylerde bulunan zorlu ve inatçı kirleri ortadan kaldırıyor. Sprey formuyla kolay temizlik sağlayan ürün, sirkenin parlaklık ve hijyen sağlama gücüyle kirlere meydan okurken, mutfak, banyo yüzeyleri, fayans, mermer yüzeylerin tamamında etkili sonuç veriyor.



SOFRA SANATI

Keyifli sofraları seçkin yemek takımları ile buluşturan Karaca, yaşama değer katan ürünleri ile en güzel anlara tanıklık ediyor. Karaca'nın 6 kişilik yemek ve kahvaltı takımlarında sunduğu sayısız seçenekteki ürünleri farklı renk ve tasarımlara sahip.



Seni düşünür o
bankkart



BAYRAMIN EN TATLI ANI

Divan Pastaneleri bu bayramda sevdiklerine damaklardan silinmeyecek hediyeler arayanlar için çeşit çeşit hediye setleri hazırladı. Lokum, madlen, praline'den oluşan hediye setleri birbirinden ilgi çekici alternatifler sunuyor.

YÖRESEL PEYNİRLER KAPIDA

Yörelere özgü peynirleri keşfetmek, yeni lezzetlerle tanışmak için uzun seyahatlere gerek bırakmayan Kaya Çiftliği, biTIKTA isimli mobil uygulamasıyla yöresel peynirleri iki saat içinde kapıya getirip teslim ediyor.





PEYMAN İLE HAFİF BİR YAZ

Peyman sağlıklı ürünleriyle tüm ara ve ana öğünlere lezzet ve hafiflik katıyor. Özellikle yaz aylarını kalorisi az yiyeceklerle geçirmeyi tercih edenler yüksek lif kaynağı, katkısız, doğal ürünleriyle sağlıklı, lezzetli ve renkli salatalar hazırlayabilir, günün her öğünü keyifle tüketebilirler.



RAFLAR BOŞALIYOR

Linens, ev tekstili ve dekorasyon sevenleri, evini yenilemek isteyenleri sezonun birbirinden renkli ürünlerinde geçerli indirim fırsatı ile buluşturuyor. 31 Ağustos'a kadar seçili ürün gruplarında yüzde 30, 40, 50, 60 ve 70 oranlarında indirim sunuyor. Koleksiyonda; rengârenk nevresim ve perdelerden, yastık ve pikelere, sofra ürünlerinden banyo takımlarına, evlere zarif dokunuş yapan birbirinden şık aksesuarlara kadar her zevke hitap eden yüzlerce ürün yer alıyor.

BAYRAM KONUKLARINA

Bütün fındık ve gerçek Şölen çikolatasının muhteşem lezzetini bir araya getiren Tual, eşsiz tadı ile bayram neşesine ortak oluyor. Damakları tatlandıran iddialı lezzetinin yanı sıra göz alıcı güzellikteki altın renkli ambalajı ile göze de hitap eden Tual, sevdikleriyle tatlı bir bayram hediyesi paylaşmak isteyenler için 400 gramlık şık kristal kutusu ve özel tasarım 325 gramlık şık poşetleriyle Bayram ziyaretlerine ortak oluyor.





Eti Güzel

GELENEKSEL BAYRAMLARIMIZ İÇİNDE ÖZEL BİR YERE SAHİP OLAN KURBAN BAYRAMINDA ETİN KESİMİNDE UYULMASI GEREKEN ÖNEMLİ KURALLARI, PİŞİRİRKEN Kİ PÜF NOKTALARI VE EN SAĞLIKLI PİŞİRME YÖNTEMLERİ OLARAK KABUL EDİLEN FIRINDA, AĞIR ATEŞTE VE KENDİ SUYUNDA PİŞİRİLMİŞ YEMEK TARİFLERİMİZİ PAYLAŞIYORUZ. İYİ BAYRAMLAR.



MERAKLISINA...

❖ En iyi kavurma kol etinden yapılır. Buttan da olur ancak kol buta göre daha lezzetlidir. Çünkü but kaslı olabilir. Kolda ise kas mevcut değildir. Bu yüzden kol etiyle yapılan kavurma çok daha kolay işlenir.

❖ Kavurma için sac veya döküm tava kullanılabilir ancak çelik dahi iyi sonuç verir. Çünkü ısıyı çok daha hızlı alır. Döküm geç ısınır. Et çelik tencerede daha iyi pişer.

❖ Tencere iyice ısıtıldıktan sonra (hafiften duman yükseldiği zaman) sırasıyla önce kavram yağı, sıvısı çıktıktan sonra da (iyice sarımtırak bir hal aldığı ve kuruduğu zaman da) et eklenmeli. Sadece kavurma yaparken değil, sebze yemeklerinde de tencere soğukken malzeme tencereye konulmamalı.

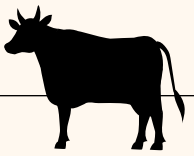
❖ "Neden yüksek ateş?" diyecek olursanız; bu şekilde bir nevi mühürleme işlemi yapılmış oluyor. Mühürleme işlemiyle sıvı, etin içine hapsedilir. Böylece et yumuşak ve lezzetli olur. Et yemeklerinde ve ızgaralarda yüksek ateş lezzet için önemli bir nokta.

❖ Kavram yağı kavrulduktan ve sıvısını tencereye bıraktıktan sonra tüm taneleri tencereden alınmalı. Zira et ilave edildiğinde, et pişerken yağ yanıp siyah noktalar haline dönüşebilir.

❖ Kavurma yaparken et ve yağ eşit parçalar halinde doğranmalı ki parçalar eşit sürede pişsin. Aksi takdirde küçükler daha erken pişer ve büyük parçayı pişireyim derken de küçükleri yakabilirsiniz.

❖ En önemli püf noktalarından biri de tuz. Izgaralık ette iri taneli tuz kullanılmalı (kaya veya deniz tuzu), etli tencere yemeklerinde ise sofra tuzu. Izgaralık ete tuz önceden atılırken tencere yemeklerinde ise sonradan konulmalı. Bu yüzden kavurmaya da tuz en son eklenmeli.

❖ Kuzu kavurma yapıyorsanız kuzu etinin o keskin kokusunu yumuşatmak için kavururken bir miktar limon sıkabilirsiniz. Limonun asit özelliği bu kokunun gitmesine yardımcı olur. Ayrıca kavurmaya birkaç dal biberiye ve taze kekik de ilave edilebilir.



GERDAN: Boyun bölgesine verilen isimdir. Farklı bağ dokuları içerdiği için lifli ve yağsızdır. Daha çok kıyma yapımında kullanılır.
ANTRİKOT: İki kürek kemiği arasından kalan kısımdır. Yağ dokusu fazla olduğu için orta ve az pişirmeye uygundur.
KÜREK: Ön bilek eklemi başlangıcından kürek kısmının sonuna kadar olan bölgenin birleşmiş halidir. Kıyma veya kuşbaşı sote olarak değerlendirilir.
KABURGA: Yağ dokusu fazladır ve yumuşak bir yapıya sahiptir. Kavurma, kıyma ve yemeklerde kullanılan kuşbaşı et daha çok bu kısımdan hazırlanır.
NUAR: But tarafının bacaktan karna doğru olan kısmını kapsar. Yağ ve sinir içermez. Yağsız olması nedeniyle sebzelerle birlikte pişirilir veya servis edilir.
KONTRFİLE: Dananın bel kısmından çıkan parçadır. Daha çok kızartmaya uygundur.
TRANÇ: But kısmını kapsayan kısımdır. Diğer bölgelere göre daha yoğun bir kırmızı rengi olur. Kas dokusu fazladır ve yağsızdır.
SOKUM: Belle kalçanın birleştiği kısımdır ve kontrfilenin devamıdır. Yumuşak bir ettir. Kavurması güzel olur.
KONTRNUAR: But kısmından çıkan kısımdır. Yağ oranı düşük ve kaslıdır. Sucuk yapımında ve sulu yemeklerde kullanılır.
BONFİLE: Sırt kısmıdır ve yumuşaktır. Lezzetli bir ettir ve pişme derecesi artsa bile yumuşaklığını kaybetmez.
DÖŞ: Kaburganın üzerinden çıkan yağlı etli kısımdır. Kıyma, sucuk ve sosis yapımında kullanılır.
PAÇA: Ayağa yakın bölümdür. Daha çok haşlanarak çorbası yapılır.
İNCİK: Paçanın üst kısmıdır, bu bölüm de paça gibi haşlama yapılarak kullanılır.

Pişirmek İçin...

SEMİZOTLU VE PEYNİRLİ KUZU SARMA

6-8 KİŞİLİK

1 adet kemiği alınmış kuzu budu
1 demet semizotunun yaprakları
150 gram tam yağlı beyaz peynir
2 yemek kaşığı labne peyniri
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Yarım tatlı kaşığı acı toz kırmızıbiber
Yarım tatlı kaşığı tatlı toz kırmızıbiber
1 diş dövülmüş sarımsak
Tuz, karabiber



Kasabınıza irice bir kuzu budunun kemiğini aldırıp kelebek şeklinde açtırın. Tuz, karabiber, kırmızıbiber ve zeytinyağını karıştırıp etin her yerini iyice ovun. Beyaz peynir, labne peyniri ve sarımsağı bir kasede iyice ezerek karıştırın. Semizotu yapraklarını ekleyin. Etin kenarlarından 2 santimlik boşluk bırakarak peynirli malzemeyi üzerine yayın. Malzemeyi dışarı çıkarmamaya özen göstererek uzun kenarından sıkıca sarıp rulo haline getirin. Kuzu budunun dağılmadan kızarması için mutfak ipi ile bağlayın. Pişirme kağıdı konulmuş fırın tepsisine yerleştirip önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30 dakika pişirin. Fırından alıp üzerini alüminyum folyo ile kapatıp 15 dakika dinlendirin. Alüminyum folyoyu alıp dilimledikten sonra sıcak olarak servis yapın.

SEBZE PÜRESİ DOLGULU KÖFTE

4 KİŞİLİK

500 gram köftelik kıyma
1 adet soğan
2 dilim bayat ekmek içi
1 çay kaşığı karbonat
Tuz, karabiber, yenibahar, kimyon

İÇ MALZEME İÇİN:
1 adet patates
1 adet havuç
100 gram rendelenmiş kaşar peyniri
4-5 dal kıyılmış maydanoz, tuz

ÜZERİ İÇİN:
1 yemek kaşığı tereyağı
2 yemek kaşığı biber salçası
Yarım çay bardağı sıcak su
Tuz, karabiber

SUNUMU İÇİN:
Haşlanmış sebze



Köfte harcı için, kıymayı geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş soğan, ıslatılıp sıkıldıktan sonra ufalanmış ekmek içi, karbonat, tuz ve baharatları ekleyip yoğurun. Harcı buzdolabında 15 dakika dinlendirin. İç malzeme için patates ve havucu yıkayıp ikiye bölün ve ayrı tencerelere alıp tuzlu suda haşlayın. Haşlanan patatesin kabuklarını soyun. Havucun da dış kısmındaki kabuğu alın. Patates ve havucu rendenin kalın tarafı ile rendeleyin ve geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri, kıyılmış maydanoz ve tuz ekleyip karıştırın. Kıymayı 8 eşit parçaya ayırıp yuvarlayın. Bir parçasını buzdolabı poşedinin arasına koyun ve üzerine et döveceği veya elinizle bastırarak çay tabağı büyüklüğünde açın. 1 yemek kaşığı dolusu patatesli malzemeyi köfte harcını yarısının üzerine yayın. Diğer yarısını üzerine kapatıp elinizle bastırarak poğaça yapar gibi hazırlayın. Kalan parçaları da aynı şekilde hazırlayın. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin ve önceden ısıtılmış 170 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirip servis tabağına alın. Köftelerin üzerine sürmek için tereyağını eritip salçayı hafifçe kavurun. Üzerine su, tuz ve karabiber ekleyip kaynatın. Sosu köftelerin üzerine dökün. Yanında haşlanmış sebzelerle birlikte servis yapın.



EDİRNE TAVA CİĞERİ

4-6 KİŞİLİK

500 gram dana ciğeri
1 çorba kasesi un, tuz
10 adet kurutulmuş Arnavut biberi

KIZARTMAK İÇİN:
Ayçiçeği yağı

Ciğeri zarından ve sinirlerinden ayırarak baton şeklinde kesin ve dinlenmesi için derin dondurucu da en az 1-2 saat dinlendirin. Derin dondurucudan alıp bekletmeden ince yaprak şeklinde dilimleyin. Buzlu suda 10 dakika dinlendirip suyunu süzün. Kağıt havlu yardımıyla iyice kurulayın. Derin bir kapta un ve tuzu karıştırıp ciğerleri bu karışıma bulayın. Fazla ununu silkeleyin. Bir tencereye bol ayçiçeği yağı koyup ısıtın. Ciğeri ekleyip 2-3 dakika kızartın. Kuru biberle beraber sıcak olarak servis yapın.

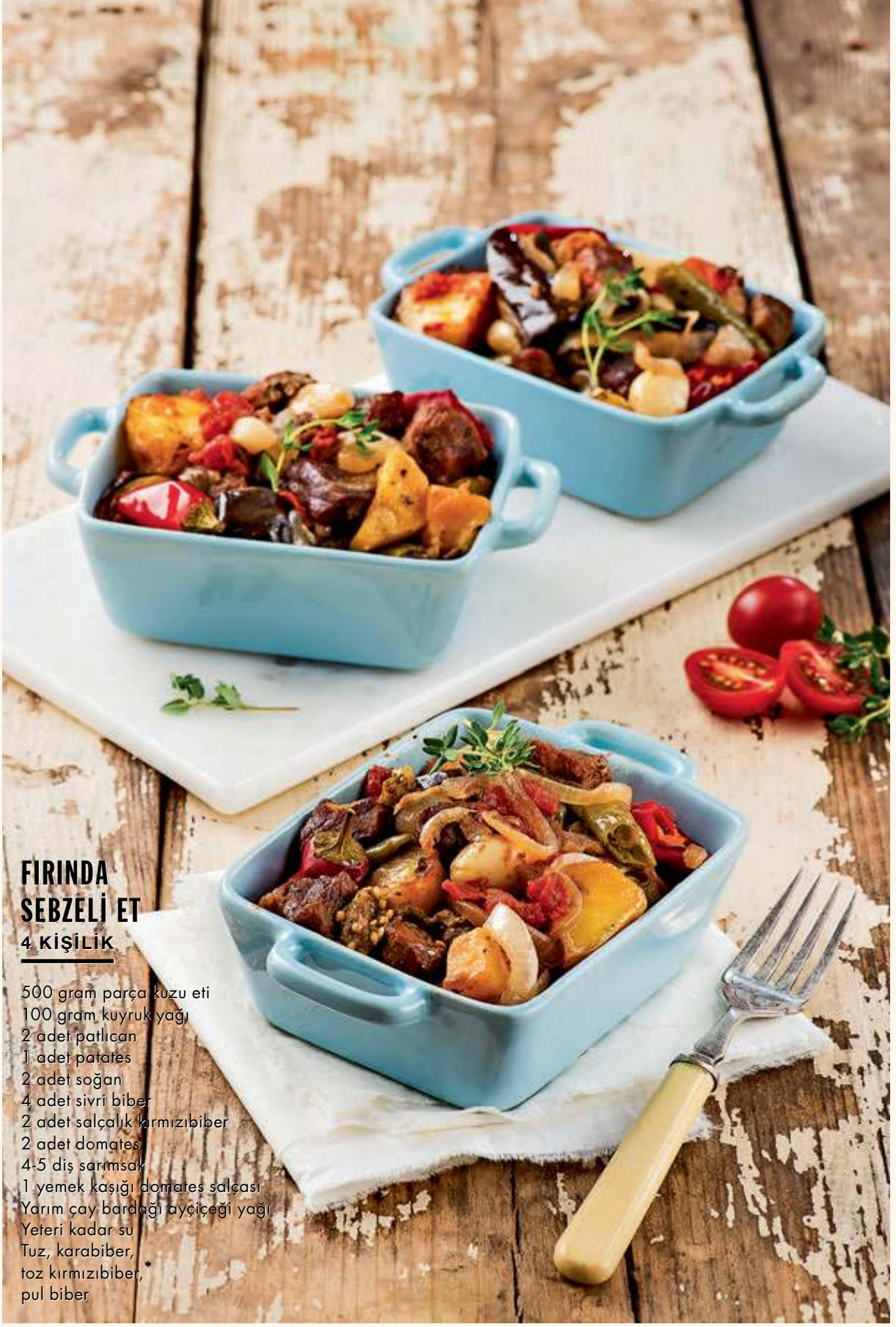
KAĞIT KEBABI

2 KİŞİLİK

❖ 400 gram kemikli parça kuzu eti ❖ 1 adet kabak ❖ 2 adet patates
❖ 8 adet arpacık soğan ❖ 8 adet kiraz domates ❖ 1 adet havuç ❖ 1 su bardağı bezelye
❖ Yarım çay bardağı ayçiçeği yağı ❖ 3 yemek kaşığı su ❖ 2-3 dal kekik, tuz, karabiber

Kabak ve patatesi temizleyip irice doğrayın. Arpacık soğanların kabuğunu soyun. Domatesleri ikiye bölüp havucu verev doğrayın. Eti geniş bir kaba alıp üzerine tüm sebzeleri ilave edin. Ayçiçeği yağı, su ve kekiği ekleyin. Tuz ve karabiberini ilave edip harmanlayın. Pişirme kağıdından 2 adet 30x40 cm'lik parça kesin. Bir parça pişirme kağıdını düz bir zemine koyup üzerine malzemenin yarısını yerleştirin. İki kısa kenarını üst üste katlayın. Açılmasını önlemek için uçlarını kıvırın. Kalan malzemeyi de diğer pişirme kağıdına koyup aynı işlemi tekrarlayın. Katlanmış kısımları alta gelecek şekilde bir fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 1 saat pişirin. Kağıt kebaplarının üst kısmını keserek servis yapın.





FIRINDA SEBZELİ ET

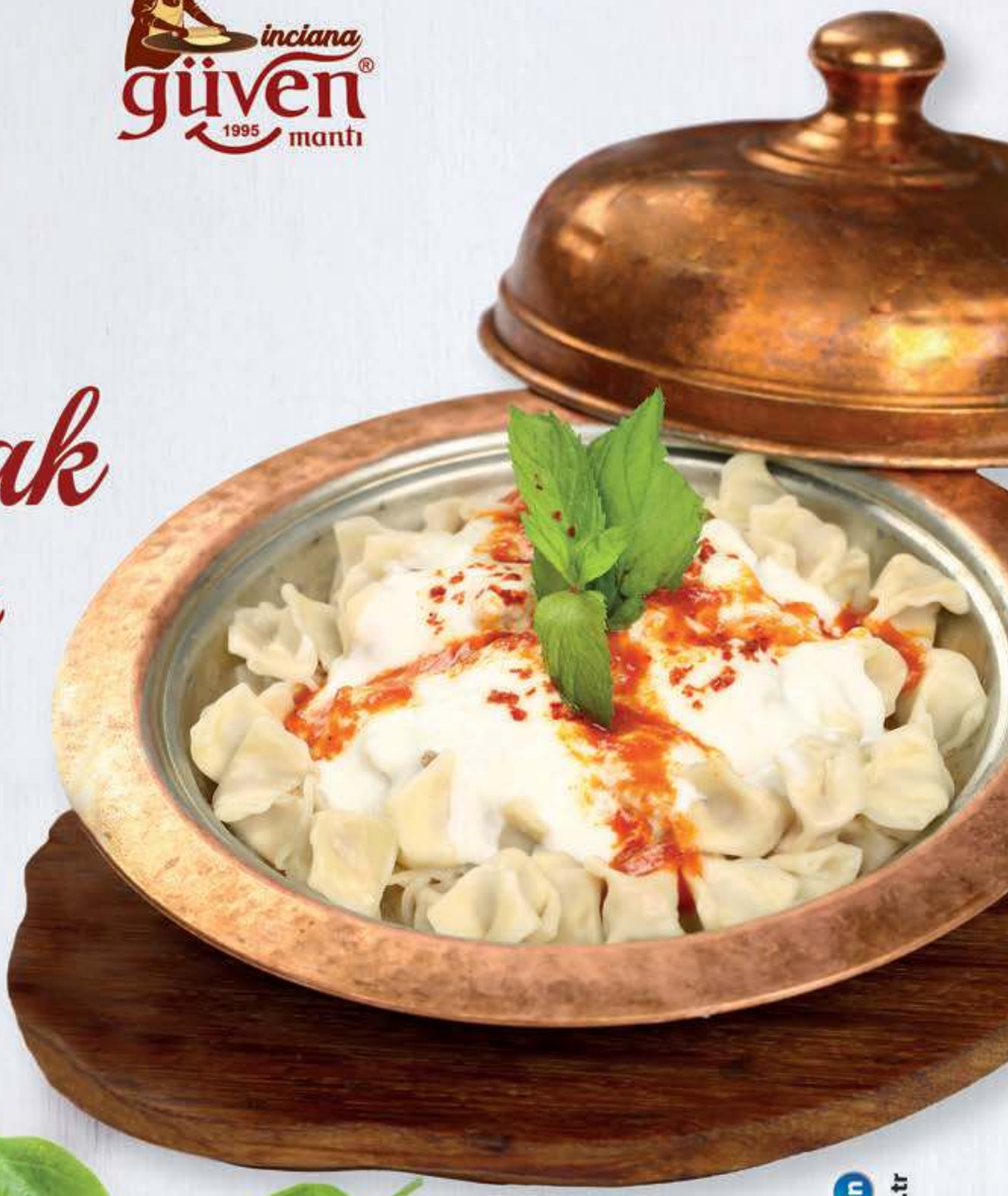
4 KİŞİLİK

500 gram parça kuzu eti
100 gram kuyruk yağı
2 adet patlıcan
1 adet patates
2 adet soğan
4 adet sivri biber
2 adet salçalık kırmızıbiber
2 adet domates
4-5 diş sarımsak
1 yemek kaşığı domates salçası
Yarım çay bardağı ayçiçeği yağı
Yeteri kadar su
Tuz, karabiber,
toz kırmızıbiber,
pul biber

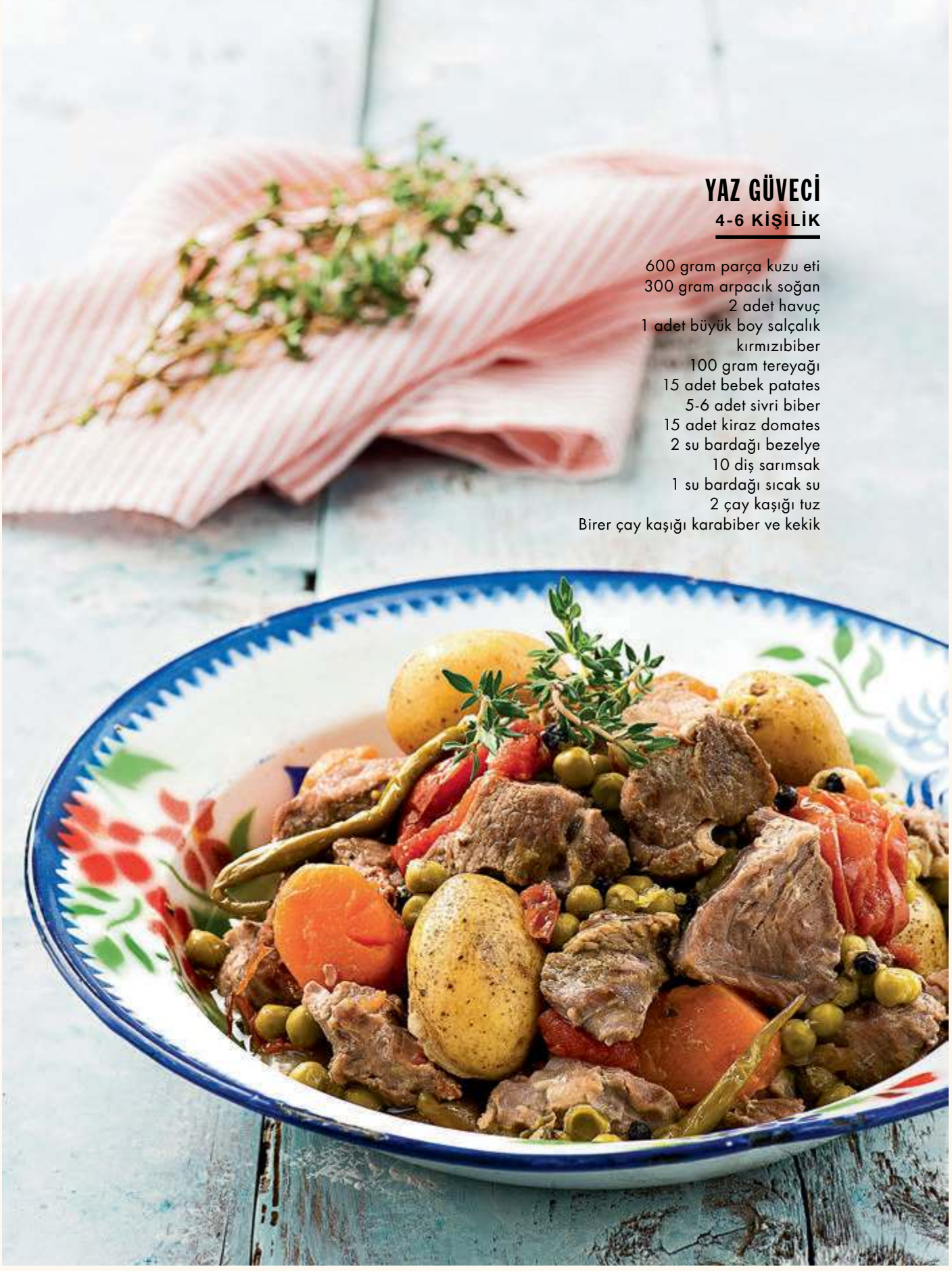
Patlıcanları alacalı soyun ve kuşbaşı doğrayın. Acısını almak için tuz eklenmiş su dolu bir kaba alın. 15 dakika bekletip sudan alın. Patates, soğan ve biberleri temizleyip irice doğrayın. Tüm sebzeleri geniş bir kaba alıp üzerine sarmısak, salça, tuz ve baharatları ekleyip harmanlayın. Orta boy bir fırın kabının tabanına et ve kuyruk yağını yerleştirin. Üzerine sebzeleri ilave edin. Domatesi küp doğrayıp en üste yayın. Sıvıyağ ve 1 su bardağı sıcak suyu üzerine gezdirin. Kabın üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 1 saat pişirin. Alüminyum folyo ve pişirme kağıdını alıp 5 dakika daha pişirdikten sonra sıcak olarak servis yapın.

inciana
güven®
1995 manti

Bi tabak Yetmez



www.guvenmanti.com.tr



YAZ GÜVECİ

4-6 KİŞİLİK

600 gram parça kuzu eti
300 gram arpacık soğan
2 adet havuç
1 adet büyük boy salçalık kırmızıbiber
100 gram tereyağı
15 adet bebek patates
5-6 adet sivri biber
15 adet kiraz domates
2 su bardağı bezelye
10 diş sarımsak
1 su bardağı sıcak su
2 çay kaşığı tuz
Birer çay kaşığı karabiber ve kekik

Arpacık soğan ve havucu temizleyin. Havucu verev, kırmızıbiberi ise irice doğrayın. Tereyağını bir tencereye alıp eritin. Üzerine et, arpacık soğan ve patatesi ekleyip yüksek ateşte et yumuşayana kadar kavurun. Malzemeyi bir güvece aktarın. Üzerine kırmızıbiber, sivri biber, kiraz domates, bezelye, sarımsak, karabiber, kekik, tuz ve su ekleyin. Güvecin üzerine önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35-40 dakika pişirin.

KABURGA DOLMASI

6-8 KİŞİLİK

1 adet kuzu kaburga
125 gram tereyağı
1 çay bardağı ayçiçeği yağı
200 gram tatlı badem içi
300 gram parça kuzu eti
Yeteri kadar sıcak su
2 su bardağı pirinç
Tuz, karabiber, yenibahar

ÜZERİ İÇİN:

2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı biber salçası
Yarım su bardağı su

Tereyağı ve ayçiçeği yağını tencereye alıp ısıtın. Üzerine badem ekleyip hafifçe kızarana kadar kavurun. Bademleri tencereden alın ve parça eti tencereye alın. Et suyunu salıp çekene kadar kavurun. Üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyip kapağı kapalı olarak yumuşayana kadar (gerekirse su ilave ederek) pişirin. Et suyunu çekince, yıkayıp süzdüğünüz pirinci üzerine ekleyin. Tuz ve karabiber katıp birkaç dakika kavurun. Malzemenin üzerini geçecek kadar sıcak su ilave edip kısık ateşte pişmeye bırakın. Pirinç yarı yarıya yumuşayınca tencereye bademleri ekleyin ve suyunu tamamen çekene dek pişirin. Kaburgayı cep şeklinde açın. Karabiber, tuz ve yenibaharı karıştırıp kaburganın içini ve dışını ovun. Hazırladığınız pilavı fazla dolu olmayacak şekilde kaburganın içine doldurun ve iki ucunu birleştirip kenarını mutfak ipiyle dikin. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin. Kaburga dolmasının üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 220 derece fırında 2-2.5 saat pişirin. Zeytinyağı, salça ve yarım su bardağı suyu karıştırıp etin üzerine sürün. Yeniden fırına koyup üzeri kızarana kadar pişirin. İplerini kesip eti ve pilavı sıcak servis yapın.





DANA ROSTO

6 KİŞİLİK

Bir buçuk kg rostoluk bütün dana nuar
4-5 yemek kaşığı zeytinyağı
3-4 yemek kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber

MARİNE SOSU İÇİN:
2 adet soğan
5 diş sarımsak
Yarım su bardağı zeytinyağı
4-5 dal kekik

SOSU İÇİN:
2 yemek kaşığı tereyağı
2 yemek kaşığı un
3 su bardağı et suyu
Tuz, karabiber

Marine sosu için soğanları rendeleyip suyunu geniş bir kaba alın. Üzerine soyulup ikiye bölünmüş sarımsak, zeytinyağı ve kekik ilave edin. Ete ince bir bıçak yardımıyla delikler açın. Her tarafını marine sosuna bulayın ve buzdolabında en az 3 saat bu şekilde bekletin. Daha sonra mutfak ipi ile eşit aralıklarla bağlayın. Her iki yüzüne de tuz ve karabiber serpin. Tereyağı ve zeytinyağını geniş bir tavaya alıp ısıtın. Etin her tarafını mühürleyin. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın kabına aktarın. Üzerini pişirme kağıdı kaplayıp, alüminyum folyo ile sarın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 1 saat pişirin. Üzerini açıp yeniden fırına verin ve 10 dakika daha pişirin. Fırından alıp 5-10 dakika dinlenmeye bırakın. Et dinlenirken sosu için tereyağını eritip unu ekleyin ve rengi dönene kadar kavurun. Üzerine önce 1 su bardağı et suyu ekleyip karıştırın. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Sos akışkan bir kıvam alana dek yavaşça et suyu ekleyerek pişirin. Rostoyu dilimleyip üzerine sosunu gezdirerek dökün. Sıcak olarak servis yapın.

FAVA YATAĞINDA TERBİYELİ KUZU SARMA

6 KİŞİLİK

6 parça büyük boy kuzu külbastı
6 adet kuşkonmaz
2-3 adet havuç
1 adet salçalık kırmızıbiber

MARİNE İÇİN:
Birer Türk kahvesi fincanı keçiboynuzu pekmezi ve balzamik sirke
1 Türk kahvesi fincanı zeytinyağı
Üçer dal kıyılmış kekik ve biberiye
Birer çay kaşığı tuz ve kimyon

FAVA İÇİN:
2 su bardağı kuru bakla
1 adet büyük boy yemeklik doğranmış soğan
4 su bardağı su
1 çay bardağı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı toz şeker
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım demet dereotu



Marine için tüm malzemeyi geniş bir kaba alıp karıştırın. Eti döverek inceltin ve marine karışımına bulayın. Buzdolabında bir gece bekletin. Fava için baklayı yıkayıp bir tencereye alın. Üzerine dereotu hariç kalan malzemeyi ekleyip karıştırın. Tencerenin kapağını kapatıp bakla iyice yumuşayana kadar (gerekirse sıcak su ilave ederek) pişirin. Daha sonra çatalla iyice ezin. İçine kıyılmış dereotu ekleyip kenara alın. Kuşkonmazların uç kısımlarındaki sert bölümü kesin. Havuç ve kırmızıbiberi temizleyip uzunlamasına yarım santim kalınlığında doğrayın. Marinede beklettiğiniz etleri düz bir zemine serin. İçlerine kuşkonmaz, havuç ve biber koyup rulo şeklinde sarın. Açılmalarını önlemek için kürdanla tutturun. Döküm bir tavayı kızdırın ve önlü arkalı çevirerek mühürleyin. Bir fırın kabına alıp üzerini pişirme kağıdı ile örtün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişin. Pişirme kağıdını alıp 5 dakika daha pişirin ve fırından alın. Servis tabaklarına önce fava koyun. Üzerine arzunuza göre dilimlediğiniz eti ekleyip servis yapın.

Sofra İYİ BESLEN İYİ YAŞA SERİSİ

GÜVENİLİR TARİFLERİN ADRESİ
SOFRA DERGİSİ'NDEN ÇOK ÖZEL BİR SERİ:

İyi Beslen İyi Yaşa

Sağlıklı beslenmeyi hayat biçimi olarak seçenler veya özel durumları nedeniyle bazı gıdalardan uzak durmak zorunda olanlar için Türkiye'nin en köklü yemek dergisi Sofra olarak bir kitap serisi hazırladık.

Tohumlu Tarifler, Şekersiz, Glutensiz, Vegan

25 yıllık Sofra dergisi tecrübesi ile hazırlanan seride Tohumlu Tarifler, Şekersiz, Glutensiz ve Vegan olmak üzere, bu beslenme biçimlerine yönelik 4 kitap yer alıyor. Hem kendi seçimi, hem de sağlık nedenleri ile alternatif beslenenleri birbirinden lezzetli tariflerle buluşturmak üzere tasarlanan serideki tüm kitaplar, tamamı denenmiş resimli tariflerden oluşuyor.









En keyifli sohbetlerde

Vestel *Sade*

Vestel Sade Türk Kahvesi Makinesi ile
hem kıvamı tam Türk kahvesinin
hem de keyifli sohbetlerin tadını çıkarın.





SADE S910 | SADE R910 | SADE G910

ZORLU

VESTEL

PÜRELİ KUZU PİRZOLA

4 KİŞİLİK

8 dilim kuzu pirzola
(ikili kalem olarak dilimlenmiş)
1 yemek kaşığı zeytinyağı
Bir tutam muskat
Birer çay kaşığı kekik ve pul biber
Bir tutam karabiber
1 çay kaşığı tuz

PÜRE İÇİN:
5 adet büyük boy patates
1 su bardağı bezelye
Yarım paket (100 ml) krema
2 yemek kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber

SUNUM İÇİN:
Biberiye ve haşlanmış kuşkonmaz

Püre için bezelyeleri haşlayıp süzün. Patatesleri haşlayıp kabuklarını soyun ve ezin. İçine tereyağı, krema, tuz ve karabiber ekleyin. En son bezelyeyi ekleyip püreyi tamamlayın. Zeytinyağı, tuz ve baharatları geniş bir kaba alıp karıştırın. Pirzolaları bu karışıma bulayın. 15-20 dakika bekletin. Döküm bir tavayı ısıtıp her iki taraflarını dörder dakika pişirin. Pişirme kağıdı konulmuş bir fırın tepsisine dizip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10 dakika pişirin. Püreyi servis tabaklarına paylaştırın. Üzerine pirzolaları yerleştirin. Kuşkonmaz ve biberiye ile süsleyerek servis yapın.





FIRINDA FISTIKLI KEBAP

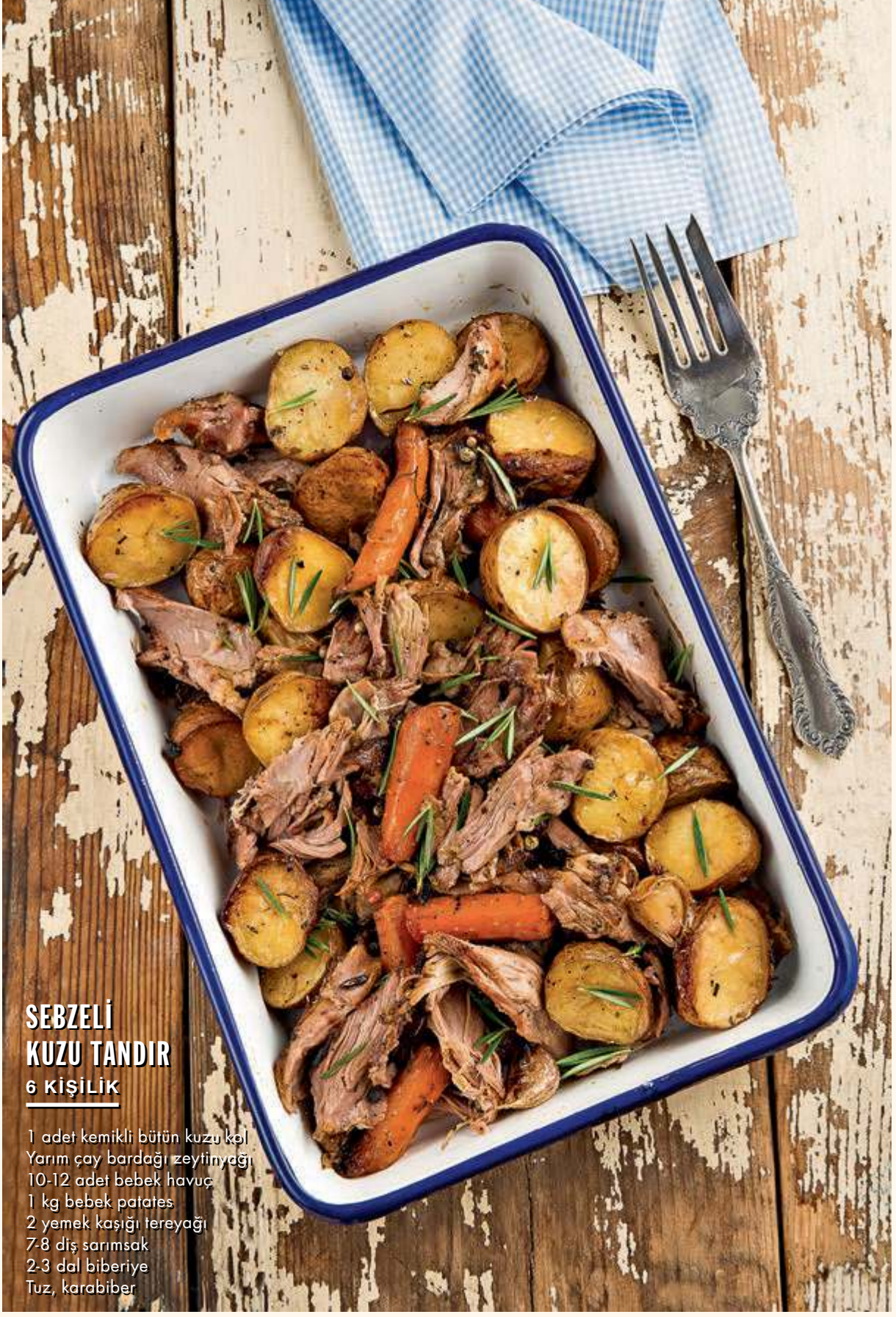
2 KİŞİLİK

100 gram kuzu kıyma
(döş kısmından 1 kez çekilmiş)
100 gram dana kıyma (döş kısmından)
1 çay bardağı irice kıyılmış Antep fıstığı
1 adet soğan
1 diş sarımsak
3-4 yemek kaşığı sıcak su
Birer çay kaşığı tuz ve karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber
2 yemek kaşığı zeytinyağı

SUNUM İÇİN:
2 adet soğan
Birer yemek kaşığı sumak ve nar ekşisi
2 adet lavaş ekmeği

ÜZERİ İÇİN:
1 yemek kaşığı kıyılmış Antep fıstığı

Kıymaları büyükçe bir kaba alın. Üzerine Antep fıstığı, rendelenmiş soğan, rendelemiş sarımsak, su, tuz ve baharatları ilave edip iyice yoğurun. Avucunuza şişe takabileceğiniz miktarda harç alın ve şişin ucuna doğru hafif hafif sıkarak yayın. Üzerlerine zeytinyağı sürün ve pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin. Servis için soğanı piyazlık doğrayın. Sumak, nar ekşisi ve tuz ekleyip karıştırın. Servis tabağına dilimlediğiniz lavaşları koyun. Yanına soğanlı karışımı ekleyin. Üzerine fıstıklı kebabı yerleştirin. Kıyılmış Antep fıstığı serperek servis yapın.



SEBZELİ KUZU TANDIR

6 KİŞİLİK

1 adet kemikli bütün kuzu kol
Yarım çay bardağı zeytinyağı
10-12 adet bebek havuç
1 kg bebek patates
2 yemek kaşığı tereyağı
7-8 diş sarımsak
2-3 dal biberiye
Tuz, karabiber

Kuzu kolun üzerine bıçakla çizikler atın. Zeytinyağının yarısını tuz ve karabiberle karıştırıp kuzu kolu ovalayın. Havuçların kabuklarını soyun. 5 tanesini kenara ayırıp kalanları kuzu kolun sığacağı bir fırın kabına alın. Üzerine kabuklu olarak ikiye bölünmüş patates, kabuklu sarımsak ve biberiye ekleyin. Kalan zeytinyağı, tuz ve karabiberi gezdirip iyice harmanlayın. Ortasına kuzu kolu yerleştirin. Etin üzerine kürdanlar saplayıp uçlarına ayırdığınız havuçları saplayın. Kabın üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 2.5 saat et kemikten kendiliğinden ayrılıncaya dek pişirin. Daha sonra etin üzerini açıp kürdanlardaki havuçları alıp kaba ekleyin. Tereyağını parçalar halinde etin üzerine yerleştirin. Yeniden fırına verip 10-15 dakika daha pişirin. Eti kemikten ayırıp servis yapın.

SEBZELİ KUZU ŞİŞ

4-6 KİŞİLİK

750 gram iri parça doğranmış kuzu eti
2 adet küçük boy kabak
1 adet büyük boy sarı dolmalık biber
1 adet büyük boy kırmızı biber
Tuz, karabiber

MARİNE SOSU İÇİN:
1 adet soğan
Yarım su bardağı zeytinyağı
3 dal kıyılmış kekik
1 çay kaşığı kimyon
Yarım çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz



Marine sosu için soğanı rendeleyip geniş bir kaba alın. Üzerine kalan malzemeyi ilave edip karıştırın. Eti üzerine ekleyip harmanlayın ve buzdolabında 2-3 saat bekletin. Kabak ve biberleri temizleyip etlerin boyunda kesin. Tuz ve karabiberle tatlandırın. Eti aralarına sebze yerleştirerek şişe dizin. Döküm bir tavayı kızdırıp şişleri çevirerek pişirin ve servis yapın.

Baharatı da Lezzeti de Bol...

SAĞLIĞA PEK ÇOK YARARI OLAN BAHARATLARI
CAM ŞİŞELERDE LEZZET SEVERLERLE BULUŞTURAN BAĞDAT'IN
BAHARATLARINI HER TÜRDEN ET VE SEBZE YEMEKLERİNDE
KULLANIP BAYRAM SOFRALARINIZI
DAHA DA LEZZETLİ HALE GETİREBİLİRSİNİZ.

CİĞER KAVURMA

4 KİŞİLİK

500 gram ciğer
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı Bağdat Zerdeçal
1 çay kaşığı Bağdat Karabiber
1 çay kaşığı Bağdat Toz Kırmızı Biber
2 çay kaşığı Bağdat Kimyon
1 çay kaşığı Bağdat Pul Biber
1 çay kaşığı Bağdat Kekik
Yarım demet maydanoz
1-2 çay kaşığı tuz

SERVİS İÇİN:
1 adet soğan
2 çorba kaşığı Bağdat Pul Biber

Ciğeri yapışmaz yüzeyli tavaya alıp suyunu salıp çekene kadar kavurun. Suyunu çekince tereyağı ekleyip kavurmaya devam edin. Zerdeçal, karabiber, toz kırmızı biber, kimyon, pul biber ve tuz ekleyip 1-2 dakika pişirin. Ocaktan almaya yakın kekik ve kıyılmış maydanoz katıp karıştırın. Servis için soğanı piyazlık doğrayıp pul biberle harmanlayın. Ciğerle birlikte servis yapın.

NOT: Ciğeri kavururken dağılmaması için tahta kaşıkla ve yavaş hareketlerle karıştırmaya özen gösterin.



AKLINIZDA BULUNSUN!

☆ Bağdat Zerdeçal'ı et, sebze, tatlı, tuzlu tüm yemeklerinize ilave edebilirsiniz. Zerdeçalı, yemeği kavururken ilave etmelisiniz. Bu baharat yemeğe lezzet katmasının yanı sıra güzel de bir renk verecektir.

☆ Özellikle et yemeklerine çok yakışan ve hazmı kolaylaştıran kimyonu, yemeğe pişirme sırasında ilave edebileceğiniz gibi yemeğin üzerine servis sırasında da serpebilirsiniz.

☆ Karabiber, zerdeçal ve kimyonu birlikte harmanlayıp zeytin, peynir gibi kahvaltılıklarınızın üzerine ya da domates ve biber gibi yemeğin yanında servis edilen garnitürlere serperek farklı bir tat elde edebilirsiniz. Ayrıca bu baharat karışımını zeytinyağında biraz kavurup mantı ve makarnalarınız için son derece lezzetli bir sos hazırlayabilirsiniz.

Pişirme Önerisi

Ciğeri doğradıktan sonra Bağdat'ın baharatları ve unla harmanlayıp kızgın ayçiçeği yağında da kızartabilirsiniz.



Pratik kullanım kolaylığı sunan Bağdat'ın cam şişelerini içindeki baharatlar bittikten sonra yeniden doldurabilir ya da farklı kullanım şekilleri ile mutfaklarınızda değerlendirebilirsiniz.



/bagdatbaharat

BAĞDAT 1964

FIRINDA TAZE FASULYE

6 KİŞİLİK

1 kg taze fasulye
1 adet orta boy soğan
3 adet orta boy domates
8 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı toz şeker, tuz

Fasulyenin uçlarını temizledikten sonra bütün olarak yıkayın ve süzün. Soğanı küp şeklinde doğrayıp geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş 2 adet domates, 5 yemek kaşığı zeytinyağı, toz şeker ve tuz ilave edip karıştırın. Fırına dayanıklı tencereye bir sıra fasulye yerleştirip üzerine soğanlı domatesli karışımdan gezdirin. Aynı işlemi fasulye ve soğanlı domatesli karışım bitene dek tekrarlayın. Kalan domatesi rendeledikten sonra üzerine gezdirin. Tencerenin kapağını kapatıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında yumuşayana kadar pişirin. Fırından alıp kapağını açın ve yeniden fırına verip üzeri kızarana kadar 10 dakika daha pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, üzerine kalan 3 yemek kaşığı zeytinyağını gezdirin. Ilık veya soğuk servis yapın.



Renkli Mutfak

YAZ SEBZELERİNİN BOLLUĞUYLA BİRLİKTE MUTFAKTA YEMEK PİŞİRMEK DİĞER MEVSİMLERE GÖRE ÇOK DAHA KEYİFLİ. BAŞTA DOMATES OLMAK ÜZERE, PATLICAN, TAZE FASULYE, BAMYA İLE HAZIRLANMIŞ YEMEK TARİFLERİMİZ VAR. KEYİFLE HAZIRLAMANIZ DİLEĞİYLE.

TARÇINLI İMAM BAYILDI

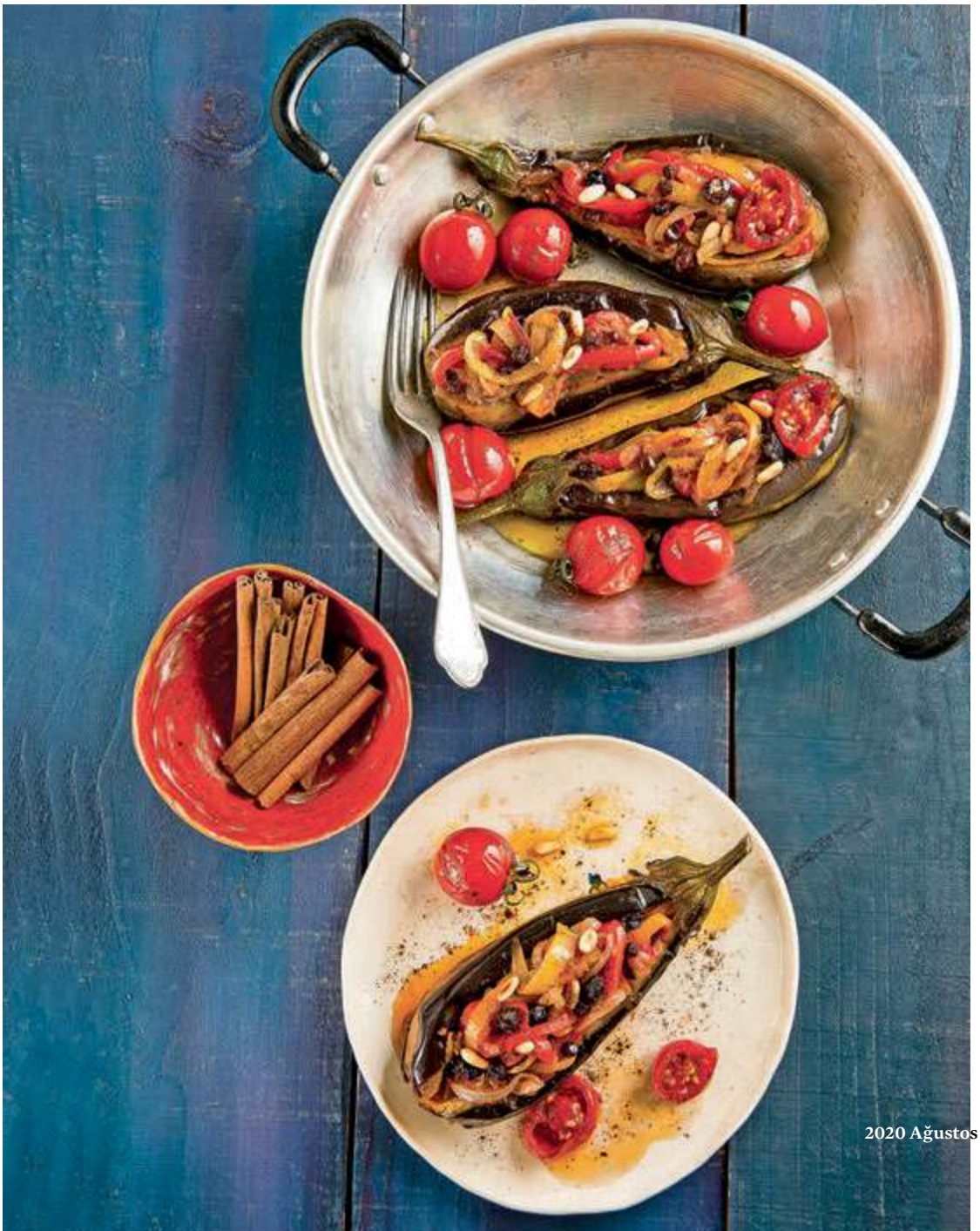
8 KİŞİLİK

8 adet orta boy patlıcan
1 çay bardağı ayçiçeği yağı
15 adet kiraz domates

İÇ MALZEME İÇİN:

1/2 su bardağı zeytinyağı
2 adet soğan
2 adet sivri biber
Birer adet kırmızı ve sarı dolmalık biber
4 diş sarımsak
2 adet domates
1 tutam toz şeker
1.5 çay kaşığı yenibahar
1/2 çay bardağı kuş üzümü ve tarçın
1/2 çay bardağı kavrulmuş dolmalık fıstık
Tuz, tane karabiber

Patlıcanları alacalı soyup ayçiçeği yağında kızartın. Fazla yağını almak için kağıt havlu üzerine çıkarın. Zeytinyağının 1 yemek kaşığı kadarını kenara ayırıp kalanını tavada ısıtın. Yarım ay şeklinde doğranmış soğan ve jülyen doğranmış biberleri ilave edip soteleyin. Kıyılmış sarımsak ekleyip sotelemeye devam edin. Rendelenmiş domates ve toz şeker katıp karıştırın. Baharatları ilave edip karıştırmaya devam edin. Harç iyice pişince tuzunu ayarlayıp kuş üzümü ve dolmalık fıstığı ekleyin. İyice karıştırdıktan sonra ocaktan alın. Patlıcanları tepsiye yerleştirip sap ve alt kısımlarına kadar boyuna ortadan derin kesik atın. Ancak bu aşamada patlıcanların ortadan ikiye ayrılmamasına dikkat edin. Ortalarına harcı yerleştirip, kiraz domatesleri gelişigüzel koyun. Üzerine kenara ayırdığınız zeytinyağını gezdirip dolmalık fıstık serpiştirin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.



VİŞNELİ VE CEVİZLİ YAPRAK SARMA

8-10 KİŞİLİK

500 gram asma yaprağı
500 gram vişne
2 su bardağı pirinç
Yeteri kadar su
3 adet soğan
Sekizer dal maydanoz, dereotu ve nane
1 su bardağı dövülmüş ceviz içi
1 yemek kaşığı toz şeker
1 su bardağı zeytinyağı, tuz



Ayıklanmış pirinci yarım saat tuzlu suda bekletin ve süzün. Bol suyla yıkayıp kenara alın. Soğan, maydanoz, dereotu ve naneyi kıyıp derin bir kaba alın. İçine pirinç, ceviz içi, toz şeker ve tuz ekleyip karıştırın. Zeytinyağını ilave edin. Asma yapraklarını kaynamış suda 3-5 dakika bekletip süzün. Saplarını kesip kenara alın. Bir adet yaprağı parlak tarafı alta gelecek şekilde düz bir zemine serin. İç kısmına hazırladığınız harçtan koyun ve sarın. Yaprak ve iç harç bitene kadar aynı işleme devam edin. Yaprakların saplarını ekşilik vermesi için tencerenin dibine yerleştirin. Hazırladığınız yaprak sarmalarını tencereye dizin ve saplarını çıkardığınız vişneleri serpin. Üzerine ısıya dayanıklı bir tabak kapatın. Sarmaların seviyesine dek sıcak su gezdirin. Tencerenin kapağı kapalı olarak sarmalar yumuşayana kadar pişirin. Ilık veya soğuk olarak ve servis yapın.

DOMATESLİ NOHUT SALATASI

6-8 KİŞİLİK

300 gram domates (şeker, kiraz, sarı ve mor domates karışımı)
2 su bardağı haşlanmış nohut
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı kimyon
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
1/2 çay kaşığı zerdeçal
7-8 dal kıyılmış maydanoz
1 adet küçük boy ve doğranmış kırmızı soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı balzamik sirke veya nar ekşisi
1/2 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz



Haşlanmış nohudu iyice kurulayıp zeytinyağı, kimyon, toz kırmızıbiber, zerdeçal ve tuz ilave ederek harmanlayın. Pişirme kağıdı kaplanmış fırın tepsisine tek sıra halinde yerleştirin. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında üzerleri kızarana kadar yaklaşık 30 dakika pişirin. Fırından alıp kurumasını önlemek için üzerini mutfak havlusu ile kapatıp soğumaya bırakın. Domatesleri yıkayıp kurulayın ve her birini büyüklüğüne göre ikiye veya dörde bölün. Nohut dahil tüm malzemeyi geniş bir kapta harmanlayıp servis yapın.



DOMATES DOLDURMASI

8-10 KİŞİLİK

8-10 adet orta boy domates
4 adet orta boy patlıcan
Yarım su bardağı + 2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet soğan
4 diş sarımsak
1 adet acı kırmızı biber
2 adet sivri biber
1 çay kaşığı tuz

Patlıcanları alacalı soyup küçük küpler şeklinde doğrayın ve zeytinyağında kızartın. Fazla yağını almak için kağıt havlu üzerine çıkarın. Domateslerin üst kısımlarını kapak olacak şekilde kesin. İçlerini bir kaşıkla çıkarıp küp doğrayın ve daha sonra kullanmak üzere kenara alın. Fırın kabını 1 çorba kaşığı zeytinyağı ile yağlayıp domatesleri yerleştirin. Orta boy sığ bir tencereye 1 çorba kaşığı zeytinyağı, ince doğranmış soğan, sarımsak, acı kırmızıbiber ve sivri biberi koyun. 5 dakika soteledikten sonra domateslerin içinden çıkardığınız domates parçalarını ve tuzu ekleyin. Birkaç dakika daha pişirdikten sonra patlıcanları ilave edin. Hepsini birlikte 5 dakika daha pişirdikten sonra tuzunu ayarlayın ve ocağı kapatıp soğumaya bırakın. İç harcı domateslerin içlerine pay edip kapaklarını kapatın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Soğuk veya ılık olarak, sarmısaklı veya sade yoğurtla servis edin.



HARISSA BAHARATLI SEBZELER

2-4 KİŞİLİK

2 yemek kaşığı harissa baharatı
2 adet kabak
2 adet patlıcan
2 adet kırmızı biber
2 adet kırmızı soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı

HARİSSA BAHARATI İÇİN:

2 yemek kaşığı kimyon
1 yemek kaşığı toz kişniş
1 yemek kaşığı tütsülenmiş toz kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı sarımsak tozu
1/2 tatlı kaşığı toz tarçın
1/2 tatlı kaşığı acı toz kırmızıbiber
2 yemek kaşığı tatlı toz kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı karabiber
1 yemek kaşığı rezene tohumu
1 tatlı kaşığı tuz
1 yemek kaşığı nane
1/2 tatlı kaşığı toz zencefil

Baharat karışımını hazırlamak için, malzemeyi iyice karışana kadar mutfak robotunda çekerek hazırlayın. Sebzelerin kabuğunu soyup dilediğiniz şekilde dilimleyin. Önce döküm tavada biraz yumuşayana kadar pişirin. Ardından harissa baharatı ve zeytinyağı ile iyice karıştırın. Sebzeleri pişirme kağıdı serili fırın tepsisine dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-15 dakika pişirip servis yapın.

NOHUTLU EKŞİLİ BAMYA

4 KİŞİLİK

500 gram bamya
Yarım limonun suyu
1 su bardağı haşlanmış nohut
1 adet soğan
Yarım çay bardağı zeytinyağı
3 adet domates
5 diş sarımsak
1 su bardağı sıcak su
1 tatlı kaşığı limon tuzu
1 tatlı kaşığı deniz tuzu

Bamyanın üst kısımlarını koni şeklinde keserek temizleyin ve limonlu suya atın. Sıcak suya limon tuzunu ilave edip eriyene kadar bekletin. Bamyayı süzüp sudan geçirin. Zeytinyağını bir tavaya alıp yemeklik doğranmış soğanı rengi dönene kadar kavurun. Bamya, nohut, kabukları soyulduktan sonra küp doğranmış domates, sarımsak, limon tuzu ilave edilmiş su ve tuz katın. Kısık ateşte kapağı kapalı olarak 30 dakika pişirin. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.



VİŞNELİ SORBE

4 KİŞİLİK

250-300 gram çekirdekleri çıkarılmış vişne
2 yemek kaşığı bal
3 yemek kaşığı sade ilikli kemik suyu

Tüm malzemeyi blender'dan geçirin. Kapağı kapalı olarak buzluğa kaldırın. 3 saatte bir çatalla karıştırın ve yeniden ağzı kapalı olarak buzluğa yerleştirin. Bu işlemi 3-4 kez tekrarlayın. Servis yapmadan 1 saat önce buzluktan çıkarın. Dilediğiniz şekilde süsleyip soğuk olarak servis yapın.

aklınızda bulunsun!

Doğal bir jöle olan ilikli kemik suyunu tatlı tuzlu tüm yiyeceklerinizde kullanabilirsiniz.



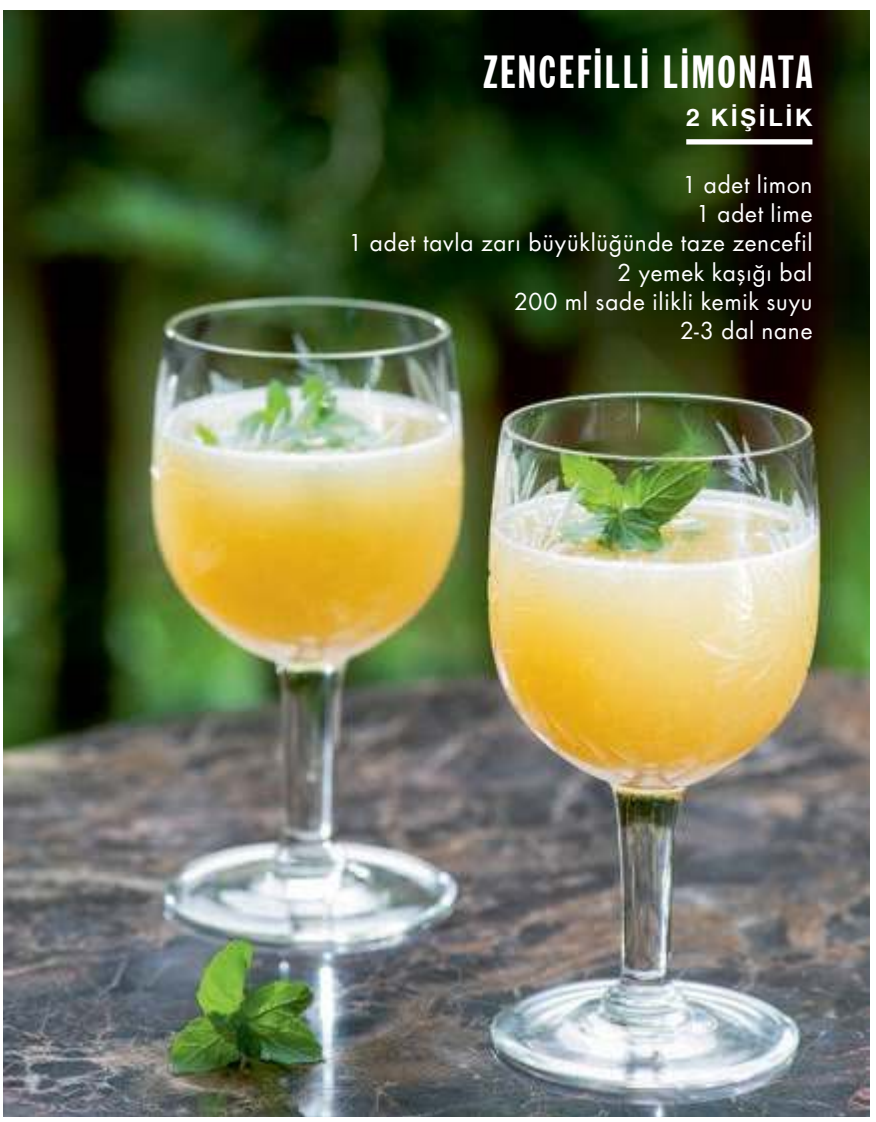
Serinleten Tatlar...

SICAK YAZ GÜNLERİNDE BİR TARAFTAN SERİNLEYİP DİĞER TARAFTAN BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNİ GÜÇLENDİRMEK İSTEYENLER İÇİN GURVİTA MARKASININ KURUCUSU BAHAR ŞAMHİLİ TANJU, İLİKLİ KEMİK SUYU İLE TADINA DOYULMAZ, DAMAK ŞAŞIRTAN VE SERİNLETEN TATLAR HAZIRLADI.

SELMA ŞEN ERKİN ÖN



BAHAR ŞAMHİLİ TANJU



ZENCEFİLLİ LİMONATA

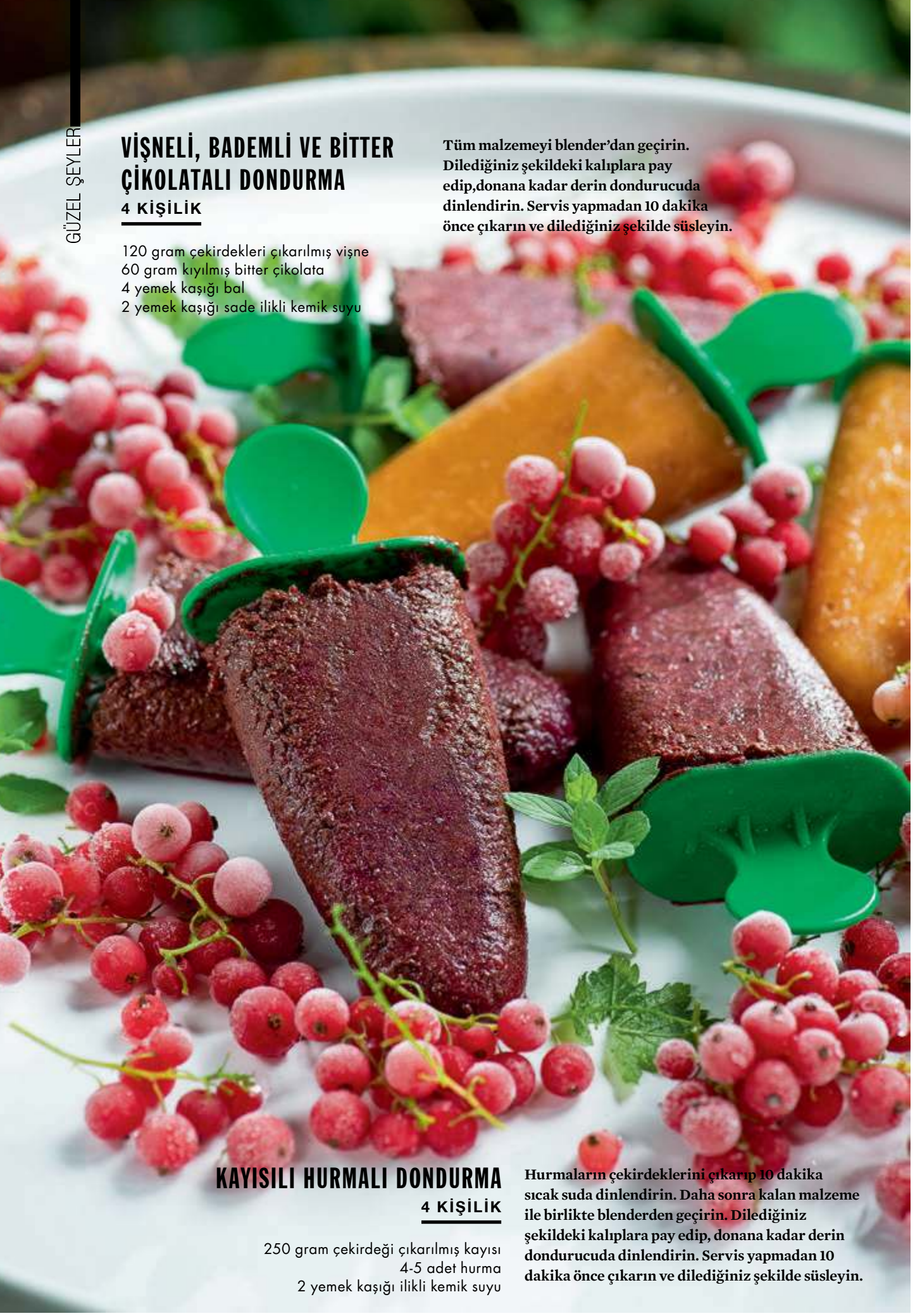
2 KİŞİLİK

1 adet limon
1 adet lime
1 adet tavla zarı büyüklüğünde taze zencefil
2 yemek kaşığı bal
200 ml sade ilikli kemik suyu
2-3 dal nane

Limonun suyunu sıkıp blender'a alın. Lime'ın kabuklarını rendenin ince tarafıyla rendeleyin. Suyunu sıkın. Kabuk ve lime suyunu da blender'a ilave edin. Zencefili ince rendeleyip kalan malzeme ile birlikte blender'a ekleyin. Buzdolabının alt rafında soğuyana kadar üzeri kapalı olarak bekletin. Çıkarıp karıştırdıktan sonra servis yapın.

İLİKLİ KEMİK SUYU HAKKINDA...

Yüksek protein ve kolajen içeriği ile kompakt gıda olarak tanımlanan ilikli kemik suyu; anne karnından, yaşlılık dönemine kadar yaşamın tüm doğal döngülerinde bütünsel sağlığımızı korumaya yardımcı olur. Büyüme ve gelişme çağında önemli rol oynar. Ayrıca kas, iskelet, sindirim, bağışıklık sistemlerini güçlendirmede ilk sıralarda yer alırken, kalp sağlığı açısından da değerli bir besindir. Kilo kontrolüne, saç, tırnak ve cilt güzelliğine de katkısı vardır.



VİŞNELİ, BADEMLİ VE BİTTER ÇİKOLATALI DONDURMA

4 KİŞİLİK

120 gram çekirdekleri çıkarılmış vişne
60 gram kıyılmış bitter çikolata
4 yemek kaşığı bal
2 yemek kaşığı sade ilikli kemik suyu

Tüm malzemeyi blender'dan geçirin. Dilediğiniz şekildeki kalıplara pay edip,donana kadar derin dondurucuda dinlendirin. Servis yapmadan 10 dakika önce çıkarın ve dilediğiniz şekilde süsleyin.

KAYISILI HURMALI DONDURMA

4 KİŞİLİK

250 gram çekirdeği çıkarılmış kayısı
4-5 adet hurma
2 yemek kaşığı ilikli kemik suyu

Hurmaların çekirdeklerini çıkarıp 10 dakika sıcak suda dinlendirin. Daha sonra kalan malzeme ile birlikte blenderden geçirin. Dilediğiniz şekildeki kalıplara pay edip, donana kadar derin dondurucuda dinlendirin. Servis yapmadan 10 dakika önce çıkarın ve dilediğiniz şekilde süsleyin.

FINDIKLI ÇİKOLATALI FRIGO

8 KİŞİLİK

100 gram fındık ezmesi
80 gram bitter çikolata
60 gram hurma (10 dakika kadar sıcak suda bekletilmiş ve çekirdeği çıkarılmış)
320 ml sade ilikli kemik suyu
1 adet muz

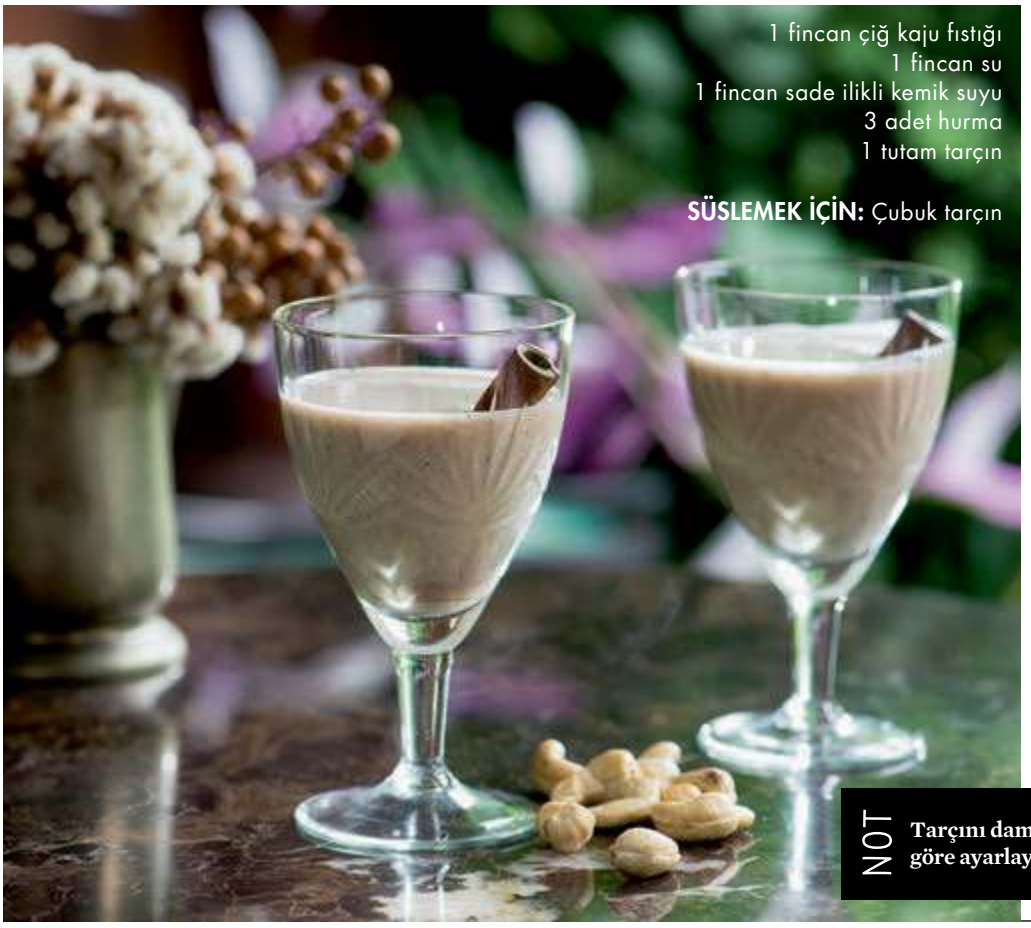
ÜZERİ İÇİN: Ceviz ve fındık



Çikolatayı benmari usulü eritin. Hurmaları sıcak suda 10 dakika dinlendirip suyunu süzün ve çekirdeklerini çıkarın. Muzun kabuğunu soyun. Tüm malzemeyi blender'dan geçirip dilediğiniz şekildeki silikon kalıplara pay edin. Üzerleri kapalı olarak donana kadar bekletin. Daha sonra kalıplardan çıkarıp ceviz ve fındıkla süsleyip servis yapın.

HURMALI KAJU SÜTÜ

2-4 KİŞİLİK



1 fincan çiğ kaju fıstığı
1 fincan su
1 fincan sade ilikli kemik suyu
3 adet hurma
1 tutam tarçın

SÜSLEMEK İÇİN: Çubuk tarçın

Hurmaları sıcak suda 10 dakika dinlendirin. Suyunu süzüp çekirdeklerini çıkarın. Kalan malzeme ile birlikte blender'dan geçirin. 10 dakika buzdolabında bekletin. Sürenin sonunda karıştırıp bardaklara pay edin. Çubuk tarçınla süsleyip, soğuk olarak servis yapın.

NOT Tarçını damak tadınıza göre ayarlayabilirsiniz.

YEŞİL ÇORBA

2 KİŞİLİK

2 adet salatalık
8-10 dal semizotu
5-6 dal kerevizin sapı
2 yemek kaşığı sade ilikli kemik suyu

Salatalık, semizotu ve kereviz sapını incecik doğrayın. Daha sonra kalan malzeme ile birlikte blenderden geçirin. Buzdolabında ağzı kapalı olarak soğumaya bırakın. Dilediğiniz şekilde süsleyip soğuk olarak servis yapın.



KAYISILI BADEMLİ SERİNLİK

4 KİŞİLİK

350 gram çekirdekleri çıkarılmış kayısı
4-5 adet hurma (10 dakika kadar sıcak suda bekletilmiş ve çekirdeği çıkarılmış)
1 kahve fincanı badem
3 yemek kaşığı sade ilikli kemik suyu

Bademleri irice kıyıp yapışmaz yüzeyli tavada renk değiştirene kadar kavurun ve kanara alın. Hurmaları 10 dakika sıcak suda dinlendirin. Sürenin sonunda suyunu süzüp çekirdeklerini çıkarın. Üzerine kemik suyu ve kayısı ilave edip blenderden geçirin. Daha sonra badem ekleyip karıştırın. Dilediğiniz şekildeki kalıplara veya kalıba alıp, derin dondurucuya yerleştirin. 4-5 saat dondurun. Servis etmeden 1 saat önce buzdolabının alt rafına indirin. Dondurma kaşığı ile alıp servis yapın.



ŞEFTALİLİ SOĞUK ÇAY

4 KİŞİLİK

2 adet olgun şeftali (Çekirdeksiz ve kabuğu soyulmuş)
100 ml demlenmiş çay
3 yemek kaşığı sade ilikli kemik suyu
2 yemek kaşığı bal

Şeftalilerin kabuklarını soyup çekirdeklerini çıkarın. Kalan malzeme ile birlikte blenderden geçirip 10 dakika buzdolabının alt rafında dinlendirin. Sürenin sonunda karıştırıp servis bardaklarına pay edin. Dilediğiniz şekilde süsleyip soğuk olarak servis yapın.



BADEM SÜTLÜ SOĞUK KAHVE

2 KİŞİLİK

3 yemek kaşığı badem
1 su bardağı demlenmiş filtre kahve
3 yemek kaşığı ilikli kemik suyu
3 adet hurma

Bademleri ve hurmaları ayrı kaplara alıp üzerlerini iki parmak geçecek kadar sıcak ilave edin. 10 dakika dinlendirip suyunu süzün. Bademlerin kabuklarını soyup hurmaların çekirdeklerini çıkarın. Tüm malzemeyi blenderden geçirip servis bardaklarına pay edin. Arzuya göre buzla birlikte servis yapın.

NANELİ KEKİKLİ AYRAN

2 KİŞİLİK

Yarım su bardağı süzme yoğurt
Yarım su bardağı yoğurt
1 su bardağı sade ilikli kemik suyu
Yarım demet nane
2 dal taze kekik
2-3 dal taze fesleğen
Tuz

Tuz dışında kalan malzemeyi blender'dan geçirin. Damak tadınıza göre tuz ekleyip iyice karıştırın. Buzdolabının alt rafına yerleştirip soğuyana kadar bekletin. Buzdolabından alıp karıştırın ve servis bardaklarına pay edin. Nane ile süsleyip soğuk olarak servis yapın.



Dünyanın Lezzeti Sofraları Sarsın!



YAZ İKRAMLARINDA FARKLI TATLAR ARAYANLAR İÇİN AKDENİZ MUTFAĞI AĞIRLIKLI REÇETELER HAZIRLADIK. HEM TADI HEM DE GÖRÜNÜMLERİ İLE ÖĞÜNLERİNİZE RENK KATACAK.

MOZZARELLA PEYNİRLİ VE DOMATESLİ POLPETTE

6 KİŞİLİK

◆ 600 gram köftelik kıyma
◆ Yarım çay bardağı süt
◆ 3 dilim ekmek içi
◆ 3 yemek kaşığı galeta unu
◆ 1 adet yumurta
◆ 1 adet büyük boy mozzarella peyniri
◆ 2 adet büyük boy domates
◆ 6 dilim pastırma
◆ 3-4 dal taze kekik, tuz, karabiber

Sütü ısıtın ve ekmekleri içine ekleyerek bütün sütü çekmesini sağlayın. Daha sonra ekmekleri soğutun. Kıymanın içine sütlü ekmek, galeta unu yumurta, tuz ve karabiber ekleyerek iyice yoğurun. Hazırladığınız harcı 6 eşit parçaya ayırarak önce top şeklinde yuvarlayın. Sonra elinizle hafifçe bastırarak yassıltın. Yapışmaz yüzeyli tavada önlü arkalı hafifçe kızartıp bir fırın kabına alın. Üzerlerine dilimlenmiş mozzarella peyniri, domates ve pastırma koyun. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında peynir eriyene kadar fırınlayın. Kekikle süsleyerek servis yapın.



ZEYTİNYAĞINDA YOĞURT PEYNİRİ

4-6 KİŞİLİK

1 kg koyun yoğurdu
1 çay kaşığı tuz
2 tatlı kaşığı pul biber
2 dal biberiye
2-3 dal kekik
Yeteri kadar zeytinyağı

Yoğurt ve tuzu karıştırıp temiz bir tülbentin içine koyun. Kenarlarından sıkıca bağlayarak süzülmesi için tel bir süzgece alın. Süzgeci daha büyük bir kabın üzerine koyarak buzdolabında yaklaşık 3 gün yoğurdun bütün suyu süzülene kadar süzdürün. Küçük toplar şeklinde yuvarlayın. Aralarına biberiye, kekik ve pul biber serperek bir kavanoza kat kat dizin. En son üzerini kapatacak kadar zeytinyağı ekleyip buzdolabına kaldırın. Yaklaşık 3 hafta kadar buzdolabında beklettikten sonra servis yapabilirsiniz.



CEVİZLİ VE LABNE PEYNİRLİ KEK

6-8 KİŞİLİK

◆ 1 su bardağı ceviz içi ◆ 150 gram labne peyniri ◆ 5 adet yumurta ◆ 150 gram oda ısısında tereyağı ◆ 3/4 su bardağı pudra şekeri ◆ 1 adet portakalın rendelenmiş kabuğu ◆ 1 paket kabartma tozu ◆ 1 su bardağı un

ÜZERİ İÇİN: ◆ 4 yemek kaşığı kayısı marmeladı ◆ 1 paket (80 gramlık) bitter çikolata ◆ Frenk üzümü

Yumurtaların akını ve sarısını birbirinden ayırın. Cevizleri bir tavaya alıp kokusu çıkana kadar kavurun daha sonra irice dövün. Tereyağı ve pudra şekerinin yarısını iyice çırpın. Üzerine yumurta sarısı ve labne peyniri ekleyip çırpmaya devam edin. Ceviz ve portakal kabuğu katın. Kabartma tozu ve unu karıştırıp yavaşça harca ilave edin. Ayrı bir kapta yumurta aklarını köpük köpük olana kadar çırpın. Daha sonra yavaşça labne peynirli karışıma ekleyin. 24 cm çapında kelepçeli bir kek kalıbını yağlayın. Hazırladığınız harcı içine boşaltın.
Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kontrol ederek (keke bir kürdan batırın temiz çıkıyorsa pişmiş demektir) pişirin. Soğutup kalıptan çıkarın. Üzerine kayısı marmeladı sürün. Arzunuza göre rendelenmiş veya iri parçalar halinde kırılmış çikolata ekleyin. Frenk üzümü ile süsleyerek servis yapın.

LÜBNAN PİDELİ BABAGANNUŞ

2-4 KİŞİLİK

2 adet orta boy bostan patlıcanı
Yarım su bardağı iri dövülmüş badem
4 yemek kaşığı tahin
1 diş dövülmüş sarımsak
Yarım limonun suyu, tuz, karabiber
1 çay kaşığı kimyon
2 dal nane
2 yemek kaşığı zeytinyağı

LÜBNAN PİDESİ İÇİN:
6 adet pita ekmeği veya bazlama
3 yemek kaşığı kavrulmuş susam
3-4 dal taze kekik
3 yemek kaşığı haşhaş
1 çay bardağı zeytinyağı

Lübnan pidesi için pita veya bazlamayı enine ikiye bölün ve dikkatlice içini çıkarın. Susam, kekik ve haşhaşı havanda ezin. Üzerine zeytinyağı ekleyin ve ekmeklerin kesik yüzeylerine sürün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızartın. Soğuyunca parçalara bölün ve kenara alın. Patlıcanları ocakta veya fırında közleyip kabuklarını soyun. Daha sonra mutfak robotuna alın. Üzerine badem, tahin, sarımsak, limon suyu, kimyon, tuz ve karabiber ekleyip sos kıvamına gelene kadar çekin. Nanenin yarısını sosa karıştırıp servis tabağına alın. Üzerine zeytinyağı ve kalan nane yapraklarını ekleyip fırında pişirdiğiniz pidelerle birlikte servis yapın.





SEBZELİ VE PESTO SOSLU TAVUK

4 KİŞİLİK

4 adet derisi alınmış tavuk göğsü
4 yemek kaşığı zeytinyağı
4 adet küçük boy kırmızı biber
Sekizer adet bebek kabak ve havuç

PESTO SOS İÇİN:
6 dal fesleğenin yaprakları
Yarım su bardağı dolmalık fıstık
1 çay bardağı zeytinyağı
3/4 su bardağı rendelenmiş parmesan peyniri
3-4 dal maydanoz
3 diş sarımsak, tuz, karabiber

Kırmızı biberleri ikiye bölüp çekirdeklerini çıkarın. Zeytinyağını bir tavaya alıp bebek kabak, havuç ve kırmızı biberi kızartın. Aynı tavada tavukları da önlü arkalı kızartın. Diğer taraftan pesto için tüm malzemeyi mutfak robotuna alın ve karışım iyice pürüzsüz hale gelene kadar çekin. Pişen tavukları tavadan alın ve tavadaki yağın içine pesto sosunu eklerek ısınmasını sağlayın. Tavuk etinin üzerine döküp sebzelerle birlikte servis yapın.



aklınızda bulunsun!

Zeytin ezmesini uzun süre saklamak isterseniz, hazırlarken sarımsak ve limon suyunu katmayın. Kullanacağınız kadarını buzdolabından çıkarıp sarımsak ve limon suyu ekleyerek ömrünü uzatabilirsiniz.

Evde Yapın, Keyifle Tadın!

UZUN SOLUKLU, BOL SOHBETLİ KAHVALTILARDAN EKSİK OLMAYAN SOSİS, PEYNİR, KAVURMA, PASTIRMA VE ÇEŞİT ÇEŞİT EZMELERİ EVDE YAPARAK BU ÖZEL ÖĞÜNÜ DAHA LEZZETLİ HALE GETİRMEK ELİNİZDE. TEK YAPMANIZ GEREKEN MUTFAĞA GİRİP BU YAPIMI KOLAY TARİFLERİ UYGULAMAK...

ZEYTİN EZMESİ

200 gram çekirdeği çıkarılmış siyah zeytin
1 tatlı kaşığı kişniş tohumu
1 tatlı kaşığı tane kimyon
1 diş dövülmüş sarımsak
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı limon suyu

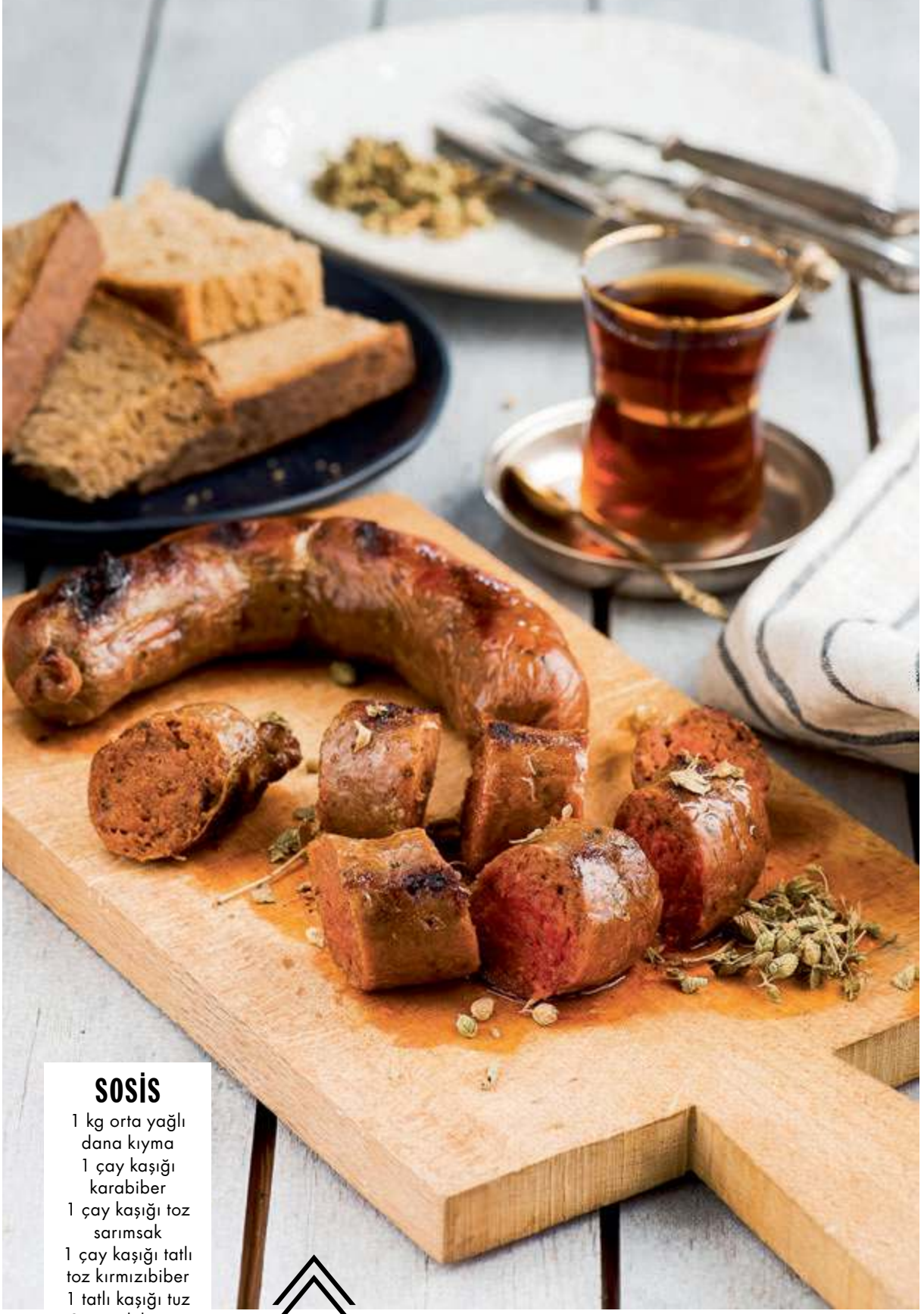
Kişniş ve kimyon tohumunu tavaya alıp birkaç dakika kavurun. Havanda dövüp toz haline getirin. Zeytinleri kabaca doğrayın. Tüm malzemeyi mutfak robotundan geçirip inceltin ve servis yapın.



YER FISTIĞI EZMESİ

250 gram kabuksuz ve tuzsuz yer fıstığı
2 yemek kaşığı üzüm veya elma pekmezi
1 yemek kaşığı üzüm çekirdeği yağı veya zeytinyağı
Yarım çay kaşığı tuz

Fıstığı fırın tepsisine alıp önceden ısıtılmış 170 derece fırında kontrol ederek 10 dakika kavurun. Fırından alıp 5 dakika dinlendirin. Ilıkken mutfak robotuna alıp ara ara çalıştırarak ince olacak şekilde çekin. Pekmez ekleyip yeniden çekin. Tuz, üzüm çekirdeği yağı veya zeytinyağı ilave edip bir kez daha çekin. Servis yapın.



SOSİS

1 kg orta yağlı dana kıyma
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı toz sarımsak
1 çay kaşığı tatlı toz kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı tuz
2 yemek kaşığı yoğurt
1 tatlı kaşığı karbonat

SOSİSİ DOLDURMAK İÇİN:

4 metre bağırsak
3 yemek kaşığı sirke

Yoğurt ve karbonat dışında kalan tüm malzemeyi bir kaba alın ve iyice yoğurun. Streç filmle kaplayın ve 10-12 saat buzdolabında dinlendirin. Buzdolabından alıp yoğurt ve karbonat ekleyin ve mutfak robotundan birkaç kerede çekin. Bağırsakları sosis yapmak istediğiniz boyuttan birkaç cm fazla olacak şekilde kesin ve iyice yıkayın. Bir kaba alıp üzerlerine ılık su ve sirke ekleyip 15 dakika dinlendirin. Suyunu süzüp sıkın. Geniş uçlu krema sıkma torbasına sosis harcından doldurun. Bağırsağın bir tarafına düğüm atıp diğer ucuna krema torbasının ağzını geçirin ve harcı bağırsağın içine güçlü şekilde sıkın. Bu esnada hava kalmamasına özen gösterin. Krema torbasını çıkarıp ucuna düğüm atın. Sosisleri ızgarada ya da haşlayarak servis yapın.

PASTIRMA

1 kg dana antrikot (bütün ve temizlenmiş)
Sofra tuzu veya ince deniz tuzu

ÇEMEN MALZEMESİ İÇİN:

30 gram çemen otu tozu
2 yemek kaşığı acı toz kırmızıbiber (15 gram)
2 yemek kaşığı tatlı toz kırmızıbiber (15 gram)
2 çay kaşığı karabiber (5 gram)
4 çay kaşığı kimyon (10 gram)
12 diş çok iyi dövülmüş sarımsak
Yarım su bardağı ılık su



Kasabınızla birlikte pastırma yapmaya uygun, yağı tüm ete yayılmış bütün dana antrikot seçin. Etin tüm yüzeyini ince bir katman halinde tuzla kaplayın. Büyük bir cam kabın içine kase gibi yükselti oluşturacak bir aparat koyun. Antrikotu bunun üzerine yerleştirin. Etin suyunu daha kolay bırakması için üstüne bir ağırlık koyduktan sonra streç film ile sararak buzdolabına koyun. Bir hafta-10 gün boyunca, et suyunu tamamen salana kadar her gün altta biriken suyunu dökün. Etin açılan kısımlarını hafifçe tuzlayın. Bir hafta-10 gün sonra (etin büyüklüğüne göre süre değişiyor) eti iyice yıkayıp tuzdan arındırın. Soğuk su koyduğunuz cam bir kaseye koyarak tuzunu atması için 12 saat buzdolabında suyun içinde dinlendirin. Eti sudan çıkarın, kağıt havlu ile kurulayın; oda ısısına gelmesi için 3 saat bekletin. Çemenini hazırlamak için tüm baharatları ve sarımsağı bir kaseye alıp ılık su ekleyin. Krema kıvamı elde edene dek elinizle karıştırın. Gerekirse birkaç yemek kaşığı su ekleyin. Eti çemenle kaplayın. Kurutma işlemi sırasında dış alanda tozlanmaması için pastırmayı orta boy bir peynir torbasına yerleştirin. Balkon ya da bahçede doğrudan güneş almayan bir yere asarak 5-7 gün kurutun. Dışı sert orta kısmı hafif yumuşak olduğunda pastırmanız hazır olacaktır. Kestikten sonra pişirme kâğıdına sararak buzdolabında saklayın.

ÇİKOLATALI FINDIK KREMASI

150 gram fındık
160 gram sütlü çikolata
50 ml süt
Yarım su bardağı krema
1 yemek kaşığı pudra şekeri



Fındıkları tepsiye yerleştirip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika kavurun. Temiz bir mutfak bezi ile ovalayarak kahverengi kabukları olabildiğince temizleyin ve soğumaya bırakın. Mutfak robotundan geçirip iyice inceltin. Ayrı bir yerde çikolata, krema ve sütü benmari usulü eritin. Pudra şekeri ve çikolatalı karışımı mutfak robotuna ilave edip 5 dakika daha çalıştırın. Hava almayan cam bir kavanozda ve kapağı sıkıca kapalı olarak 5-7 gün içinde tüketin.

Birden Fazla Hisseye Yatırım Yapmanın Tadını Çıkarın

Çikolata mı?





Bademli, çilekli, krokanlı,
muzlu çikolatalı pasta mı?

Sadece tek bir hisseye değil, birden fazla hisseye yatırım yapmanın tadı bir başka diyorsanız Borsa Yatırım Fonu (BYF) tam size göre.

Borsa Yatırım Fonu (BYF), bir endeksi ya da birden fazla sermaye piyasası aracını baz alan, baz aldığı endeksin performansını da yatırımcılara sunan fonlardır.

Aynı hisse senetleri gibi işlem görürler ve profesyoneller tarafından yönetilerek risk dağıtılır. Böylelikle sadece tek bir hisseye bağlı fiyat hareketlerinden etkilenmeden günden güne, güvenle büyüyen bir yatırım sahibi olursunuz.

www.**borsaistanbul**.com

borsaistanbul

BORSA İSTANBUL



EV YAPIMI SEPET PEYNİRİ

15 su bardağı süt
2 yemek kaşığı elma sirkesi
Yarım limonun suyu
1 çay bardağı peynir altı suyu (varsa)
1 çay kaşığı tuz

Sütü ağır ateşte kaynatın. Tuz ekleyip karıştırın ve ocaktan alın. Sirke ilave edip hafifçe karıştırın. Limon suyu ve varsa peynir altı suyunu ekleyin. Peynir altı suyu bu işlemi hızlandıracaktır. Tam olarak kesilmiş parçalar ve yeşilimsi su oluşmuyorsa bir miktar daha sirke ekleyin. 10 dakika dinlenmeye bırakın. Süzgece tülbent koyarak tencereyi süzün. Bir saat sonra tülbenti alıp peyniri tuzlayın. Elinizle her tarafını hafifçe tuzlayarak ve toparlayarak tekrar tel süzgece bastırın. Üzerine ağırlık (tabak veya küçük bir taş) koyup 1 saat bekletin. Süzgeçten alıp altta kalan tarafını da düzleyerek servis tabağına alın. Peyniri hemen servis yapabilir veya tuzlayarak buzdolabında bir süre saklayarak da tüketebilirsiniz.

KAVURMA

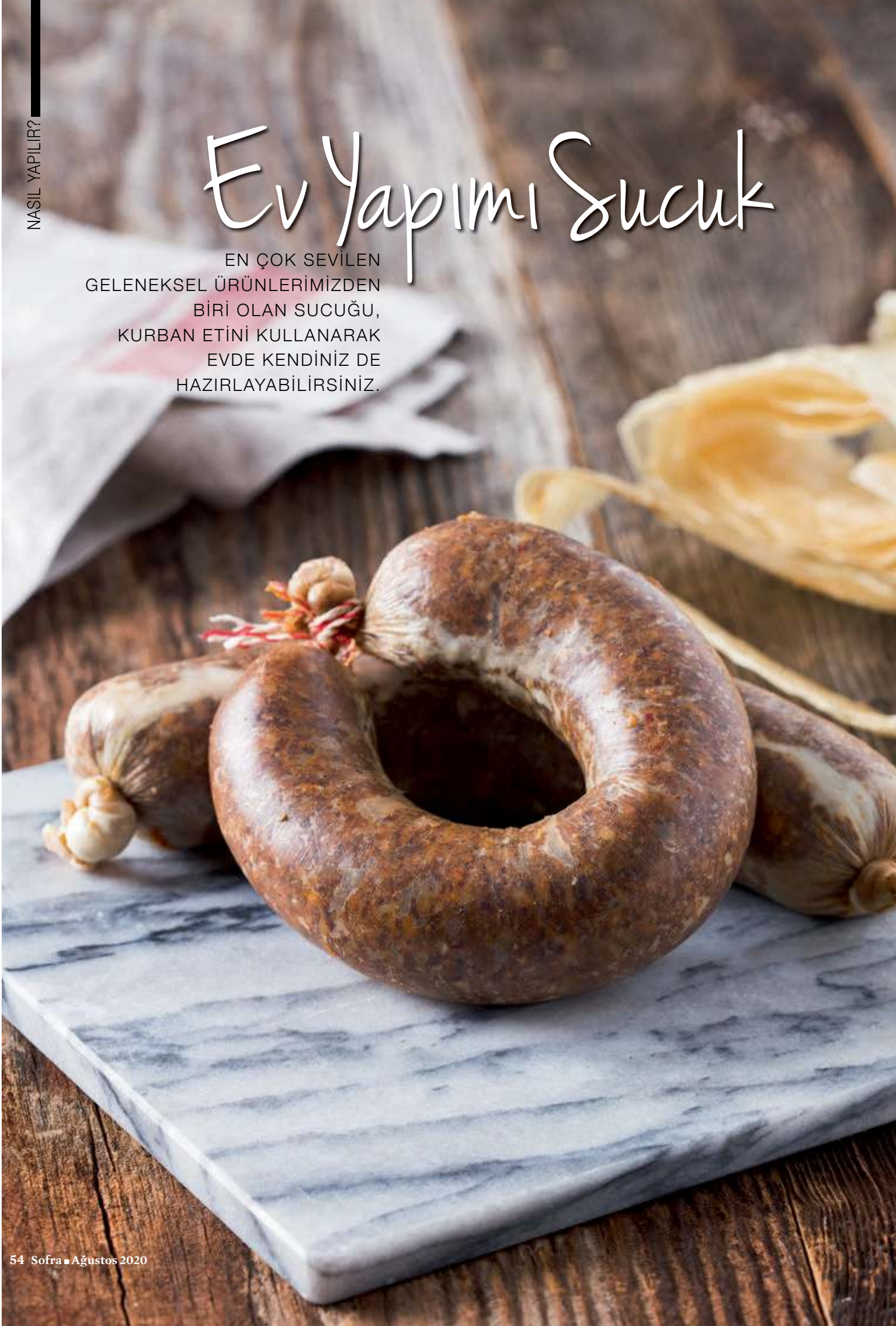
2 kg orta yağlı kuşbaşı dana eti
300 gram dana iç yağı
1 yemek kaşığı tuz

Eti tencereye alıp orta ateşte suyunu salıp yeniden çekene kadar yaklaşık 15-20 dakika karıştırarak pişirin. Ayrı bir tencerede dana iç yağını orta ateşte eritin. Ocağı kısıp 25-30 dakika eriyene kadar pişirin. Üzerinde biriken erimeyen yağ tanelerini alın. Yağdan bir kepçe alarak suyunu çeken ete tuzla birlikte ekleyin ve hepsini birlikte 10 dakika pişirdikten sonra ılınmaya bırakın. Tenceredeki eti dikdörtgen kek kalıbına yerleştirin ve elinizle sıkıca bastırın. Kalan yağı üzerine döküp soğumaya bırakın. İyice soğuyunca üzerini streç filmle kapatıp buzdolabında 5-6 saat dinlendirin. Soğuk veya sıcak olarak servis yapın.



Ev Yapımı Sucuk

EN ÇOK SEVİLEN GELENEKSEL ÜRÜNLERİMİZDEN BİRİ OLAN SUCUĞU, KURBAN ETİNİ KULLANARAK EVDE KENDİNİZ DE HAZIRLAYABİLİRSİNİZ.



EV YAPIMI SUCUK

2.5-3 metre kurutulmuş bağırsak
2-3 yemek kaşığı sirke
5-6 su bardağı su

İÇ MALZEMESİ İÇİN:

1 kg iki kere çekilmiş dana döş kıyma,12 diş dövülmüş sarımsak
2 yemek kaşığı tuz
4 tatlı kaşığı kimyon
4 tatlı kaşığı karabiber
2 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
2 tatlı kaşığı pul biber



Sucuk harcına elinizde şekil verip tavada kızartabilir veya fırında pişirebilirsiniz.



1) İç malzemesi için gereken tüm malzemeyi bir tepsiye alıp 10-15 dakika iyice karışana kadar yoğurun. Tercihen 1 gece, en az birkaç saat üzerini kapatıp buzdolabında dinlendirin.



2) Sirke ve suyu karıştırıp bağırsağı 2-3 saat bu suda dinlendirin. Suyunu süzüp bağırsağı kağıt havlu yardımıyla kurulayın.

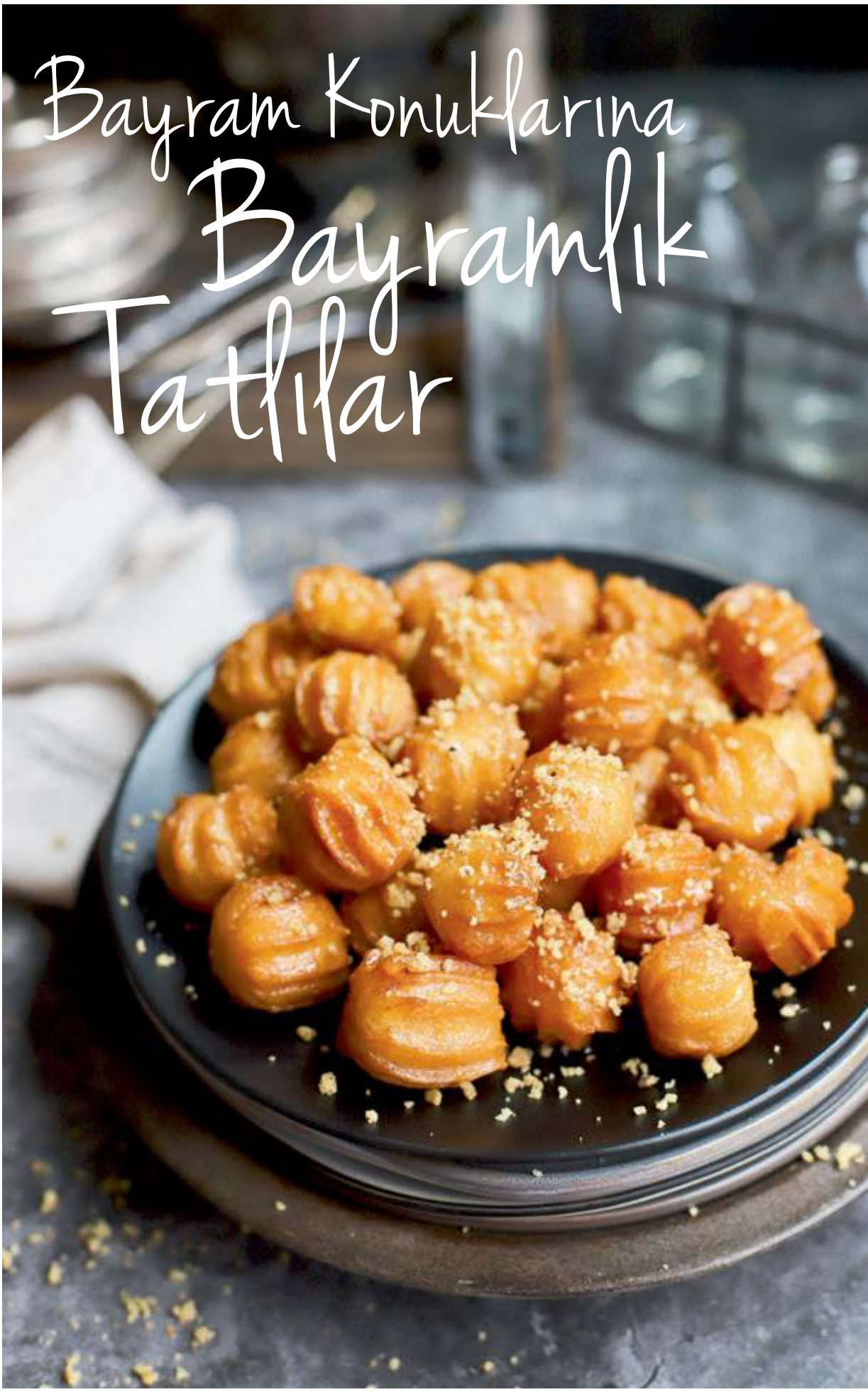


3) Dinlenen iç malzemeyi huni veya bağırsağa geçebilecek büyüklükte bir aparat yardımıyla, olabildiğince sıkı şekilde iterek istediğiniz boyuta gelene kadar doldurun. Bu işlem sırasında, bağırsağın içinde hava boşluğu kalmamasına özen gösterin.



4) İyice doldurduktan sonra, iki ucunu da sıkıca bağlayın. Sucuğu parmak şeklinde bırakın veya iki ucunu birbirine bağlayın. Kuru ortamda, tercihen buzdolabında 1-2 hafta dinlenmeye bırakın. Sürenin sonunda sucuğu dilediğiniz şekilde kullanabilirsiniz.

Bayram Konuklarına Bayramlık Tatlılar



BAYRAMDA GELEN KONUKLARI HAZIR ÜRÜNLER YERİNE EL EMEĞİ EV YAPIMI TATLILARLA AĞIRLAMAK İSTEYENLER İÇİN BETÜL TUNÇ BİRBİRİNDEN LEZZETLİ TARİFLERİNİ BİZLERLE PAYLAŞTI.

SELMA ŞEN
ERKİN ÖN



BETÜL TUNÇ
turkuazkitchen



TULUMBA TATLISI

6-8 KİŞİLİK

HAMUR İÇİN:
2 su bardağı su
50 gram tereyağı
2.5 su bardağı un
1 yemek kaşığı pirinç unu
1 yemek kaşığı nişasta
1 yemek kaşığı toz şeker
1 yemek kasığı irmik
3 adet yumurta
1 tutam tuz

ŞERBET İÇİN:
2.5 su bardağı toz şeker
2 su bardağı su
1 dilim limon

Şerbet için tüm şerbet malzemesini kaynatın. İçinden limon dilimini çıkarıp soğumaya bırakın. Hamur için su ve tereyağını tencereye alıp kaynatın. Kaynayınca un ekleyip 2 dakika kısık ateşte pişirin. Ocaktan alıp pirinç unu, nişasta, toz şeker, tuz ve irmik ilave edip karıştırın. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. Ilındığında teker teker yumurtaları ilave edin ve iyice karıştırın. Hamuru sıkma torbasına alıp tencereye koyduğunuz soğuk ayçiçeği yağına parmak uzunluğunda sıkın. Orta hararetli ocakta iyice renk değiştirene kadar kızartın. Süzgeç yardımıyla yağdan alıp, 5 dakika dinlendirin. Sonra soğuk şerbete atın. 15-20 dakika şerbette bekletin. Şerbetini süzdürüp dilediğiniz şekilde süsleyerek servis yapın.

NOTLAR

✦ Yumurtalarınız küçükse 4 adet kullanabilirsiniz.

✦ Pirinç ununuz yoksa yerine irmik kullanabilirsiniz.

HİNDİSTAN CEVİZLİ ISLAK KURABİYE

8-10 KİŞİLİK

✦3 yemek kaşığı kakao ✦100 gram oda ısısında tereyağı
✦1 adet yumurta ✦1 çay bardağı pudra şekeri
✦1 çay bardağı ayçiçeği yağı ✦2.5 su bardağı un
✦1 paket kabartma tozu ✦1 paket vanilya



HİNDİSTAN CEVİZLİ DOLGU İÇİN: ✦1 su bardağı Hindistan cevizi ✦3-4 yemek kaşığı krema ✦1 yemek kaşığı pudra şekeri
ŞERBET İÇİN: ✦1.5 çay bardağı toz şeker ✦1.5 çay bardağı su
SÜSLEMEK İÇİN: ✦Toz Antep fıstığı

Hindistan cevizli dolgu için Hindistan cevizi, krema ve pudra şekerini iyice karıştırın. Buzdolabına yerleştirip 10-15 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda dolgudan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp hafifçe elinizde yuvarlayın ve yeniden buzdolabına yerleştirin. Şerbet için toz şeker ve suyu tencereye alıp 5 dakika kaynatın. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Ayrı bir yerde oda ısısındaki tereyağı, pudra şekeri, ayçiçeği yağı ve yumurtayı iyice karıştırın. Üzerine kakao, un, kabartma tozu ve vanilya ekleyip, çok sert olmayan bir hamur elde edene kadar yoğurun. Hamurdan 1 adet ceviz büyüklüğünde parça koparıp, elinizde açın. Ortasına, 1 adet Hindistan cevizli dolgudan yerleştirin. Poğaça yapar gibi elinizde yuvarlayın. Kalan malzemeyi de aynı şekilde hazırlayıp, fırın tepsisine aralıklı olarak dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin. Kurabiyeyi fırından alıp ılınmaya bırakın. Ilınınca teker teker soğuk şerbete iyice batırıp çıkarın. Servis tabağına yerleştirip Antep fıstığı ile süsleyerek servis yapın.



CEVİZLİ RULO BAKLAVA

6-8 KİŞİLİK

1 paket baklavalık yufka
200-250 gram sade yağ
1.5 su bardağı ceviz

ŞERBET İÇİN:
2 su bardağı toz şeker
2 su bardağı su
1 dilim limon
1 tutam tuz

Şerbet için tüm şerbet malzemesini bir tencereye alın. Kıvam alana kadar kaynatıp ocaktan indirin ve soğumaya bırakın. Üç adet baklavalık yufkanın aralarına eritilmiş sade yağ sürerek üst üste yerleştirin. Son kata da yağ gezdirip bolca iri çekilmiş ceviz serpiştirin. Daha sonra çok sıkı olmayacak şekilde rulo yapın ve uygun bir tepsiye dizin. Kalan yufkaları da aynı şekilde hazırlayıp, kalan yağı üzerine sürün. Dilediğiniz büyüklükte dilimleyip önceden ısıtılmış 180-200 derece fırında ağır ağır kızartın. Fırından alıp ilk sıcağı geçince soğuk şerbeti üzerine gezdirin. Şerbeti çektikten sonra 5-10 dakika dinlendirin. Arzuya göre bol ceviz serpip servis yapın.

KREMALI KITIR PUFLAR

8-10 KİŞİLİK

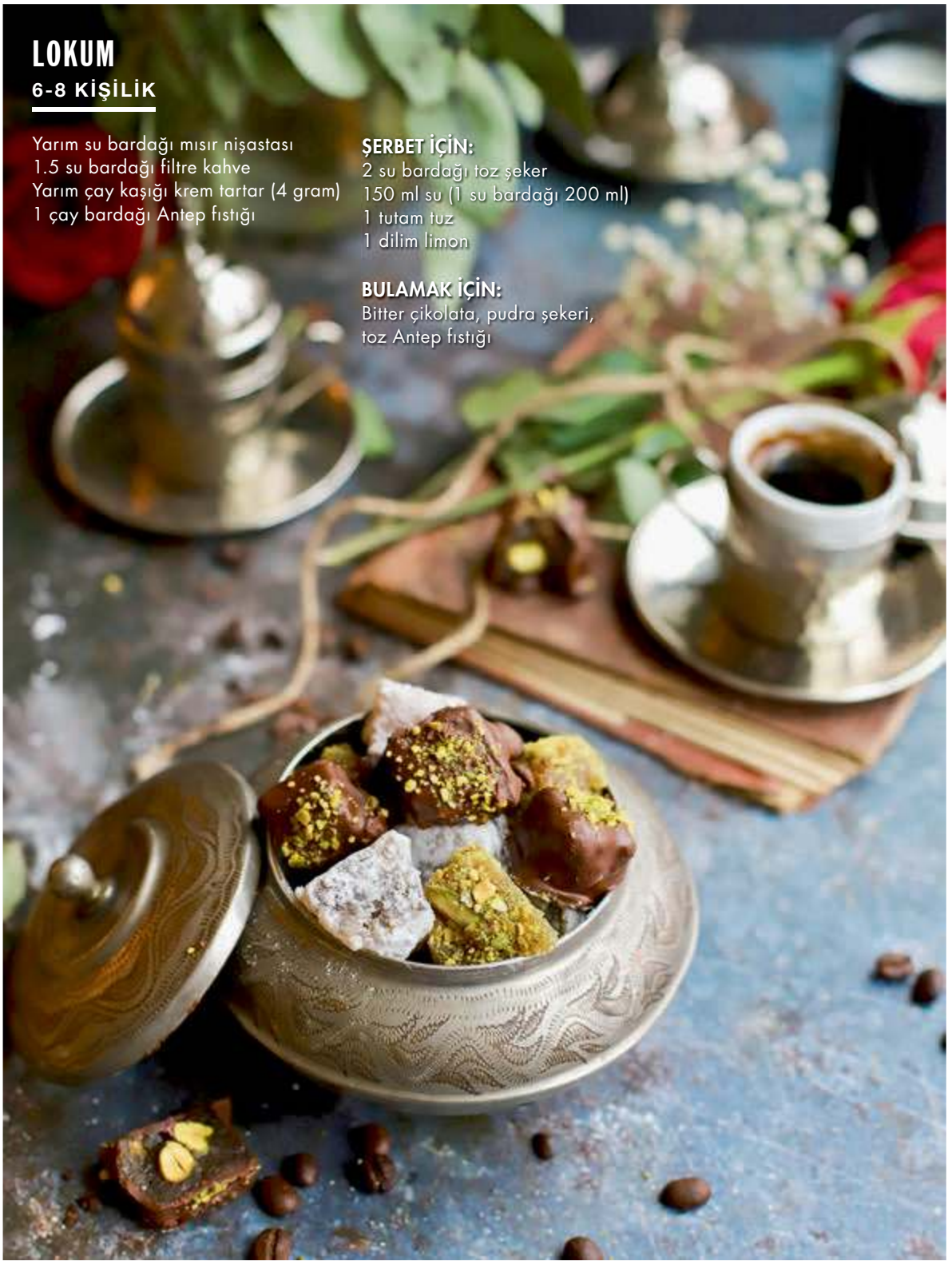
KRAKER HAMURU İÇİN:
56 gram oda ısısında tereyağı
67 gram esmer şeker
Yarım su bardağı un
1 yemek kaşığı kakao

HAMUR İÇİN:
1 çay bardağı süt
1 çay bardağı su
2 çay kaşığı toz şeker
Yarım çay kaşığı tuz
80 gram tuzsuz tereyağı
1 su bardağı un
4 adet yumurta

KREMA İÇİN:
2 su bardağı süt
2 yemek kaşığı un
2 yemek kaşığı nişasta
1 adet yumurta
Yarım paket labne peyniri
ya da mascarpone
1 paket krem şanti



Kraker hamuru için tereyağı ve esmer şekeri kaşık yardımıyla karıştırın. Un ekleyip karıştırmaya devam edin. Karışımı ikiye bölüp, yarısına kakao ekleyin. Sade hamuru iki streç filmin arasına yerleştirip merdane yardımıyla yaklaşık 2-3 mm incelene kadar açın. Kakaolu hamura da aynı işlemi uygulayıp buzdolabında 1 saat dinlendirin. Hamur için süt, su, toz şeker, tuz ve tereyağını bir tencereye alıp kaynatın. Daha sonra un ilave edip kısık ateşte 1 dakika kadar daha pişirin. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra yumurtaları teker teker ekleyin ve pürüzsüz bir hamur elde edene kadar karıştırın. Hazırladığınız hamuru sıkma torbasına alıp fırın tepsisine aralıklı olarak yaklaşık fincan ağzı büyüklüğünde sıkın. Kraker hamurunu buzdolabından çıkarıp kahve fincanıyla yuvarlaklar kesin. Kestiğiniz kraker parçalarını fırın tepsisine sıktığınız hamurların üzerine hafifçe bastırarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 30-40 dakika pişirin. Fırından alıp soğumaya bırakın. Krema için süt, un, nişasta ve yumurtayla pişirip ocaktan alın ve soğumaya bırakın. Soğuyunca labne peyniri ve krem şanti ilave edip iyice çırpın. Fırından alınıp iyice soğuyan 1 adet pufun düz kısmına sıkma torbası yardımıyla kremadan sıkın. Üzerini 1 adet puf ile kapatın. Kalan pufları da aynı şekilde hazırlayıp, buzdolabında 4-5 saat dinlendirin. Dilediğiniz şeklide süsleyip servis yapın.



LOKUM

6-8 KİŞİLİK

Yarım su bardağı mısır nişastası
1.5 su bardağı filtre kahve
Yarım çay kaşığı krem tartar (4 gram)
1 çay bardağı Antep fıstığı

ŞERBET İÇİN:
2 su bardağı toz şeker
150 ml su (1 su bardağı 200 ml)
1 tutam tuz
1 dilim limon

BULAMAK İÇİN:
Bitter çikolata, pudra şekeri,
toz Antep fıstığı

Şerbet için toz şeker, su, tuz ve limonu bir tencereye alıp kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca 15 dakika daha kaynatın. İçindeki limonu çıkarıp şerbeti ocaktan alın. Yapışmaz yüzeyli bir tencerede kahve, nişasta ve krem tartarı karıştırarak pişirin. Katılaşıp şeffaflaşınca yavaş yavaş şerbeti ekleyin ve iyice karıştırarak harca tüm şerbeti yedirin. Yaklaşık yarım saat boyunca kısıktan biraz daha harlı ateşte sürekli karıştırarak pişirin. Gerekli yoğunluğa gelince ocaktan alın. Ancak hala sıvı kıvamda ise 5-10 dakika daha pişirin. Ocaktan alıp Antep fıstığı ekleyin. Daha sonra kalın buzdolabı poşeti serilmiş ufak bir kare veya dikdörtgen kabın içine lokum harcını dökün. Üzerini düzeltin. Oda ısısına gelince buzdolabına yerleştirip 1 gece dinlendirin. Daha sonra keskin bir bıçak yardımıyla ufak küpler şeklinde kesin. Bir kısmını eritilmiş çikolataya, bir kısmını pudra şekerine ve bir kısmını da Antep fıstığına bulayın. Buzdolabında 2-3 saat dinlendirip servis yapın.

HAŞHAŞLI BADEM TATLISI

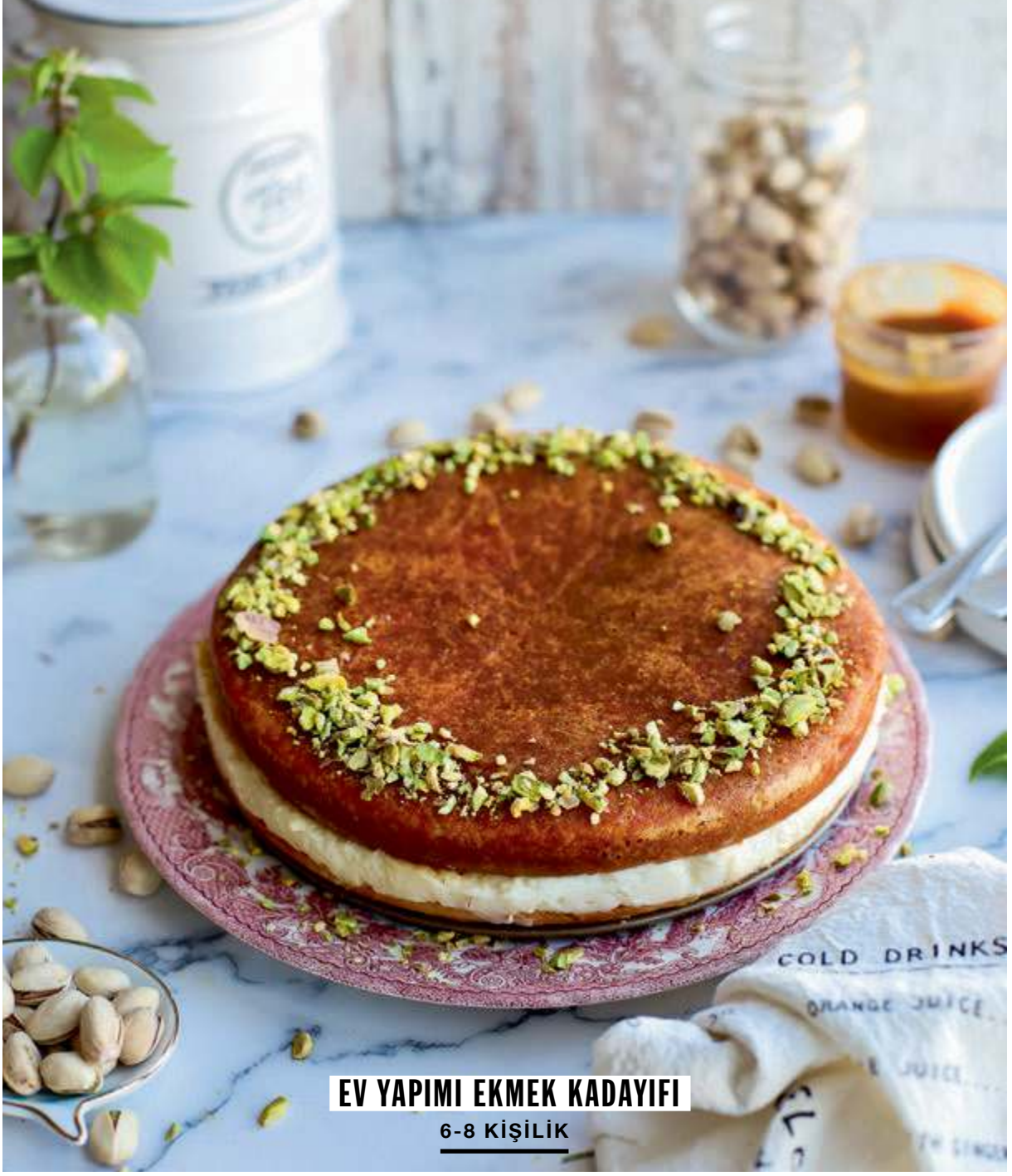
6-8 KİŞİLİK

HAMUR İÇİN:
125 gram oda ısısında tereyağı
Yarım çay bardağı ayçiçeği yağı
1 adet yumurta
Yarım su bardağı irmik
Yarım su bardağı badem unu veya öğütülmüş badem
Yarım çay bardağı Hindistan cevizi
1 tatlı kaşığı kabartma tozu
1 paket vanilya
1.5 su bardağı un

BULAMAK İÇİN:
Haşhaş

SERBET İÇİN:
2 su bardağı toz şeker
2 su bardağı su
1 küçük dilim limon
1 tutam tuz

Şerbet için tüm şerbet malzemesini bir tencereye alıp kıvam alana kadar kaynatın. Ocaktan indirip soğumaya bırakın. Hamur için tereyağı, ayçiçeği yağı ve yumurtayı bir kaba alın. İyice karıştırıp üzerine kuru malzemeyi ekleyin ve ele yapışmayan bir hamur elde edin. Hamurdan ceviz büyüklünde parçalar koparıp elinizde yuvarlayın. Haşhaşa bulayıp tepsiye dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Fırından alıp ilk sıcaklığı geçince soğuk şerbeti üzerlerine gezdirin. Tatlı şerbeti çekince 5-10 dakika dinlendirin. Dilediğiniz şekilde süsleyip servis yapın.



EV YAPIMI EKMEK KADAYIFI

6-8 KİŞİLİK

KEK İÇİN:
3 adet yumurta
Yarım su bardağı toz şeker
Yarım çay bardağı süt
1.5 su bardağı un
1 çay kaşığı kabartma tozu
Yarım çay kaşığı karbonat
1 yemek kaşığı vanilya özütü veya 1 paket vanilya

KARAMEL İÇİN:
1.5 su bardağı toz şeker
2.5 su bardağı soğuk su

MUHALLEBİ İÇİN:
2.5 su bardağı süt
3 yemek kaşığı un
3 yemek kaşığı toz şeker
2 yemek kaşığı labne
Yarım su bardağı Hindistan cevizi
1 paket vanilya

Kek için yumurta ve toz şekeri bir kaba alıp 3-4 dakika mikser yardımıyla köpürtün. Daha sonra kalan malzemeleri ekleyin ve karıştırın. İyice karışınca 23 cm'lik bir kek kalıbına döküp önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 20-25 dakika pişirin. Karamel için toz şekeri bir tencereye alın ve orta ısıda hiç karıştırmadan karamelize edin. Tüm şeker eriyip renk alınca, soğuk suyu ilave edin (bu aşamada soğuk su eklediğiniz için şekerlenme yapabilir, hiç endişelenmeyin, kısık ateşte kaynayıncaya kadar tüm şeker eriyecektir) ve kaynayınca ocaktan alın. Muhallebi için süt, un ve toz şekeri bir tencereye alın. Kıvamlanana kadar karıştırarak pişirin. Karışım göz göz olunca ocaktan alıp kalan malzemeyi ekleyin ve karıştırın. Ocağı kapatıp iyice soğuyana kadar ara ara mikserle karıştırın. Soğuyan keki ortadan ikiye kesin ve ilk katı uygun bir tabağa alın. İlk katın üzerine karamel sosun yarısını gezdirin. Onu da üzerine kremayı yayın. Ardından ikinci katı koyun ve üzerine kalan karamel sosu gezdirin. Bir gece buzdolabında dinlendirin. Dilediğiniz şekilde süsleyip servis yapın.

NOT: Karbonat yerine 1 paket kabartma tozu da kullanabilirsiniz.

LOKMA

6-8 KİŞİLİK

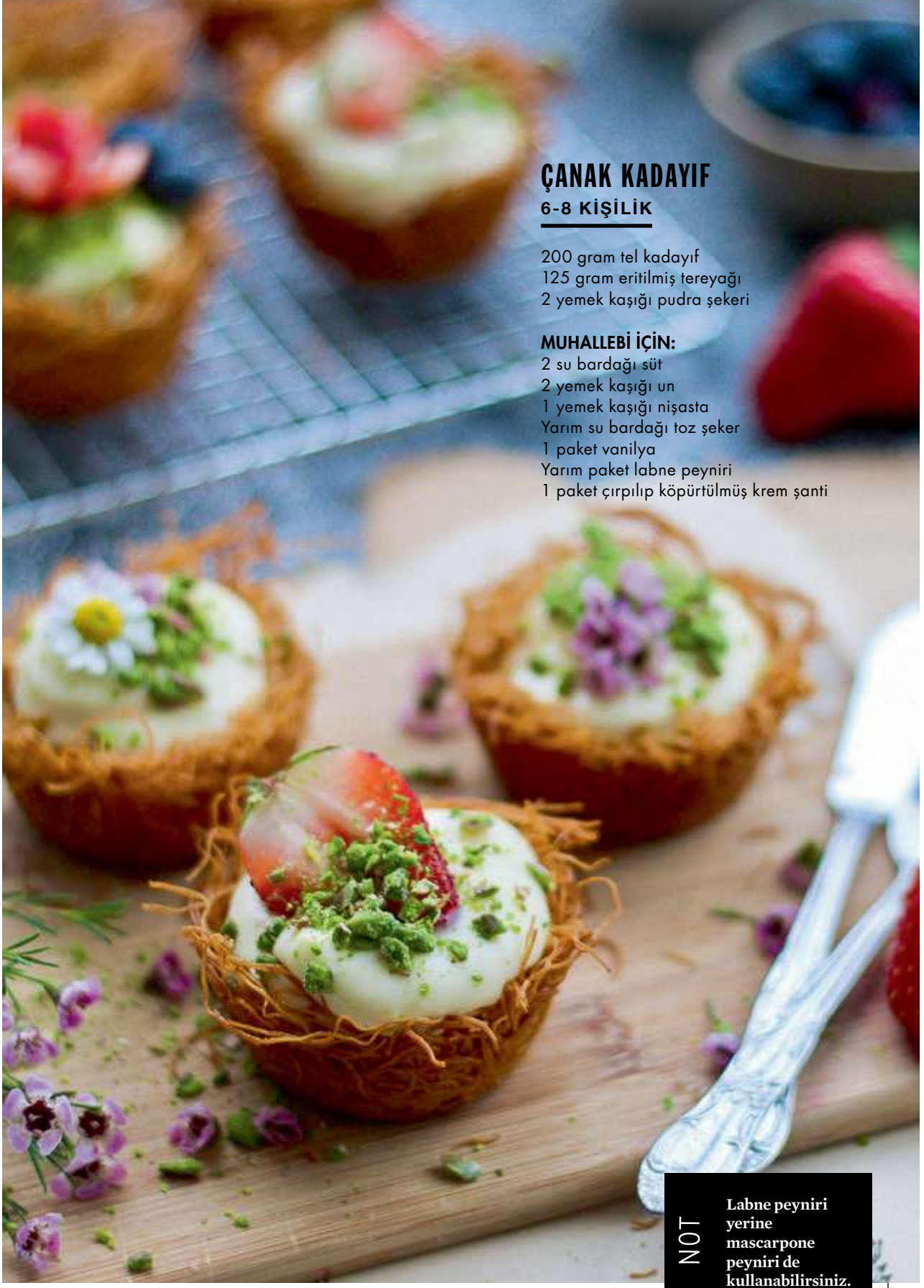
ŞERBET İÇİN:
3.5 su bardağı su
3 su bardağı toz şeker
1/4 limonun suyu
1 tutam tuz

HAMUR İÇİN:
1 su bardağı ılık su
1 yemek kaşığı kuru maya
1 tatlı kaşığı toz şeker
Yarım çay bardağı ayçiçeği yağı
1 adet yumurta
1 yemek kaşığı yoğurt
1 tutam tuz
Aldığı kadar un

KIZARTMAK İÇİN: Ayçiçeği yağı



Şerbet için su ve toz şekeri tencereye alıp 20 dakika kaynatın. Daha sonra limon suyu ekleyip 10 dakika daha kaynatın. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Hamur için ılık su, maya ve toz şekeri karıştırıp aktifleşmesi için 10 dakika dinlendirin. Ayrı bir yerde ayçiçeği yağı, yumurta, yoğurt ve tuzu çırpma teliyle karıştırın. Üzerine mayalı karışımı katıp karıştırın. Azar azar un ekleyip koyu kek kıvamında bir harç elde edin. Üzerini streç filmle kapatıp 30 dakika dinlendirin. Karışımdan elinize parçalar alıp avucunuzu sıkın. Üst taraftan taşan hamuru yağa bandırdığınız bir kaşık yardımıyla alın ve kızgın yağa bırakın. Bu işlemi hamur bitene kadar tekrarlayın. Karıştırarak kızartın. Kızaran hamurları pişirme kağıdının üzerine çıkarın. Ardından soğuk şerbete atıp, 10 dakika şerbetin içinde dinlendirin. Şerbetten çıkarıp, dilediğiniz şekilde süsleyerek servis yapın.



ÇANAK KADAYIF

6-8 KİŞİLİK

200 gram tel kadayıf
125 gram eritilmiş tereyağı
2 yemek kaşığı pudra şekeri

MUHALLEBİ İÇİN:
2 su bardağı süt
2 yemek kaşığı un
1 yemek kaşığı nişasta
Yarım su bardağı toz şeker
1 paket vanilya
Yarım paket labne peyniri
1 paket çırpılıp köpürtülmüş krem şanti

NOT

Labne peyniri yerine mascarpone peyniri de kullanabilirsiniz.

Kadayıf, tereyağı ve pudra şekerini bir kaba alın. Kadayıf tereyağı ile iyice bütünleşene kadar elinizle karıştırın. Daha sonra porsiyonluk muffin kalıplarına ortası hafif çukur kalacak şekilde yerleştirin. Ardından uygun bir bardak yardımıyla iyice bastırıp kadayıftan kaseler oluşturun. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında iyice kızarana kadar pişirin. Krema için, bir tencereye süt, un, nişasta ve toz şekeri koyun. Kıvam alana kadar karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp, ilk sıcaklığı geçince vanilya ve labne peynirini ilave edin. Soğuyana kadar ara sıra karıştırın. İyice soğuyunca krem şantiyi ekleyip tekrar karıştırın. Kadayıf kaselerine muhallebiyi paylaştırıp buzdolabında soğuyana kadar 1-2 saat dinlendirin. Dilediğiniz şekilde süsleyip servis yapın.













Kültür, sanat ve eğlence dolu bir dünya için D&R hep yanınızda





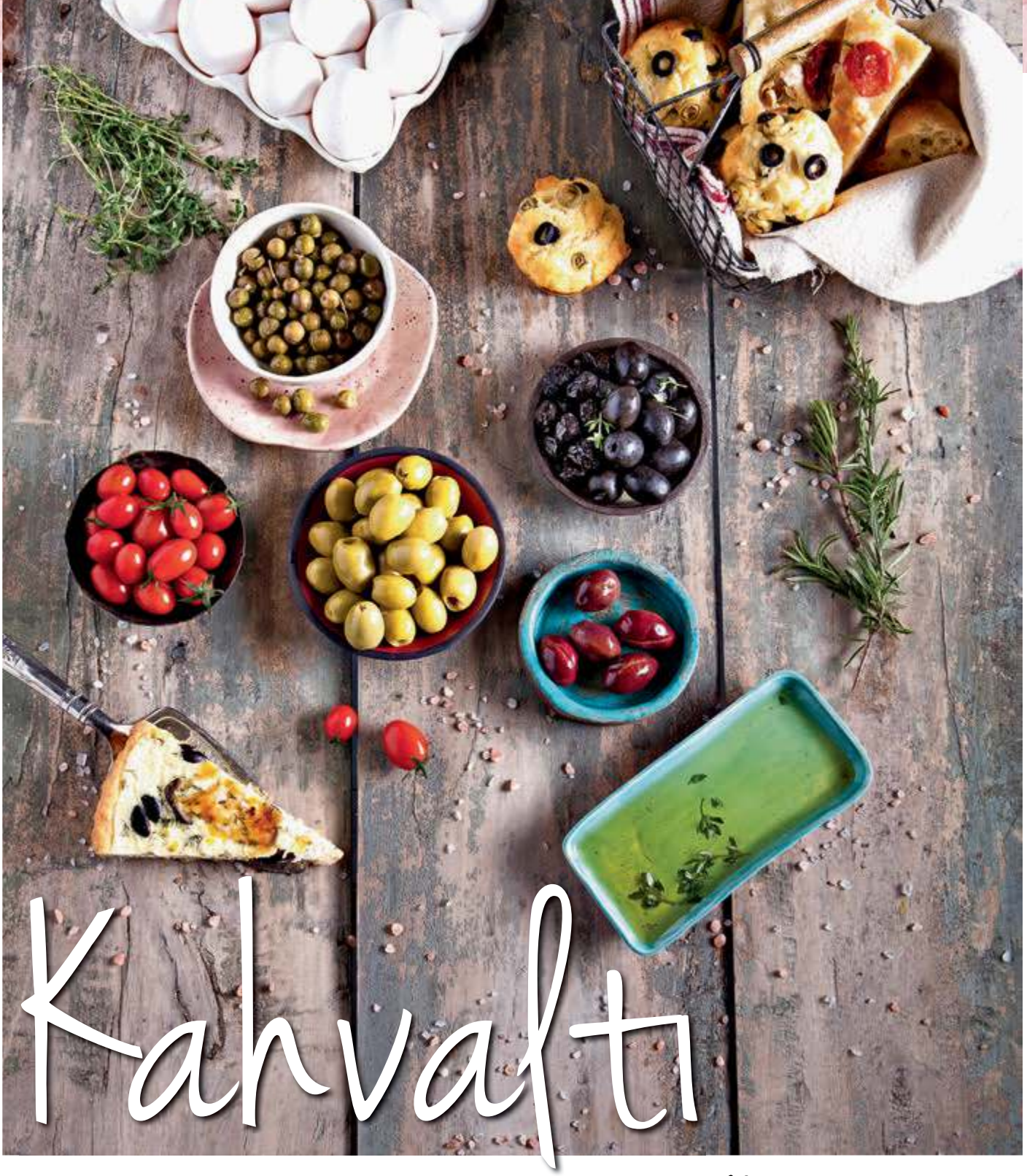






D&R MUSIC BOOK STORE

senin dünyan



Kahvaltı

Mutluluk Veren Öğün

"Kahvaltının mutlulukla bir ilgisi olmalı" der şair Cemal Süreya. Bizce de öyle! Bu mutluluğun şekli yani kahvaltı alışkanlıklarımızın ne olduğu, gün içindeki rutinimize, yaşa, beslenme gereklerimize, damak tadımıza göre değişiyor. Yine de bugün kahvaltı deyince renk renk reçel çeşitleri, türlü türlü peynir, tereyağı, olmazsa olmaz zeytin, ekmek ve başka unlu mamuller, sucuk, pastırma gibi et ürünleri, her haliyle yumurta, salçalar, baharat karışımları, zeytinyağı, tahıl ezmeleri, yağlı tohum ezmeleri, sert kabuklu kuru yemiş ezmeleri, pekmez, yeşillik, mevsime göre domates, salatalık, sivri, çarliston biber ve daha neler neler geliyor aklımıza. Meyve suları, süt, bitki çayları, kahve tamam kabulümüz de illa ki çay diyoruz. İyi demlenmiş siyah çaysız düşünemiyoruz kahvaltıyı;

çaysız olmaz diyoruz.

Kahvaltı, hafta sonları arkadaşlarımızla buluşmaya, büyük ailemizle çoluk çocuk bir araya gelmeye vesile olmaya başladı. Ne güzel; sofranın birleştirici gücü kahvaltıda katmerleniyor. Hatta büyük şehirlerde erken kahvaltı yerine sabahın geç saatlerinde başlayıp öğle saatlerine uzanan, bu nedenle de öğle yemeğinde yenebilecek bazı çeşitlerin de sofrada bulundurulduğu, çok zengin bir kahvaltı olan brunch'lara gider olduk artık. Brunch, İngilizce bir yapma sözcük. İngilizce kahvaltı anlamındaki breakfast ile öğle yemeği anlamındaki lunch sözcüklerinin birleştirilmesiyle yapılmış bir sözcük. Durum brunch'a geldi dayandı. Peki; kahvaltı ne ve biz ne zamandan beri kahvaltı ediyoruz?

ÇAYIN ETİMOLOJİSİ

En temelden, sözcüğün kendisinden başlayalım. Kahvaltı, kahve ve altı sözcüklerin-den türetilmiş bir sözcük. Eskiden kahve altı, kahve içilmeden önce ona altlık olarak yenilen şeyleri ifade eden bir terimdi. Kahve sözcüğündeki ince sesli 'e'nin zamanla düşmesi, iki sözcük birleşip kahvaltı haline dönüşünce bugün kullandığımız sözcük ortaya çıkmıştır. Kahvenin 16. yüzyıl ortasında Osmanlı toplumunda bilinir hale geldiğini hatırlayacak olursak, kahvaltı sözcüğünün daha önce bilinmesinin mümkün olmadığını da vurgulayabiliriz. Kahvaltı, kahve ile ilişkilendirilen bir terimdi; ama kahvaltıda kahve içilmiyordu. Kahve, kahvaltıdan sonra içilirdi, kahvaltı ile birlikte değil. Bugün kahvaltımızı çaysız düşünemiyoruz; ama başlangıçta kahvaltıda çay da içilmiyordu. Süt en belirgin içecekti. Çay, 19. yüzyıl ortalarından itibaren Osmanlı toplumunda tüketilmeye başlamıştır. Çayın bizde yaygınlaşması içinse Rize'de ticari ölçekte yerli çay tarımının başlaması gerekmiştir ki o da cumhuriyet dönemine denk düşer. Kısaca, bugün çoğumuz için kahvaltının vazgeçilmezi olan çay, bizim kültürümüzde aslında görece çok yeni bir içecek olduğundan kahvaltının ayrılmazı haline gelmesi de görece yenidir.

Çay, kahveye göre yenidir dedik. Kahvaltının kendisi de kültürümüzde görece yeni bir unsur çünkü kahvaltı toplumun genelinde bir esas öğün olarak sonradan ortaya çıkmıştır. Nasıl mı? Osmanlı saray ve konak hayatına dair bilgi edindiğimiz yazılı kaynaklara göre esasen günde iki kez yemek hazırlanıp yeniyordu. Osmanlı saray mutfak muhasebe kayıtlarına göre sarayda günde iki kez yemek çıkarılıyordu; subh (sabah) ve mesa (akşam) vakitlerinde. Sabah yemeğine kuşluk yemeği (taamı) da denirdi. Erken dönemde, namazdan hemen sonra ilk öğün yeme usulü yoktu. Akşam yemeği ise, güneş batmadan yenirdi. Kuşluk yemeğinin vaktinin nasıl hesaplanacağı da belli idi. Ancak, ev halkının ayrılma vaktine göre kuşluk taamının tam olarak bu kuşluk vaktinde mi, o vakti biraz geçerken mi yoksa daha geç mi yeneceği bazı farklılıklar gösterirdi. Şehirde günde temel olarak iki öğün yeme alışkanlığı, 19. yüzyıl sonuna, 20. yüzyıl başına kadar devam etmiştir. Şehirdeki beslenme ve öğünler ile kırsaldaki beslenme ve öğünler yakın zamana kadar çok büyük fark gösterirdi. Erken saatlerde tarlaya çalışmaya gidecek kişiler ile şehirde memuriyetine gidecek, dükkanını açacak kişilerin günün ilk öğününde ne tükettiği farklıydı. Kırsalda çorba, yufka ekmeği, peynir, zeytin ilk öğünde tüketilmeye en uygun, en pratik yiyeceklerdi. Çorba, bugün de bilhassa çok erken saatlerde kahvaltı etme zorunluluğu halinde ya da seyahat halindeyken tercih edilen bir kahvaltı seçeneğidir.

"KAHVALTI, HAFTA SONLARI ARKADAŞLARIMIZLA BULUŞMAYA, BÜYÜK AİLEMİZLE ÇOLUK ÇOCUK BİR ARAYA GELMEYE VESİLE OLMAYA BAŞLADI. NE GÜZEL; SOFRANIN BİRLEŞTİRİCİ GÜCÜ KAHVALTIDA KATMERLENİYOR."

SARAYDA KAHVALTI

Osmanlı sarayında 19. yüzyıl ve sonrasında yaşamış kişilerin anılarında sabah kahvesinin içilmesinden önce bazı şeyler yenildiğini belirttiklerini okuyoruz. 19. yüzyılın ikinci yarısında sarayda yaşamış Leyla Saz Hanım sabah erken vakitte bal, kaymak, peynir, reçel, bazen yumurta, zeytin, sucuk, füme et, havyar, yeşil salata gibi iştah açıcı yiyeceklerin bakır kaplar içinde, üzerleri kumaşla örtülü halde tepsilere koyularak mutfaktan hareme getirildiğini yazar.

19. ve 20. yüzyıl İstanbul konaklarında kahvaltı, ince kilerci kalfa tarafından sabah namazından hemen sonra hazırlanır ve hane sahibine sunulurdu. Kahvaltının ardında, kahveci kalfa, hane sahiplerine kahve ve çubuk (tütün çubuğu) sunardı. Araştırmacı Burhan Oğuz, Anadolu'da kahvaltının tütünaltı, çubukaltı, safralık gibi karşılıklarla da ifade edildiğini belirtir. 19. yüzyılda Avrupa'daki yemek zamanlarının çeşitli yazarların eserlerinde, kadın dergilerinde yazılan yazılarda belirtilmesi, İstanbul hanelerinde kahvaltının bir öğün olarak benimsenmeye başlamasında etkili olmuştu. Aslında Avrupa'da da 19. yüzyıl ortasına kadar günde esasen iki öğün yeniyordu. Ama çalışma saatlerinin resmi olarak düzenlenmesi ile öğle tatilinin 12:00'da başlamasıyla birlikte dışarıda çalışan şehirliler için öğün saatleri mecburen kaymış ve kahvaltı ilk öğün olarak yaygınlaşmıştır. İnce kileriniz birbirinden nefis kahvaltılarla dolu, sofranız daima bereketli olsun. Sevdiklerinizle beraber güzel kahvaltı sofralarında buluşmanız dileğiyle...

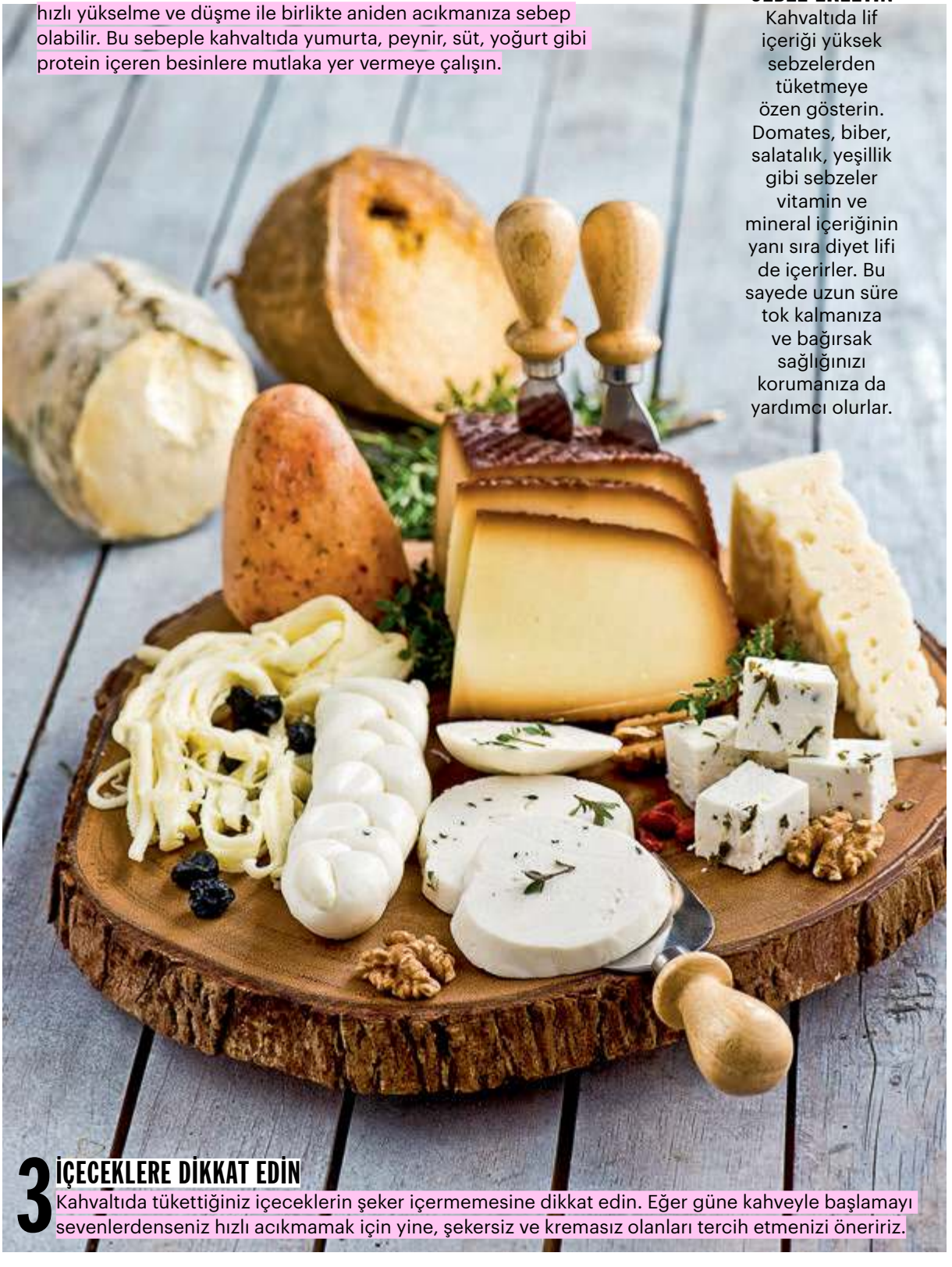
KAHVALTININ 3 ALTIN KURALI

1 PROTEİNE YER VERİN

Kahvaltıda mutlaka bir protein olması metabolizmanın hızlanmasına ve kasların korunmasına da yardımcı olur. Güne sadece karbonhidrat içeren besinlerle başlamak kan şekerinde hızlı yükselme ve düşme ile birlikte aniden acıkmanıza sebep olabilir. Bu sebeple kahvaltıda yumurta, peynir, süt, yoğurt gibi protein içeren besinlere mutlaka yer vermeye çalışın.

2 SEBZE EKLEYİN

Kahvaltıda lif içeriği yüksek sebzelerden tüketmeye özen gösterin. Domates, biber, salatalık, yeşillik gibi sebzeler vitamin ve mineral içeriğinin yanı sıra diyet lifi de içerirler. Bu sayede uzun süre tok kalmanıza ve bağırsak sağlığınızı korumanıza da yardımcı olurlar.



3 İÇECEKLERE DİKKAT EDİN

Kahvaltıda tükettiğiniz içeceklerin şeker içermemesine dikkat edin. Eğer güne kahveyle başlamayı sevenlerdenseniz hızlı acıkmamak için yine, şekersiz ve kremasız olanları tercih etmenizi öneririz.

PEYNİRLİ VE SOSİSLİ KAHVALTILIK

4-6 KİŞİLİK

150 gram çeçil peyniri ya da kaşar peyniri
4 adet sosis
1 su bardağı+ 4 yemek kaşığı elenmiş un
2 adet yumurta
350 ml süt
2 yemek kaşığı zeytinyağı
4 adet ada çayı yaprağı
Tuz

Un ve tuzu mutfak robotuna alın. Üzerine yumurta ekleyip orta devirde karıştırmaya başlayın. Süt ekleyip karıştırın. Orta boy fırın kabını 1 yemek kaşığı zeytinyağı ile yağlayıp sütlü karışımı fırın kabına dökün. Ayrı bir yerde kabaca doğranmış ada çayını kalan 1 yemek kaşığı zeytinyağında 2 dakika soteleyin. Ocaktan alıp peynir ilave edin ve harmanlayın. Daha sonra sütlü karışıma katıp çatalla hafifçe karıştırın. Halka doğranmış sosisleri üzerine dizip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Fırından alıp 10 dakika dinlendirin. Ilık veya sıcak servis yapın.

LOR PEYNİRLİ VE ÇİLEKLİ TATLI TOST

4 KİŞİLİK

200 gram tatlı lor peyniri
Bir buçuk su bardağı süt
2 adet yumurta
4 yemek kaşığı pudra şekeri
2 yemek kaşığı limon suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
8 dilim tost ekmeği
100 gram çilek

SOS İÇİN:
250 gram çilek
2 yemek kaşığı akçaağaç şurubu veya
2 yemek kaşığı toz şeker



Süt, yumurta ve 2 yemek kaşığı pudra şekerini tel çırpıcı ile karıştırın. Ekmekleri bu karışıma bulayıp, zeytinyağında önlü arkalı hafifçe kızartın ve kağıt havlu üzerine çıkarın. Ayrı bir yerde lor peyniri, limon suyu ve kalan 2 yemek kaşığı pudra şekerini karıştırın. 4 dilim ekmeğin üzerine lorlu karışımı sürüp dilimlenmiş çilek yerleştirin. Kalan 4 dilim ekmek ile üzerlerini kapatın. Sos için bütün çilekleri akçaağaç şurubu ile kaynatın. Tostların üzerine gezdirip servis yapın.

ZEYTİNLİ KİŞ

6-8 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN:
2 su bardağı un
Yarım su bardağı yoğurt
1 adet yumurtanın akı
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
Yarım paket kabartma tozu

ÜZERİ İÇİN:
150 gram karışık yeşil ve siyah zeytin
100 gram ufalanmış beyaz peynir
50 gram rendelenmiş cheddar peyniri
50 gram lor peyniri
1 adet yumurta
1 su bardağı süt
Dereotu

Zeytinlerin çekirdeklerini çıkarıp ikiye bölün. Üzerine peynirleri ve kıyılmış dereotunu ekleyip kenara alın. Kiş hamuru için tüm malzemeyi geniş bir kaba alıp yumuşak ve ele yapışmayan bir hamur elde edene kadar yoğurun. Orta boy bir tart kalıbını yağlayıp hamuru kalıbın kenarlarını da kaplayacak şekilde elinizle bastırarak yerleştirin. Kabarmasını önlemek için üzerine pişirme kağıdı serin ve içini tamamen kaplayacak kadar kuru bakliyat koyun. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 10-12 dakika pişirin. Sürenin sonunda kuru bakliyatı ve kağıdı alıp 5 dakika daha pişirin. Fırından alıp soğutun. Önceden hazırladığınız zeytinli karışımı bastırmadan kiş hamurunun üzerine yayın. Yumurta ve sütü çırpıp kişin üzerine dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında pişirin. Ilık olarak servis yapın.





PEYNİRLİ VE PASTIRMALI YUMURTA

4 KİŞİLİK

150 gram Abaza peyniri veya kaşar peyniri
5 dilim ince doğranmış pastırma
6 adet yumurta
1 su bardağı süt
1/4 çay kaşığı karabiber
1 adet acı kırmızıbiber
1 yemek kaşığı zeytinyağı
Yarım çay kaşığı tuz

Yumurta, süt, tuz ve karabiberi büyük bir kasenin içinde çırpın. Kıyılmış kırmızıbiber ve rendelenmiş peyniri ekleyip çatal yardımıyla karıştırın. Fırına girmeye uygun bir tavaya zeytinyağı ve pastırmayı alıp hafifçe pişirin. Pastırmayı pişirme kağıdı üzerine alın. Aynı tavaya yumurtalı karışımı döküp ocağın üzerine yerleştirin ve orta ateşte ortalama 5 dakika pişirin. Önceden ısıtılmış 175 derece fırında 20 dakika, ortası hafif yumuşak kalacak şekilde pişirmeye devam edin. Sıcak servis yapın.

DOMATESLİ BANDIRMALIK

2 KİŞİLİK

100 gram parmesan peyniri veya kaşar peyniri
1 su bardağı rendelenmiş domates
2 tatlı kaşığı doğranmış taze kekik
Yarım çay kaşığı karabiber
1 yemek kaşığı zeytinyağı
2 adet defne yaprağı
2 adet yumurta
1 çay kaşığı tuz

Rendelenmiş domates, kekik, tuz, karabiber, zeytinyağı ve defne yaprağını orta ateşte pişirmeye başlayın. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın ve 10 dakika kısık ateşte pişirin. İki adet porsiyonluk fırın kabına domates soslu karışımı paylaştırın. Her bir kaba birer adet yumurta kırıp üzerini peynirle kaplayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10 dakika pişirin ve sıcak olarak servis yapın.



EV YAPIMI GRANOLA

6 KİŞİLİK

2 su bardağı yulaf ezmesi
100 gram çiğ badem
100 gram çiğ kaju
3 yemek kaşığı bal
3 yemek kaşığı dut pekmezi
3 yemek kaşığı tahin
1 yemek kaşığı chia tohumu
2 yemek kaşığı keten tohumu
1 yemek kaşığı haşhaş tohumu
50 gram kurutulmuş dut
2 adet yumurtanın akı

Büyük bir kabın içine yulaf ezmesi, irice kıyılmış badem, irice kıyılmış kaju, bal, pekmez, tahin, chia, keten ve haşhaş tohumu katıp karıştırın. Ayrı bir kapta yumurta aklarını çatalla çırpıp iyice kabartın. Yulaf ezmesini kaba ekleyin ve karıştırın. Karışımı pişirme kağıdı ile kaplanmış bir fırın tepsisine yayın. Önceden 160 derecede ısıtılıp sonra 110 dereceye indirilmiş fırında 40 dakika pişirin ve bu süre içinde 5-6 kez karıştırın. Fırını kapatıp dut ekleyin ve fırın kapağını açmadan 1 saat dinlendirin. Soğuduktan sonra servis yapın.





Hepsi Meyveli

MEYVENİN EN BOL VE ÇEŞİTLİ OLDUĞU ZAMANLARDA, TATLI-TUZLU TÜM TARİFLERİNDE MEYVE KULLANARAK YEMEKLERİNE AYRI BİR TAT, AYNI ZAMANDA DERİNLİK KATAN YILDIZ ŞAHİNLER GİBİ SİZLER DE YAZ MEYVELERİNİN TADINI VE ŞİFASINI SOFRALARINIZA KONUK ETMEK İSTERSENİZ, LEZZET GARANTİLİ BU TARİFLERİ DENEYEBİLİRSİNİZ.

SELMA ŞEN **ERKİN ÖN**



YILDIZ ŞAHİNLER

yildizdann

İNCİRLİ KEK

8 KİŞİLİK

▼ 200 gram tereyağı ▼ 1 su bardağı toz şeker ▼ 2 adet yumurta ▼ Yarım çay bardağı süt ▼ 4 adet taze incir ▼ 1 paket vanilya ▼ 1 tatlı kaşığı karbonat ▼ 1 paket kabartma tozu ▼ 3 su bardağı un ▼ 2 dal taze biberiye ▼ Yarım su bardağı+1 çay bardağı file badem ▼ 150 gram tulum peyniri

ÜZERİ İÇİN: ▼ 1 adet biberiye ▼ 1 adet limonun rendelenmiş kabuğu

Tereyağı ve toz şekeri beyaz olana kadar çırpın. Yumurtaları teker teker ekleyip çırpmaya devam edin. Süt ve kabukları soyulup küçük küp doğranmış 2 adet inciri ilave edip çırpın. Ayrı bir kasede vanilya, karbonat, kabartma tozu ve unu karıştırın. Daha sonra incirli karışımın üzerine yavaş yavaş ilave ederek karıştırın. Taze biberiye ve yarım su bardağı bademi katıp karıştırın. Karışımı orta boy yuvarlak ve yağlanmış kek kalıbına döküp, üzerini düzeltin. Tulum peynirini ufalayıp kekin üzerine serpin. Kalan 2 adet inciri kabuğuyla birlikte istediğiniz gibi kesin ve kekin üzerine hafifçe batırarak yerleştirin. Kalan 1 çay bardağı bademi serpip, önceden ısıtılmış 170 derece fırında kontrol ederek pişirin. Arzuya göre biberiye ve rendelenmiş limon kabuğu ile süsleyip servis yapın.

▼ Bütün kek malzemelerinin oda sıcaklığında olmasına dikkat edin.
▼ Tereyağı ve toz şekeri çok iyi çırpmanız kekin daha güzel kabarmasını sağlayacaktır.
▼ Kekin iyi kabarması için pişerken ilk 20 dakika fırının kapağını açmamaya özen gösterin.

KARPUZLU SALATA

4 KİŞİLİK

400-500 gram çekirdeksiz karpuz
Yarım çay bardağı karışık kinoa
1 çay bardağı su
400 gram renkli kiraz domates
1-2 adet salatalık
200 gram Ezine peyniri
1 adet küçük boy kırmızı soğan
1 çay bardağı siyah zeytin

SOS İÇİN:
2 çorba kaşığı balsamic sirke
4-5 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz

ÜZERİ İÇİN:
Kıtır ekmekler, mikro filizler

Kinoa ve suyu tencereye alıp, suyunu çekene kadar haşlayın. Karpuzdan dondurma kaşığı ile yuvarlaklar çıkarın ya da küp doğrayın. Domatesleri ikiye veya üçe bölün. Salatalıkları ince kesin ve yuvarlayın. Peyniri küp, soğanı piyazlık doğrayın. Zeytinlerin çekirdeklerini çıkarın. Hepsini servis tabağına yerleştirin. Üzerine ekmek ve mikro filizleri ekleyin. Sos için tüm sos malzemesini bir kavanoza alıp iyice çalkalayın. Salatanın üzerine gezdirip servis yapın.



▼Mikro filiz yerine roka, taze biberiye veya kekik kullanabilirsiniz.
▼Kıtır ekmekler için evdeki bayat ekmeklerinizi ince ince kesip fırınlayarak değerlendirebilirsiniz.
▼Kinoa yerine bulgur da kullanabilirsiniz.



VİŞNELİ TAVUK BUT

4-6 KİŞİLİK

10-12 adet tavuk but
5-6 yemek kaşığı zeytinyağı
10-12 adet arpacık soğan
1-2 tutam ada çayı
1 su bardağı vişne
Taze karabiber, tuz

SOS İÇİN:
1 su bardağı vişne
1 çay kaşığı nişasta

Tavuk but, zeytinyağı ada çayı ve soğanları derin bir tavaya alın. Orta ateşte tavukların her yeri kızarana kadar pişirin. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Ocağın altını kısıp, çekirdekleri ayıklanmış vişneleri ekleyin. Kapağını kapatıp, ara sıra control ederek pişmeye bırakın. Sos için küçük bir kapta çekirdekleri ayıklanmış vişneleri nişasta ile karıştırın. Ocağa oturtup kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca 5 dakika daha pişirip ocaktan alın. Pişen tavuk butları servis tabağına alın. Üzerine vişneli sosu gedirip ılık olarak servis yapın.

ŞEFTALİLİ VE VİŞNELİ ÇÖREK

8 KİŞİLİK

HAMUR İÇİN:
3-4 su bardağı un
1 su bardağı pudra şekeri
50 gram tereyağı
1 adet yumurta
250 ml süt
1 paket kuru maya
1 tatlı kaşığı karbonat
1 çay kaşığı tuz

İÇ HARCI İÇİN:
4 adet şeftali
2/3 su bardağı vişne
2 yemek kaşığı toz şeker
1 çay kaşığı nişasta

ÜZERİ İÇİN:
Yarım çay bardağı süt

İç harcı için şeftalilerin kabuklarını soyup, küp doğrayın. Vişnelerin çekirdeklerini çıkarın. Meyveleri, toz şekeri ve nişastayı bir kaba alıp pişirin. Kaynadıktan 5 dakika sonra altını kapatın ve soğumaya bırakın. Hamur için un dışında kalan malzemeleri mikser ile iyice karıştırın. Ele çok yapışmayan, yumuşak kıvamlı bir hamur elde edene kadar azar azar un ekleyip yoğurun. Hamurdan yaklaşık 100 gram büyüklüğünde parçalar koparıp, elinizde yuvarlayın. Oklava ile hafifçe açın ve içlerine meyveli harcı pay edin. Hamuru birleştirerek kapatın ve yuvarlak bir hamur elde edin. Farklı şekilde bir çörek elde etmek isterseniz hamuru ısıya dayanıklı bir iple bağlayın. Üzerine süt sürüp, fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana kadar, kontrol ederek pişirin.



▼Hamuru akşamdan yapıp sabah kullanabilirsiniz.
▼İç harcınız kalırsa reçel olarak tüketebilirsiniz.
▼Bu tarifte kullanacağınız unun protein seviyesinin yüzde 14-15 olmasına dikkat edin.
▼Protein seviyesi yüksek unlar yoğurulmaya daha müsait olurlar ve yoğurdukça güzel bir kıvam alırlar.

KAVUNLU ETLİ SARMA

6 KİŞİLİK

▼ 300 gram asma yaprağı ▼ 300 gram kabukları temizlenmiş kavun (ortalama bir kavunun yaklaşık ¼ 'ü)
▼ 1 adet soğan ▼ 2 çorba kaşığı tereyağı ▼ 400 gram dana kıyma ▼ 1 çay bardağı pirinç
▼ 1 çay kaşığı yenibahar ▼ 1 çay kaşığı karabiber ▼ 1 avuç kabuksuz badem ▼ 1 avuç Antep fıstığı
▼ 2 çorba kaşığı kuş üzümü ▼ Yarım demet maydanoz ▼ Yarım demet dereotu ▼ Tuz

KAVUN SOSU İÇİN: ▼ 300 gram kabukları temizlenmiş kavun ▼ 2 çorba kaşığı tereyağı
▼ Yarım demet maydanoz ▼ Yarım demet dereotu



Kavun sos için kavunu rendeleyin. Tereyağı ile birlikte tencereye alın ve pişirin. Suyunu çeken sosun altını kapatın. Kıyılmış maydanoz ve dereotunu katıp karıştırın. Asma yapraklarını 10-12 adet gruplar halinde kaynar suda rengi koyulaşana kadar haşlayıp çıkarın ve suyunu iyice süzdürün. Kıyılmış soğan ve 1 çorba kaşığı tereyağını tencereye alıp, karıştırarak kavurun. Sırasıyla kıyma ve yıkanıp suyu süzdürülmüş pirinci ekleyip kavurmaya devam edin. Yenibahar, karabiber ve tuzu ilave edin. Badem, Antep fıstığı ve kuş üzümünü katıp karıştırın. Bu aşamada ½ çay bardağı su ekleyin ve harç biraz daha piştikten sonra ocağın altını kapatın. Üzerine kıyılmış maydanoz ve dereotunu ekleyip harmanlayın. Kavunu minik küpler halinde kesip harca ekleyin. Harç ve asma yaprakları iyice soğuduktan sonra 1 adet asma yaprağını sap kısmı size bakacak şekilde düz bir zemine yerleştirin. Ortasına 1 tatlı kaşığı harçtan koyup, sağ ve sol yaprakları katlayarak ortada birleştirin. Daha sonra rulo şeklinde katlayın. Asma yaprakları ve harç bitene kadar işlemi tekrarlayın. Sarmaları tencereye yerleştirip, üzerine kalan 1 çorba kaşığı tereyağını küçük küçük kesip serpiştirin. Sarmaların üzerine gelecek kadar su ilave edip, pişerken dağılmamaları için porselen bir tabağı ters çevirip yerleştirin. Tencerenin kapağını kapatıp, orta ısıda kontrol ederek pişirin. İsteğe bağlı olarak sarmaları kavun sosu ile birlikte servis yapın.

ERİKLİ CRUMBLE

6-8 KİŞİLİK

12 adet anjelik erik
5-6 yemek kaşığı esmer şeker
2 dal taze kekik
Yarım çay kaşığı tarçın

HAMUR İÇİN

100 gram tereyağı
1.5 su bardağı yulaf
2-3 yemek kaşığı un
1.5 su bardağı ceviz
3 yemek kaşığı toz şeker
1 paket vanilya
1 tutam tuz

SERVİS İÇİN:

Vanilyalı dondurma

Hamur için tereyağı hariç kalan malzemeyi mutfak robotundan geçirin. Soğuk tereyağını minik küpler halinde ilave edip iyice kum tanesi gibi olana kadar karıştırın. Streç filme kaplayıp buzdolabına kaldırın. Erikleri küpler halinde kesip bir tencereye alın. Esmer şeker, kekik ve tarçın ilave edip pişirin. Pişen karışımı orta boy bir fırın kabına boşaltın. Üzerine buzdolabındaki hamuru serpiştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri hafif kızarana kadar pişirin. Dondurma ile birlikte servis yapın.



PÜF

▼ Hamur gözünüze çok geldiyse buzluğa kaldırıp daha sonra kullanabilirsiniz. Hatta hamuru fazla yapıp bir sonraki sefer için buzdolabında muhafaza edebilirsiniz.
▼ Yaptığınız crumble'ı fırın kabıyla pişmeden, üzerini streç filme kaplayak buzlukta saklayabilir. Pişirmek istediğinizde ise streç filmi çıkarıp direk olarak fırında pişirebilirsiniz.
▼ Anjelik erik yerine şeftali, vişne, böğürtlen, ceviz yerine ise badem veya fındık kullanarak farklı tatlar elde edebilirisiniz.
▼ Beyaz un yerine tam buğday unu kullanabilirsiniz.

CHILI SOSLU KARPUZ KABUĞU SALATASI

1 adet orta boy karpuzun kabuğu
2 yemek kaşığı
chili sos
2 dal maydanoz
1/2 çay kaşığı tuz

Karpuz kabuklarının beyaz kısımlarını alarak ince şeritler olacak biçimde dilimleyin ve servis tabağına alın. Ayrı bir yerde chili sos ve tuzu iyice çırpın. Karpuz kabuklarının üzerine gezdirip buzdolabında 30 dakika dinlendirin. Maydanozla süsleyip servis yapın.



aklınızda bulunsun!

Aklınızda bulunsun! Beyaz kısımlarını kullandığınız karpuz kabuklarının yeşil bölümlerini sirkeli suyla iyice yıkayıp duruladıktan sonra çok ince şeritler halinde doğrayarak salatalarınızda yenilebilir süsler olarak değerlendirebilirsiniz.

Karpuz Kabuğundan Lezzetler

SERİN SERİN İÇİ YENİLDİKTEN SONRA BOL MİKTARDA ARTA KALAN KARPUZ KABUKLARI YAZ AYLARINDA EN FAZLA ZİYAN EDİLEN MALZEMELERİN BAŞINDA GELİR VE ÇÖP OLUP GİDER. TARİFLERİMİZLE EN GÜZEL ŞEKİLDE DEĞERLENDİREBİLİRSİNİZ.



KARPUZ KABUĞU TURŞUSU

◆ 1 adet orta boy karpuzun kabuğu
◆ 5 litrelik cam kavanoz ◆ 2 su bardağı elma sirkesi
◆ 1 çay bardağı kaya tuzu ◆ 1 çay kaşığı kişniş
◆ Yeteri kadar su

KARPUZ KABUKLARINI YIKAMAK İÇİN:
◆ Sirke

Karpuzu sirkeli suyla iyice yıkayıp kurulayın. Ardından kabuğunun iç kısmında biraz kırmızılık kalacak şekilde soyup irice doğrayın ve 5 litrelik cam kavanoza yerleştirin. Üzerine sirke, kaya tuzu ve kişniş ekleyerek karpuz kabuklarının üzerini hafif geçecek şekilde içme suyu ilave edin. Kapağını sıkıca kapatıp 10 gün güneş almayan bir yerde dinlendirin. Sürenin sonunda, karpuz kabukları yeşilden sarıya döndüğünde yemeklerin yanında servis yapın.

SOYA SOSLU VE PİRİNÇ SİRKELİ KARPUZ KABUĞU

◆ 1 adet orta boy karpuzun kabuğu
◆ 1 yemek kaşığı soya sosu ◆ 2 çay kaşığı pirinç sirkesi
◆ 2 çay kaşığı susam yağı ◆ 1/2 çay kaşığı kavrulmuş susam

Geniş bir kapta soya sosu, pirinç sirkesi ve susam yağını iyice çırpın. Karpuz kabuklarının beyaz kısımlarını sıyırıp alın ve ince şeritler şeklinde dilimleyin. Üzerine soya soslu karışımı gezdirip harmanlayın. Buzdolabında 2 saat dinlendirip servis tabağına alın ve üzerine susam serperek servis yapın.



KARPUZ KABUĞU CARPACCIO

◆ 1 adet orta boy karpuzun kabuğu
◆ 50 gram kurutulmuş domates
◆ 2 yemek kaşığı zeytinyağı
◆ 1 Türk kahvesi fincanı balzamik sirke
◆ 1/2 çay kaşığı taze çekilmiş karabiber
◆ 1/2 çay kaşığı deniz tuzu

Karpuz kabuklarının iç beyaz kısımlarını neredeyse şeffaf olacak kadar soyun ve dilimleyin. Geniş bir kaba alıp üzerine kurutulmuş domates, zeytinyağı, balzamik sirke, karabiber ve tuz ekleyerek bir gün buzdolabında dinlendirin. Daha sonra kabukları servis tabağına alın. Üzerine karışımdan kalan domatesleri doğrayarak serpiştirin ve karışımdan damlatın. Dilediğiniz şekilde süsleyip servis yapın.


Eğlence, heyecan, aile dayanışması ve muhteşem ödüller!
Ferit Aktuğ'un sunumuyla
SALI 20.00
atv 'de
ŞANS KAPIYI ÇALINCA
atv
www.atv.com.tr
facebook.com/atv
twitter.com/atvcomtr

TAKİP ETMEK DEĞİL **GÜVENMEK** İSTİYORUM.

ÖY-
LEY-
SE

BEN ♥ DERGİ

la Vert Muhit BAZAAR Esquire HouseBeautiful HOME Sofra minika ÇOCUK DERGİSİ GQ DERGİSİ
VOGUE GQ otohaber sabitfikir PARA CHINA TODAY ŞAMDAN Plus

#ben♥dergi

TURKUVAZ DERGİ

Sağlıktan Modaya, Ekonomiden Teknolojiye

Bi Dünya Dergi e-dergi'de!



▼ HEMEN İNDİR ▼

Google Play 'DEN ALIN

App Store'dan İndirin

e-dergi | Türk Telekom Değerli Hissettirir

***Kampanya kapsamında e-dergi kullanım hakkı bulunan, mobil müşteriler için geçerlidir.**

Türk Telekom mobil müşterisiyseniz, tarife veya kampanya kapsamında e-dergi kullanım hakkınız bulunuyorsa, Türk Telekom mobil numaranızla üye olup, e-dergi aylık aboneliğinizi ücretsiz başlatabilir, Türk Telekom mobil internetinizle yurt içinde e-dergi mobil uygulamasından limitsiz ve sınırsız yararlanabilirsiniz. Türk Telekom tarife ve paketleri kapsamında e-dergi kullanım hakkı bulunmayan aboneler için güncel fiyat bilgisiyle diğer detaylar turktelekom.com.tr'de.