RAMAZAN SOFRANIZ ATIKSIZ OLSUN!

Sofra

81 TARİF

YUFKA ÇANAĞINDA
BAYAT EKMEK SUFLESİ

Tarifi 47. sayfada

MAYIS 2019 / 05 SAYI: 283

LEZZET GELENEĞİ
PASTIRMA



FİYATI: 10 TL
KKTC FİYATI: 13 TL
9 771304 554001 05
ISSN 1304 - 5547

Muhteşem ikili
HURMA & ÇİKOLATA

LEZİZ HAMURİŞLERİ

Nasıl yapılır?
KANDİL SİMİDİ

İFTARDAN SAHURA
Ramazan bereketi


Koç
444 0 888
Yetkili Servis İçin Tek Numara
www.beko.com.tr


Beko'dan
lezzet ikilisi
360 ısı teknolojisiyle kokuları karıştırmayan
Beko ankastre fırın ve 9 farklı ısı seviyesine
sahip Beko ankastre ocakla
yemekler hep tam kıvamında!
360 ISI teknolojisi
Kokular karışmaz
9 ISI seviyesi
beko
Yanındayız.



editörden

Her şeyden “yeterince” olsun...

Sevgi, birlik ve hoşgörü ikliminin yoğun şekilde hissedildiği, bolluğun-bereketin paylaşıldıkça arttığı bir Ramazan ayına daha kavuşmuş bulunuyoruz... Benim bu Ramazan ayından beklentim her şeyin “yeterince” olması...

Bedensel ihtiyaçlarımızı karşılayan gıdalardan ruhsal gereksinimlerimize kadar, hepsinden “yeterince” olsun...

Yemeklerin yağını-tuzunu-şekerini yeterince ayarlayalım mesela... Mevsime uygun, yerel ürünlerle beslenirken, porsiyonları abartmadan, dozunu kaçırmadan tüketelim...

Yeterince su, yeterince protein, yeterince yağ, yeterince karbonhidrat alarak, beslenme düzeninde ideal “denge”yi oluşturmaya çalışalım... Uzmanların fikirleri kulağımıza küpe olsun ama bedenimizin verdiği sinyalleri de göz ardı etmeyelim!

Hem alışveriş aşamasında, hem de mutfakta yemek hazırlarken “makul ölçüde” ve “kararınca” davranalım...

Ve tabii paylaşmak çok değerli... İsrafa kaçmadan, büyük-geniş sofralar kuralım... Konu-komşu, eş-dostla paylaşalım payımıza düşenleri... Sadece bedeni beslemekle olmuyor tabii... Unutmayalım ki Ramazan sadece fiziksel değil, aslen ruhsal detoksu hatırlatmalı her birimize...

Fiziksel ihtiyaçların yanı sıra ruhumuzu da güzel duygularla besleyip, çevremize örnek olmak için Ramazan’ın bize sunduğu fırsatları değerlendirelim...

Yardımlaşma ve paylaşım, yılın sadece bir ayıyla sınırlanamaz ancak sofralarımızı mümkün oldukça kalabalıklaştırmak, ihtiyaç sahiplerini gözetmek için Ramazan ayından daha uygun bir fırsat olur mu?

Biz de mevsimin getirdiği nimetlerden faydalanarak, karınca kararınca bir Ramazan Sofra’sı hazırlamaya çalıştık sizler için... Deneyimli şeflerimizin ellerinden çıkan lezzetlerin, bolluğun ve bereketin paylaşıldığı, Ramazan ruhuna yakışır sofralarınızda “yeterince” yer bulabilmek dileğiyle...

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

Helvalı Tart



Malzemeler:
Hamur:
200 g (1,5-2 su bardağı) un
70 g (1 çay bardağı) Dr. Oetker Pudra Şekeri
1 poşet Dr. Oetker Şekerli Vanilin
100 g oda sıcaklığında tereyağı
1 yumurta
Dolgu:
1 poşet Dr. Oetker Tavukgöğsü
400 ml (2 su bardağı) süt
25 g margarin
50 g sade-kakaolu tahin helvası
50 g (1 çay bardağı) iri kırılmış ceviz
Üzeri için:
50 g sade-kakaolu tahin helvası
1,5 yemek kaşığı limon suyu
50 ml (yarım çay bardağı) süt
Süslemek için:
1-2 yemek kaşığı üzüm pekmezi
Ceviz
Kalıp:
Kelepçeli kalıp (Ø 20 cm)

Hazırlanışı:
Hamurun hazırlanışı:
Kalıbı margarin ile yağlayın. Unu bir kaba eleyin. Üzerine pudra şekeri, şekerli vanilin, tereyağı ve yumurtayı ilave edip yoğurun. Hamuru kalıba alın, tabanı kaplayacak ve 2 cm yüksekliğinde kenar oluşturacak şekilde eliniz ile bastırarak yayın. Çatal ile birçok yerinden delin ve dondurucuda 15 dakika bekletin.

Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Elektrikli fırın ayarı:
Turbo pişirme: 180°C (önceden ısıtılmış)
Alt-üst pişirme: 190°C (önceden ısıtılmış)

Süre sonunda hazırladığınız hamuru fırına alın ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 20-25 dakika

Fırından çıkarın ve soğumaya bırakın.

Dolgunun hazırlanışı:
Sütü bir tencereye alın, üzerine tavukgöğsü poşetini boşaltın ve orta ateşte sürekli karıştırarak pişirin. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın ve margarini ilave edin. 3-4 dakika daha karıştırarak pişirmeye devam edin. Ocaktan alın ve soğumaya bırakın.

Tahin helvasını küçük küpler şeklinde kesin ve soğuyan tavukgöğsüne ilave edin. Cevizleri de ekleyip kaşık ile yavaşça karıştırın. Soğuyan tartın tabanına hazırladığınız dolguyu yayın.

Üzerinin hazırlanışı:
Fırını ızgara programında 200°C'ye ayarlayıp çalıştırın.

Tahin helvasını çatal ile ezin. Üzerine limon suyunu ekleyin ve çatal ile ezerek karıştırın. Sütü azar azar ilave ederek pürüzsüz bir yapı oluncaya kadar karıştırın. Hazırladığınız karışımı tartın üzerine yüzeyi kaplayacak şekilde yayın. Fırının üst rafında üzeri kızarıncaya kadar yaklaşık 10-12 dakika bekletin.

Süsleme ve servis:
Fırından alın. Oda sıcaklığına gelince buzdolabına alın ve 2-3 saat bekletin. Kalıptan çıkarıp servis tabağına alın. Üzerini pekmez ve ceviz ile süsleyip dilimleyerek servis yapın.

Dr.Oetker
İşin özü kalitedir.



Keşküllü Kadayıf



Malzemeler:
Dolgu:
1 poşet Dr. Oetker Keşkül
600 ml (3 su bardağı) süt
Kadayıf için:
200 g çiğ tel kadayıf
100 g (1 su bardağı) öğütülmüş Antep fıstığı
100 g eritilmiş tereyağı
Şurup:
130 g (1,5 çay bardağı) toz şeker
150 ml (1,5 çay bardağı) su
Süslemek için:
Antep fıstığı
Kalıp:
4 adet pişirme kalıbı (Ø 12 cm)

Hazırlanışı:
Dolgunun hazırlanışı:
Sütü bir tencereye alın ve üzerine keşkül poşetini boşaltın. Orta ateşte karıştırarak pişirin. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın ve 3-4 dakika daha pişirmeye devam edin. Ocaktan alıp arada karıştırarak 15-20 dakika soğutun.

Kadayıfların hazırlanışı ve pişirme:
Kalıpları margarin ile yağlayın. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Elektrikli fırın ayarı:
Turbo pişirme: 170°C (önceden ısıtılmış)
Alt-üst pişirme: 180°C (önceden ısıtılmış)

Kadayıfları 1-2 cm uzunluğunda koparıp geniş bir tepsiye alın. Üzerine öğütülmüş Antep fıstıklarını döküp eliniz ile iyice karıştırın. Üzerine tereyağını gezdirerek dökün. Eliniz ile alttan üste doğru ezmeden karıştırarak yağın kadayıfların her tarafına eşit şekilde dağılmasını sağlayın. Hazırladığınız Antep fıstıklı kadayıfların 2/3'ünü kalıpların tabanına eşit şekilde paylaştırın ve üzerlerine eliniz ile bastırarak yayın. Kadayıfların üzerine soğuyan keşkülü paylaştırın ve kaşığın tersi ile düzgünce yayın. Üzerlerine kalan kadayıfları yayın ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 35-40 dakika

Şurubun hazırlanışı:
Tatlı fırında pişerken şurubu hazırlayın. Toz şeker ve suyu bir tencereye alıp orta ateşte karıştırarak kaynatın. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın. 3 dakika daha kaynatın, ocaktan alın ve yaklaşık 15-20 dakika bekletin. Pişen tatlıyı fırından çıkarın ve 5 dakika bekletip üzerlerine şurubu dökün. Antep fıstıkları ile süsleyip ılık veya soğuduktan sonra servis yapın.

Dr.Oetker
İşin özü kalitedir.



Bu hafta burcun sana ne diyor?

Doğum yerin, saatin ve tarihine göre sana özel burç yorumları her hafta SİM'de.

Kadınların akıllı uygulaması



Hem de ücretsiz

İndir Öğren

App Store'dan İndirin

Google Play 'DEN ALIN

içindekiler

MAYIS 2019



deneyin

PASTIRMALI PEYNİRLİ SUFLE

Tarifi **33.** sayfada



62



18



68

8 Ajanda
10 Öneriler
12 Kitaplık D&R
14 Dengeli Beslenme
İdeal Ramazan beslenmesi
16 Yakın Plan Ramazan ve israf
18 Ramazan Özel
Seraf Restaurant'tan menü önerisi
28 Advertorial Bağdat Baharat
30 Gelenekten Günümüze Pastırma
36 Davet Sofrası
İftar konuklarına ikramlar
42 Nasıl Yapılır? Kandil simidi
46 Ramazan Özel Leziz hamurişleri
54 Davet Sofrası
Sanatçı elinden Özbek yemekleri
62 Atıksız Sofra
68 Anne Mutfağı
74 Pratik Tatlar Brunch tadında iftar
82 Çikolatalı Tatlar
Hurma ve çikolata buluşması
88 Türk Mutfağı
Hyatt Regency İstanbul Ataköy
92 Dilşat'ın Deneme Mutfağı
Meyveli tatlılar
100 Ece'nin Mutfağı
Ramazana bahar hafifliği
106 Modern Yorumlar
Anneler Günü pastası
108 Alışveriş
110 Tanıtımlar
114 Fihrist

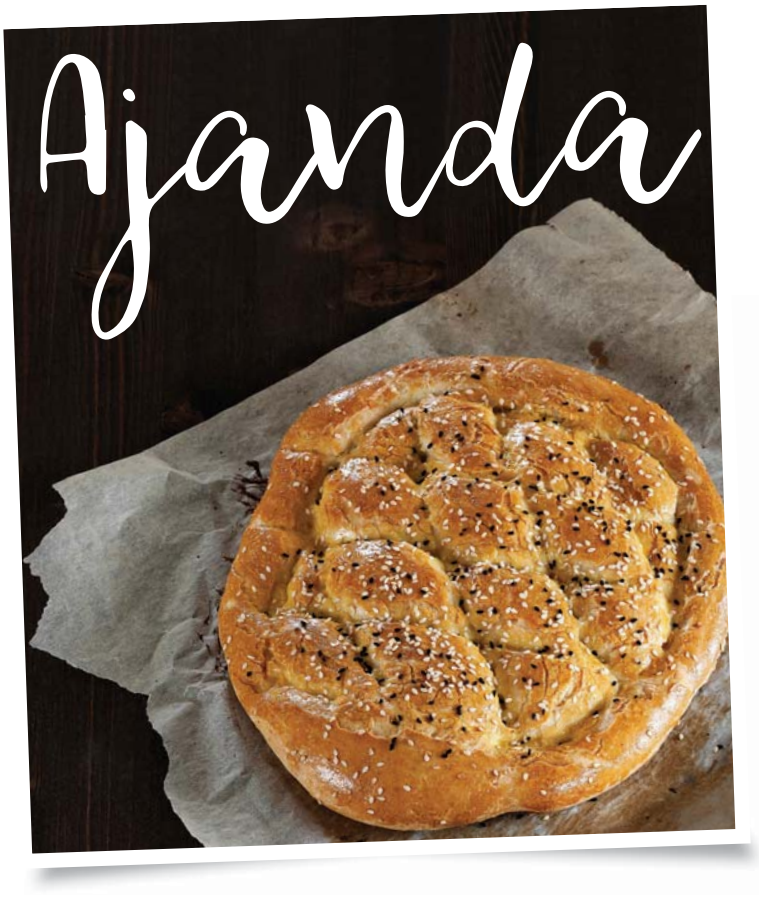
U.S. POLO ASSN.

SINCE 1890



İLKBAHAR'19

Ajanda



1-30 mayıs

MUTFAK SANATLARI AKADEMİSİ'NİN (MSA) PROGRAMINDA ARALARINDA ŞEKERSİZ&UNSUZ (9 MAYIS), RAMAZAN PİDESİ (10 MAYIS), ANNEMİN TARİF DEFTERİ (12 MAYIS), İLK DAVET MENÜM (18 MAYIS), SAKATAT (20 MAYIS), ANADOLU'DAN-URFA (24 MAYIS) VE ŞARKÜTERİ)'NİN (26 MAYIS) DE YER ALDIĞI ATÖLYELERE KATILABİLİRSİNİZ. TEL: (0212) 290 35 50

- **1-30 MAYIS** İntema Yaşam Akademi, ay boyunca farklı tarihlerde Ramazan ayına özel menülerden davet sofralarına ve dünya mutfaklarına dek uzanan zengin bir program sunuyor. Tel: 0850 311 70 70
- **1-5 MAYIS** Afyonkarahisar Caz Festivali NG Afyon Otelde yapılıyor.
- **3-4 MAYIS** Türkiye'nin tek gece pikniği Urban Picnic, Kemer Country Orman Evi'nde Hybrid ve Yemek.com tarafından gerçekleştiriliyor.
- **18-19 MAYIS** Sağlıklı yaşam trendinin festivali Reformist, "Reform Yourself" teması ile Feriye'de düzenleniyor.
- **25-26 MAYIS** Küçük Çiftlik Park'ta "Oyun" teması ile düzenlenen Yaratıcı Çocuk Festivali tüm çocukları yaratıcılıklarını oyun yoluyla keşfetmeye çağırıyor.
- **29 MAYIS** Türkiye MS Derneği ve Eczacıbaşı İlaç Pazarlama'nın "ojektifiMSensin" projesi kapsamında düzenlenen sanat atölyelerine katılan MS hastalarının eserleri İstanbul Modern'de sergileniyor.

TURKUVAZ

Sofra

Sahibi
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

Tüzel Kişi Temsilcisi ve Genel Müdür:
YASEMİN GEBEŞ

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

Katkıda bulunanlar:
KÜBRA ALTAY, ECE TAŞTAN, DİLŞAT YAŞAR AYŞE ÜNAL, YILDIZ ŞAHİNLER, HÜLYA IŞIK MÜJGAN YURTSEVEN, MELİS ÇOLAK

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

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

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

ABONELİK
Abone Operasyon Müdürü: **UFUK KOCAOĞLU**
Çağrı Merkezi: **444 88 81**
abone@turkuvazabone.com - www.turkuvazabone.com
http://www.facebook.com/TurkuvazMedyaAboneHizmetleri
http://twitter.com/#!/TurkuvazAbone

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

Turkuvaz Dergi Tel: (0 212) 354 30 00 Fax: (0212) 354 36 31
Yazışma Adresi: Turkuvaz Dergi Grubu, Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İSTANBUL
Yayının Türü: Yerel, süreli FIPP üyesidir.
Yönetim Yeri: Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İstanbul
Yayımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Matbaa Genel Müdürü: **MEHMET KAMİLOĞLU**
Basımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Basıldığı Yer: Akpınar Mah. Hasan Basri Cad. No: 4 Sancaktepe-İstanbul
Tel: (0216) 585 90 00 - www.turkuvazmatbaacilik.com
Basıldığı Tarih: MAYIS 2019
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
Dergi İşletme Müdürü: **HAKAN DEMİRCİ**


A STAR ALLIANCE MEMBER
YENİ EVİMİZDEN
DÜNYAYI KEŞFEDİN
Dünyanın en fazla ülkesine uçan havayoluyla,
artık dünyanın en yeni havalimanını deneyimleme ayrıcalığına sahipsiniz.
İSTANBUL HAVALİMANI
TURKISH AIRLINES
Istanbul Airport
IGA



DÜNYANIN TÜM RENKLERİ

Porland'ın etnik desenlerden ilham alarak tasarladığı yeni koleksiyonu Posh, Anneler Günü'nde renkli ve eğlenceli sofralar kurmak isteyenler için alternatif ürünler sunuyor. Tekli satın alma seçeneği ile kendi takımınızı oluşturabileceğiniz koleksiyonu, annenize şık bir hediye olarak da düşünebilirsiniz.

AKILLI PİŞİRİCİLER

FAKİR HAUSGERÄTE'NİN YENİ GOURMET SERİSİ'NDE YER ALAN AKILLI PİŞİRİCİLERİ GUVECH VE NOSSO KALABALIK İFTAR SOFRALARI İÇİN LEZİZ VE SAĞLIKLI YEMEKLER HAZIRLAMAYI PRATİK HALE GETİRİYOR.





DOĞANIN ŞİFASI

HERBY, YORGUNLUKTAN SOĞUK ALGINLIĞINA, UYKU SORUNLARINDAN DİYET DÖNEMLERİNE DEK HEM RUHUNUZUN HEM BEDENİNİZİN İHTİYAÇ DUYDUĞU HER ANDA, DOĞANIN HEDİYESİ ŞİFALI BİTKİLER İLE HAZIRLADIĞI 6 FARKLI İÇERİKTEKİ ÇAYI İLE DESTEK SAĞLIYOR.

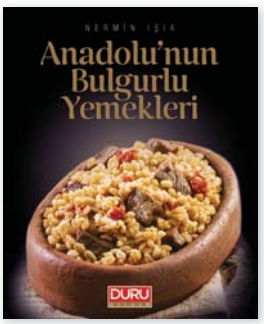
GÜLLAÇSIZ OLMAZ!

Ramazan sofraları güllaçsız olmaz diyenlerdenseniz Özsüt'ün klasik güllacının yanı sıra kendi üretimi olan kaymakla lezzetini katladığı kaymaklı güllacı denemenizi tavsiye ediyoruz.



Hazırlayan: **MİNE NARTOP**

KİTAPLIK



SAKLI LEZZETLER

Duru Bulgur, Anadolu'nun Bulgurlu Yemekleri kitabında Türk Mutfağı'nın unutulmaya yüz tutan bulgurlu tariflerini bir araya getirdi. Dr. Nermin Işık tarafından hazırlanan kitap, çorbalardan köftelere, etli yemeklerden dolma ve sarmalara dek 9 farklı bölümden oluşuyor.



BENLİĞİNİZİ KEŞFEDİN!

Yaşam koşu Doris Hofer'in Lav sponsorluğunda hazırladığı kitabı "İçindeki Sen" piyasaya çıktı. Libros Yayınları'ndan çıkan kitapta lezzetli ve sağlıklı tariflerin yanı sıra, mutlu ve kaliteli bir hayat için yapılması gerekenlere dair ipuçlarına da yer veriliyor.



BESLENME VE ZAMAN

Dr. Ayşegül Çoruhlu, Doğan Kitap tarafından yayınlanan Sirkadiyen Beslenme adlı kitabında kilo kontrolü ve yemek zamanı arasındaki bağlantıya dikkat çekerek, günün saatlerine uygun beslenme ve yaşam şekline dair bilgiler paylaşıyor.

Paşabahçe ile hep birlikte...



ŞİŞECAM

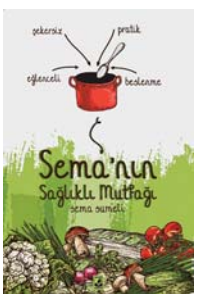
pasabahce.com.tr

/pasabahce

Paşabahçe

D&R'dan gerçek lezzet meraklılarına...

Yemek sizin için bir tutkuysa, fırsat buldukça mutfakta zaman geçirmekten keyif alıyorsanız, D&R'da bulunan yemek kitapları çok işinize yarayacak. Geleneksel tariflerden dünya mutfağına, ünlü şeflerin menülerinden mutfak kültürüne en iyi yemek kitapları D&R'da sizi bekliyor!



SEMA'NIN SAĞLIKLI MUTFAĞI

Kendisine konan Tip 2 Diyabet teşhisinden sonra diyabeti alt etmek için Bütünsel Beslenme ve Fonksiyonel Tıp Sağlık Koçluğu eğitimleri alan Sema Sumeli, "Sema'nın Sağlıklı Mutfağı" kitabında kendisi gibi olanlar ve çok sevdiği tatlı, börek ve keklerden vazgeçmek istemeyenler için alternatif tarifler veriyor.



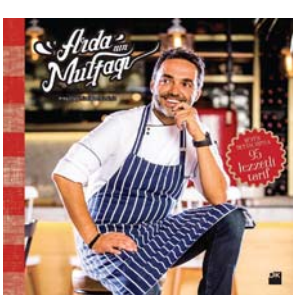
MAMAERA

Zeynep Benhisavi Çelik, "Mamaera" kitabında ailece sofraya oturduğumuzda hepimizin keyif alarak yediği, pişirirken eğlendiği, hem lezzetli hem de sağlıklı tarifleri, özenle oluşturup, bir araya getiriyor. Pratik tariflerin yer aldığı kitap, gittikçe azalan evde yemek yapma alışkanlığını tekrar hayatlarımıza katma yolunda önemli bir misyon üstleniyor.

ANADOLU SOSLARI

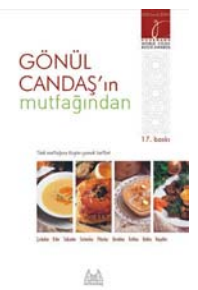
Gökçen Adar uzun yıllara dayanan arşiv çalışmasıyla Anadolu'nun dört bir yanından yemekler, mezeler, salatalar ve tatlılar derledi. Hepsi de soslar dünyasının birer parçası olan bu tariflerin arasına bilgi notlarının yanı sıra kimi zaman kendi yaşamından örnekler, anekdotlar ve hatıralar da ekledi ve Anadolu Sosları kitabını hazırladı.





ARDA'NIN MUTFAĞI

"Arda'nın Mutfağı" kitabı, kolayca bulabileceğimiz ürünleri kullanarak, sıra dışı sonuçlara ulaşmanın yollarını sunuyor. Arda Türkmen, hafta içi dünya için, hafta sonu kendi için yemek yiyenlere, iyi yemek yemeyi sevenlere adadığı kitabında, sıradan malzemelerle sıra dışı lezzetler hazırlamak isteyen mutfak meraklılarına hitap ediyor.



GÖNÜL CANDAŞ'IN MUTFAĞINDAN

Türk ve dünya mutfaklarının en sevilen lezzetlerinin yer aldığı "Gönül Candaş'ın Mutfağından", 400'ü aşkın denenmiş yemek tarifi içeriyor. Kitapta yer alan yemek tarifleri besin değerleri, aile bütçesine uygunluk, pratiklik ve lezzet kriterleri göz önüne alınarak seçildi.



ÖZEL BESLENENLER İÇİN TARİFLER

Sıla Baki Alkan, kızı Bade için hazırladığı şifa dolu tarifleri "Özel Beslenenler İçin Tarifler" kitabında bir araya getirdi. Sağlıklı gıda arayışında olanlara hitap eden kitapta, şekersiz doğum günü pastasından sağlıklı hamburgere kadar özellikle çocukların çok seveceği birbirinden farklı ve keyifli tarifleri bulabilirsiniz.

YEPYENİ BİR LEZZETE KANAT AÇIYORUZ!

Pekin ördeğinin eşsiz tadını
Türkiye'nin tüm sofralarına taşıyoruz!

PEKİN ÖRD

PEKİN ÖRDEĞİ



beypilic®

ağzınıza sağlık

www.beypilic.com.tr



DENGELİ BESLENME

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

RAMAZAN İÇİN Beslenme önerileri

Ramazan ayı, bedenimizin ve ruhumuzun arınmasını sağlayan özel bir dönemi kapsar. Bu dönemde ideal beslenme, öğün sıklığının normal hayata en yakın şekilde uygulanması ile sağlanabilir. Ramazan ayında oruç tutabilenlerin beslenme alışkanlıkları normale göre oldukça değişiklik gösterir. Öğün sayısı azalır, üç ana öğün olan günlük beslenme iki öğüne düşerken, özellikle kırmızı et, ekmek, pilav, makarna, hamurişleri, tatlı ve börek tüketimi artar. Buna karşılık sebze, meyve ve beyaz et tüketimi azalır.

RAMAZAN BOYUNCA UYGULANABİLECEK ÖNEMLİ İPUÇLARI

• Ramazan'da sahura kalkmayı alışkanlık haline getirmek, yapılacak en doğru davranıştır. Bu şekilde hem açlık süreniz azalır hem de metabolizma hızınızı korumuş olursunuz.

• Ramazan süresince meyve tüketimi düşer. Bunu dengelemek için günde en az 2 porsiyon meyveyi çiğ veya şeker ilave etmeden tarçın çubuğuyla pişirerek komposto olarak tüketebilirsiniz.

• Kabızlık problemi yaşamamak ve lif alımını arttırmak için çiğ sebze-meyve, tam tahıllar ile baklagiller gibi lifli besinlerin tüketimi arttırılmalıdır. İlave olarak probiyotik takviyesi de alınabilir.

• Hareketsiz kalmamaya özen göstererek, gün içinde aktif olmanın yolları aranmalıdır. İftardan sonra mutlaka yarım saatlik yürüyüşler yapmak rutin haline getirilmelidir.

• Oruçluyken vücudumuz uzun süre susuz kalır ve ter ile vücutta sıvı kaybı yaşanır. Bu durumu telafi edebilmek için iftar ve sahur arasında bol bol su içmeye özen gösterilmelidir.

• Sebze yemeklerini hazırlarken ekleyeceğiniz yağ miktarını 1 kg sebze için 2-3 çorba kaşığı zeytinyağı ile sınırlandırmak yağ alımının kontrolü açısından uygun olacaktır.

• Salata hazırlarken içine 1 tatlı kaşığı kadar yağ eklemek, yağda eriyen (A, D, E, K) vitaminlerin emilimi için yeterlidir. Unutmayın, eklenen her tatlı kaşığı yağ 45 kaloridir.

• Ramazan süresince her gün 2 su bardağı az yağlı süt, yoğurt veya türevlerini tüketmeye özen gösterilmelidir. Süt ürünlerinin içeriğindeki kalsiyum, oruç tutarken de yağ yakımına yardımcı olacaktır.

• Ramazan ayında, mideyi rahatsız etmemek ve kalori alımını kontrol etmek için en doğru pişirme yöntemleri ızgara, fırınlama, haşlama veya buğulamadır. Fazla yağ alımına sebep olacak kızartma ve kavurma yöntemlerini uygulamamaya özen gösterilmelidir.

SAHURA KALKAN ENERJİK OLUR

• Beslenme açısından en önemli nokta sahura kalkılması koşulunun yerine getirilmesidir. Oruç sırasında yaklaşık 16-17 saat aç kalınmaktadır. Sahura kalkmadan oruç tutulursa açlık süresi 20 saate yaklaşmakta ve hem bedensel sağlık hem de zihinsel konsantrasyon ciddi anlamda etkilenmektedir.

• Sahurda gün boyu sizi enerjik tutacak yiyecek ve içecekler tercih etmek gerekir. Sıvı desteğinin yanı sıra kan şekerini hızlı yükseltmeyecek ve uzun süre tok tutacak seçimler yapmaya özen gösterilmelidir.

• Gün boyunca alamadığımız tüm besin öğesi ihtiyaçlarımızı karşılamak zorundayız. Bunun için iftardan sonraki öğün sayısı arttırılmalı ve mutlaka sahur yapılmalıdır.

EN İYİ ÖĞÜN ZAMANLARI

• Öğünler; sahur, hafif iftar, akşam yemeği ve ara öğün şeklinde düzenlenebilir.

• Yapılan en büyük yanlış, uykuyu bölmemek için sadece su içerek niyetlenmek veya gece yiyip yatmaktır ancak bu davranışların son derece zararlı olduğu unutulmamalıdır. Geç saatlerde yenilen ağır yemeklerin, gece metabolizma hızı düştüğü için yağa dönüşme ve karın-kalça bölgesinde yağlanmaya yol açma riski yüksektir.

• Sahura kalkıldığında midede uzun süre kalacak ve kan şekerinde ani değişiklik yaratmayacak besinler seçilmelidir. Sahurda yapılacak güzel bir kahvaltı, bir gün sonrasının orucuna hazırlık için ideal olacaktır.

• **Tok tutacak protein içeren besinler:** Süt, yoğurt, peynir, ayran, kefir, yumurtalı, kıymalı veya tavuklu sebze yemekleri olabilir.

• **Kan şekerini dengeleyecek karbonhidratlar:** Tam taneli tahıllar (çavdar, tam buğday ekmeği gibi), bulgur, kiona, karabuğday, tam buğday makarnası, bulgur eklenmiş tahıllı çorbalar olabilir.

• **Tokluk hissini uzatan sağlıklı yağlar:** Susuzluğu arttıracağı için sahurda zeytin yerine 4-5 ceviz veya 10-15 badem ve fındık gibi seçimler, 1-2 tatlı kaşığı zeytinyağı daha uygun olur.

• Sıvı desteği için başta su olmak üzere, şekersiz komposto, hoşaf, ayran, kefir, bitki çayları, az şekerli limonata seçilebilir. Çalışma temposu yoğun olanlar ve fiziksel güç harcayarak terleyen kişiler mutlaka sahurda yeterli su tüketmelidirler.

İftarda sağlıklı seçimler

➠ İftarda birdenbire ve çok fazla yemekle mideyi doldurmamak gereklidir. Ani mide gerginliği, hem tansiyon yükselmesine hem de insülin gibi kan şekerini dengeleyen hormonların hızlı salgılanmasına yol açar.

➠ Oruç açarken hurma, peynir, domates, zeytin, bal gibi kahvaltılıklar iyi birer alternatiftir. Başlangıç için çok sıcak olmayan ılık çorba en uygun yiyecektir. Bağırsak problemi olanlar çorbalarına yulaf veya buğday kepeği ile doğal lif ilavesi yapabilirler. Mercimek, ezogelin, domates (kremasız), sebze çorbaları tercih edilebilir.

➠ Oruç açtıktan sonra yarım saat beklenmesi önerilir. Devamında az yağlı et yemekleri, baklagiller (mutlaka kimyon ilaveli), mevsim sebzeleri, zeytinyağlılar, salata, yoğurt gibi besinler iftar için idealdir.

➠ Tatlı veya meyve tercihinin iftardan iki saat sonra yapılması uygundur.



Hayırlı Ramazanlar

Seğmen

www.segmen.com.tr



YAKIN PLAN

Yazar Dr. **ERKAN AYDIN**

Rahmet ve bereket iklimi RAMAZAN, İSRAF AYINA DÖNÜŞMESİN

Ramazan'ın en güzel yanlarından biri de bolluk ve bereketin şükürle paylaşıldığı iftar sofralarında bir araya gelmektir. Ancak bu sofraların ölçüsünün kaçarak Ramazan'ın gerçek ruhundan uzaklaşıp israf sofrasına dönmemesine de özen göstermek gerekir. İlahiyatçı Yazar Dr. Erkan Aydın, israf konusuna dinimizin yaklaşımına dair bir yazı kaleme aldı.

Müslüman her bakımdan dengeli olan insandır ve hayatın her alanına dengeyi taşımalıdır. Bu insanın en büyük erdemlerinden biridir. Bu durumun tam zıddı olan ise israftır. Sözlükte "haddi aşma, hata, cehalet ve gaflet" gibi anlamlara gelen "seref" kökünden türetilmiş olan israf genel olarak inanç, söz ve davranışta dinin, aklın veya örfün uygun gördüğü ölçülerin dışına çıkmak, ifrat ve tefrite düşmektir. Daha özel manada ise, eldeki mal veya imkanları meşru olmayan maksatlar doğrultusunda harcamak, haddi aşmak, itidalli olmamak, saçıp savurmak demektir. Dolayısıyla israf, itidalli ve orta yollu olma demek olan iktisadın da zıddıdır. Daha öz bir ifadeyle, "yerinde ve faydalı kullanılmayan her şeyi" israf olarak değerlendirmek mümkündür.

İsraf kişiden kişiye göre değişebilir, birisi için ihtiyaç olan şey diğeri için israf olabilir. Yani israf sadece sofra ile ilgili bir kavram değildir ama Ramazan ayında özellikle sofralar ile ilgili gündemimize gelir. Çöplere atılan ekmeklerin, dökülen yemeklerin, boşa akan suların, milyonları bulan şehirlere yetecek miktara ulaştığından bahsedilmektedir. Oysa gerek ülkemizde gerekse dünyada, hoyratça atılan bir parça ekmeğe, dökülen bir tabak çorbaya hatta umursamadığımız miktarda musluklardan sızan bir damla suya muhtaç ne kadar insan vardır. Bilerek veya bilmeyerek çöpe attığımız ekmeklerde bütün bir millet hakkının bulunduğunu hiç düşündük mü? İşte bütün bunların, ruh terbiyesinden, maneviyattan, dahası Allah'a gerçek manada kul olmaktan uzak olmanın sonucu olduğunu görmekteyiz. Halbuki müminin, yemek yerken sofrasına düşen kırıntıları bile toplayarak yemesi onun terbiyesinin sadece bir parçasıdır.

İbadetlerimizin kabul olması için Ramazan israftan en fazla kaçınmamız gereken bir aydır. Özellikle kurum ve kuruluşların, zenginlerin birbirlerini lüks sofralara, otellere iftara davet ettiğine şahit olmaktayız. Aslında bu durum Ramazan'ın ruhuna uygun değildir. Çünkü Hz. Muhammed (sav) buyuruyor ki "Zenginlerin davet edilip fakirlerin çağırılmadığı bir yemek ne fena bir yemektir."

İslam'da, harcama ve tüketim israf değil iktisat, diğer bir ifadeyle verim ekonomisi temeline oturtulmuştur. İsraf sadece fertlerin değil, toplumların çöküşünde de önde gelen etkenlerden birisidir.

İslam'da mal yığmayı düşünen ve servetlerini tembelce ellerinde tutanlar da tasvip edilmemişlerdir. Zira böyle bir tutum, malların atıl durumda kalmasına ve dolayısıyla da kaynak israfına sebep teşkil etmektedir. İslam, israfın önlenmesi için kişileri manevi yönden de motive etmiştir. Verilen her nimetten sorguya çekilme yaptırımı, israfın önlenmesinde önemli bir etkendir. İsrafın kötü olmasının asıl sebebi, malın kıymetli olmasıdır. Mal, Allah Teala'nın verdiği bir nimettir. Ahireti kazanmak, mal ile olur. Dünya ve ahiret, mal ile intizam bulur, rahat olur. Hac, zekat sevabı mal ile kazanılır. Bedenin sıhhat, kuvvet bulması, mal ile olur. Başkasına muhtaç olmaktan insanı koruyan maldır. İnsanlara hizmet de mal ile olur. Hz. Peygamber (sav) buyuruyor ki: "İnsanların en hayırlısı, insanlara en çok faydası dokunan yani değer üreten, mal üretendir." (Suyûtî, el-Câmiu's-Sağir, II, 8)

Allah'ın verdiği her nimetin bir gün hesabının sorulacağının bilinci içinde nimetler karşısında şımarıp lükse dalmadan ve duyarsızca israfa girmeden her konuda iktisat merkeze alınmalıdır. İslam bizlere iktisatlı olmanın ve her alanda dengeyi gözetmenin bir ilke olarak benimsenmesi gerektiğini hatırlatmaktadır. Günümüzde yaygın bir hal almış olan israftan kurtulmak için alınması gereken tedbirlerin başında insanın bu konuda eğitimi gelmektedir. Zira iyi bir eğitim görmüş insan, hayatın, sağlığın, gençliğin ve vaktin kıymetini bilerek yaşamını devam ettirecek, tembellikten, ataletten sıyrılarak üretken bir insan olarak içinde yaşadığı toplumun yararına çalışacaktır. Netice itibariyle israf, maddi-manevi, dünyevi-uhrevi, bölgesel-küresel tüm dengeleri bozan, bugünü ve geleceği mutlaka etkileyen, uzun vadede dünyayı insanın başına dar edecek bir davranış biçimidir ve İslam bunu şiddetle yasaklamıştır. Buna mukabil tüm anlamlarıyla israfın mukabili ve zıddı olan iktisadı ise şiddetle tavsiye etmiştir.



Hayırlı Ramazanlar

Seğmen

www.segmen.com.tr



RAMAZAN ÖZEL

SİNEM ÖZLER
Seraf Restaurant
Mutfak Koordinatörü

RAMAZAN SOFRASINDA bereket

gelenekten lezzete

İNCASİYE

Tarifi yan sayfada

Aşçının notu

Aslen Mardin Mutfağı'na ait olan bu yemek Osmanlı Saray Mutfağı'nın da sevilen lezzetleri arasına girmiştir.

Ülkemizin her yerinde Ramazan sofraları bu kutsal ayın ruhunu yansıtacak farklı bir özenle hazırlanır. Bu bereketli sofralarda Anadolu'nun geleneksel lezzetleri de eksik olmaz. Menüsünde Ege'den Güneydoğu Anadolu'ya dek ülkemizin farklı lezzetlerini bir araya getiren Anadolu mutfağının modern temsilcisi Seraf Restaurant Ramazan sofralarınıza bereket katacak tarifler hazırladı.

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



İNCASİYE
4-6 KİŞİLİK

1 kg kuşbaşı kuzu eti
20 adet kuru siyah erik
15 adet arpacık soğan
1/2 su bardağı zeytinyağı
5 çorba kaşığı pekmez
2-3 su bardağı sıcak su
Tuz

ETİ tencereye alıp kendi suyunu salıp çekene dek kavurun. Üzerine zeytinyağı ve temizlenmiş soğan ilave edip, rengi dönene dek etle birlikte kavurun. Suyunu ilave edip kapağını kapatın ve kısık ateşte et yumuşayana dek (gerekirse sıcak su ekleyerek) pişmeye bırakın. Et yumuşayınca erikleri ekleyin ve 10 dakika daha pişirin. Altını kapatmadan hemen önce pekmez ve tuz ekleyip karıştırın. 5 dakika dinlendirdikten sonra servis yapın.

ENGİNAR ÇORBASI

4-6 KİŞİLİK

500 gram enginar, **1** adet soğan, **2** diş sarmısak
3 adet köy biberi, **1** adet kırmızı biber, **1** adet kereviz sapı
1 adet havuç, **2** çorba kaşığı tereyağı
1/2 çay bardağı pirinç, **2** çorba kaşığı süzme yoğurt
1 adet yumurta sarısı, **1** litre sıcak su, tuz, karabiber

ÜZERİNE: Dereotu

TÜM sebzeleri küçük küpler halinde doğrayın. Tereyağını bir tencereye alıp eritin. Üzerine soğan ekleyip soteleyin. Sırasıyla havuç, kırmızı biber, köy biberi ve en son enginar ekleyip, sebzeler yarı yarıya yumuşayana dek sotelemeye devam edin. Su katın ve pişmeye bırakın. Kaynamaya başlayınca pirinç ilave edin. Terbiye için yoğurt ve yumurta sarısını çırpın. Çorbanın suyundan 1 kepçe alın ve karıştırın. Sebzeler ve pirinç yumuşayınca azar azar ve karıştırarak tencereye ekleyin. 1-2 dakika daha kaynatın. Tuz ve karabiber ekleyip karıştırdıktan sonra ocaktan alın. Dereotu ile süsleyerek servis yapın.

ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR 4 KİŞİLİK

8 adet sakız enginar
1 adet limon, **1** adet soğan
1/2 çay bardağı zeytinyağı
1/2 portakalın suyu
Yeteri kadar su
1/4 demet dereotu, tuz

ENGİNARLARIN üzerindeki sert yaprakları alın. Uç kısımlarını kesip ikiye bölün. Ortalarındaki tüylü kısımları bir kaşık yardımı ile çıkarın. Kararmalarını önlemek için yarım limonun suyunu üzerlerine sürün. Zeytinyağının yarısını tencereye alın ve ince kıyılmış soğanı kavurun. Üzerine enginar ekleyip bir-iki çevirin. Kalan limon suyu, portakal suyu ve malzemenin yarısına gelecek kadar su ekleyin. Tuzunu ayarlayın ve yumuşayana dek pişirin. İrice kıyılmış dereotu ve kalan zeytinyağını ekleyin. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.

Sakız enginar:

Daha çok İzmir Karaburun, Urla, Çeşme, Balçova ve Mordoğan'da yetiştirilen sakız enginar, ayrıca Ege ve Akdeniz'in bazı kıyılarında da az miktarda yetiştirilir. Diğer çeşitlere göre erkenci olan sakız enginarın baş kısmı daha küçük ve silindir şeklindedir. Ayrıca tablası daha dar ve incedir. İlk çıkan yapraklarının kenarları düz ve parçalı olmayan bir yapısı vardır. Çiçek tablası fazla sıkı olmayan ayrıca yaprakları da yumuşak olan sakız enginar, yaprakları ile birlikte yenilir.

EZME GÜVEÇ 4 KİŞİLİK

500 gram kuşbaşı kuzu eti
4 adet bostan patlıcanı, **4** adet köy biberi
8 adet domates, **4** diş kıyılmış sarmısak
1 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı tereyağı
1/2 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı pulbiber, tuz

ETİ geniş bir kaba alın. Üzerine küp doğranmış patlıcan, biber ve domates ekleyin. Kalan malzemeyi de ilave edip harmanlayın. Daha sonra kapaklı bir güvece aktarın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kapağı kapalı olarak 3 saat pişirin.

Aklınızda bulunsun!

Kapaklı güveciniz yoksa, güvecinizin üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatarak pişirebilirsiniz.

KUZU TANDIR 4 KİŞİLİK

1.5 kg'lık kuzu kol
2 adet defne yaprağı
2 diş sarmısak, **1** adet soğan
1 su bardağı sıcak su, tuz

KUZU etini bir fırın kabına alın. Kabukları temizlenmiş soğan ve sarmısakları ikiye bölün ve tepsiye ekleyin. Defne yaprağı ve su ilave edin. Kabın üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 2 saat pişirin ve fırından alın. Üzerine tuz ekleyin. Eti kemikten ayırın ve iç pilavla servis yapın.

İÇ PİLAV 6 KİŞİLİK

1.5 su bardağı pirinç
100 gram tereyağı
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay bardağı badem
1 adet soğan
2.5 çorba kaşığı kuşüzümü
1 çay kaşığı dolma baharı
1 çay kaşığı tepeleme tarçın
1/2 çay kaşığı karabiber
2.5 su bardağı sıcak su, tuz

PİRİNCİ ılık suda yarım saat ıslatın. Süzüp sudan geçirin ve kenara alın. Bademleri kaynar suda 5 dakika bekletip kabuklarını soyun ve kurulayın. Tereyağı ve zeytinyağının yarısını pilav tenceresine alıp bademleri rengi dönene dek karıştırarak kavurun. Üzerine küp doğranmış soğan ekleyip 3-4 dakika daha kavurun. Pirinci ekleyip karıştırarak beyazlaşana dek kavurun. Üzerine kuşüzümü ve baharatları ilave edip bir-iki kez çevirin. Su, kalan zeytinyağı ve tuz ekleyip tencerenin kapağını kapatın. Kaynayana dek orta, kaynadıktan sonra kısık ateşte suyunu çekene dek pişirin. Ocağı kapatıp üzerine kağıt havlu kapatın. 10 dakika demlendirdikten sonra kuzu tandırla servis yapın.

SOĞAN DOLMASI 6 KİŞİLİK

2 kg beyaz soğan, **1** kg soğan
1/2 su bardağı zeytinyağı
1.5 su bardağı pirinç
1 çorba kaşığı kuşüzümü
1 çorba kaşığı nane
1 tatlı kaşığı kimyon
1'er çay kaşığı yenibahar ve tarçın
Yeteri kadar sıcak su, tuz

ÜZERİNE:
1/2 su bardağı zeytinyağı

lezzet klasiği

1 BEYAZ soğanların kabuklarını temizleyip kaynar suda yumuşayana dek haşlayın. Daha sonra tek tek katlarına ayırın ve içlerindeki zarı alın.

2 Kalan soğanı ince kıyıp zeytinyağında rengi dönene dek kavurun. Üzerine pirinç ilave edip beyazlaşana dek kavurun. Kuşüzümü ve baharatları ve 1.5 su bardağı suyu ekleyin. Tuzunu ayarlayın. Kısık ateşte suyunu çekene dek pişirin. Soğuduktan sonra her soğana 1 çorba kaşığı iç malzeme koyup kapatın. Dolmaların kesik kısımları alta gelecek şekilde fırın kabına dizin. Fırın kabına 1 parmak yüksekliğinde sıcak su ekleyin. Üzerine zeytinyağı gezdirin.

3 Kabın üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında dolmaların içindeki pirinç yarı yarıya yumuşayana dek pişirin. Kabın üzerindekileri alıp, yeniden fırına verin. Pirinç tamamen yumuşayınca fırından alın. Soğuk veya ılık olarak servis yapın.



Seraf Restaurant, iftarınızı keyifli bir lezzetle tamamlamanızı sağlayacak tatlı tarifleri de hazırladı.

İNCİR UYUTMASI 4 KİŞİLİK

10 adet kuru incir, **1** çay bardağı süt
1 tatlı kaşığı tereyağı
1/2 çay kaşığı vanilya
Yeteri kadar sıcak su

ÜZERİ İÇİN:
Hindistancevizi, toz antepfıstığı

SERVİS İÇİN:
Ceviz içi

İNCİRLERİ sıcak suda yaklaşık 1 saat bekletip yumuşamalarını sağlayın. Daha sonra süzün ve küp doğrayıp bir tencereye alın. Üzerine süt ekleyip ocağa oturtun ve yumuşayana dek kaynatın. Ocaktan almadan hemen önce tereyağı ve vanilya ekleyip, ocaktan alın. Ilındıktan sonra blender yardımıyla püre haline getirin. Kaselere aktarıp soğutun. Hindistancevizi ve antepfıstığı ile süsleyin. Yanında cevizle servis yapın.

Pepee TV, büyük ekran keyfiyle sadece Beko'da!

Özel kumandası ve içerikleriyle Pepee TV, Beko televizyonlara geldi. Büyük ekranda yepyeni maceralar çocukları bekliyor.



Koç

444 0 888
Yetkili Servis İçin Tek Numara
www.beko.com.tr

beko
Yanındayız.

Detaylı bilgi için www.beko.com.tr adresini ziyaret edebilirsiniz.



HURMA TATLISI
10-12 KİŞİLİK

750 gram hurma
350 gram kuru incir
1.5 litre süt, **200** gram tereyağı

SERVİS İÇİN:
Süt, dövülmüş ceviz, kuşüzümü, nane

SÜT ve tereyağını bir tencereye alıp, üzerine irice doğranmış incir ekleyin. Ocağa oturtun ve incir yarı yarıya yumuşayana dek pişirin. Daha sonra çekirdekleri çıkarılmış hurmayı ilave edin. 20 dakika daha kaynatıp ocaktan alın ve soğumaya bırakın. Blenderden geçirip yayvan bir kaba alıp soğutun. Dondurma kaşığı ile şekillendirerek servis tabaklarına alın. Tabağın kenarına yarım parmak yüksekliğinde süt ekleyin. Üzerine dövülmüş ceviz ve kuşüzümü serpin. Nane ile süsleyerek servis yapın.

Aşçının notu
Tatlıyı pişirdikten sonra küçük porsiyonluk kaplara alıp soğuduktan sonra da servis yapabilirsiniz.

İRMİK HELVASI
8-10 KİŞİLİK

1 kg irmik, **500** gram tereyağı
1/2 çay bardağı dolmalık fıstık
1 litre süt, **1300** gram tozşeker
1 çay kaşığı vanilya, toz antepfıstığı

TEREYAĞINI bir tencereye alıp eritin. Üzerine dolmalık fıstık ve irmik ekleyin. Ocağın en kısık ayarında irmik iyice koyulaşana dek sürekli karıştırarak kavurun. Diğer taraftan süt ve tozşekeri bir tencereye alıp ocağa oturtun. Kaynayınca ocaktan alın ve vanilya ekleyin. İrmik koyulaşınca sütlü karışımı üzerine dökün ve sürekli karıştırarak çekmesini sağlayın. Tamamen çekince ocaktan alın. Soğuduktan sonra üzerine toz antepfıstığı dökerek servis yapın.

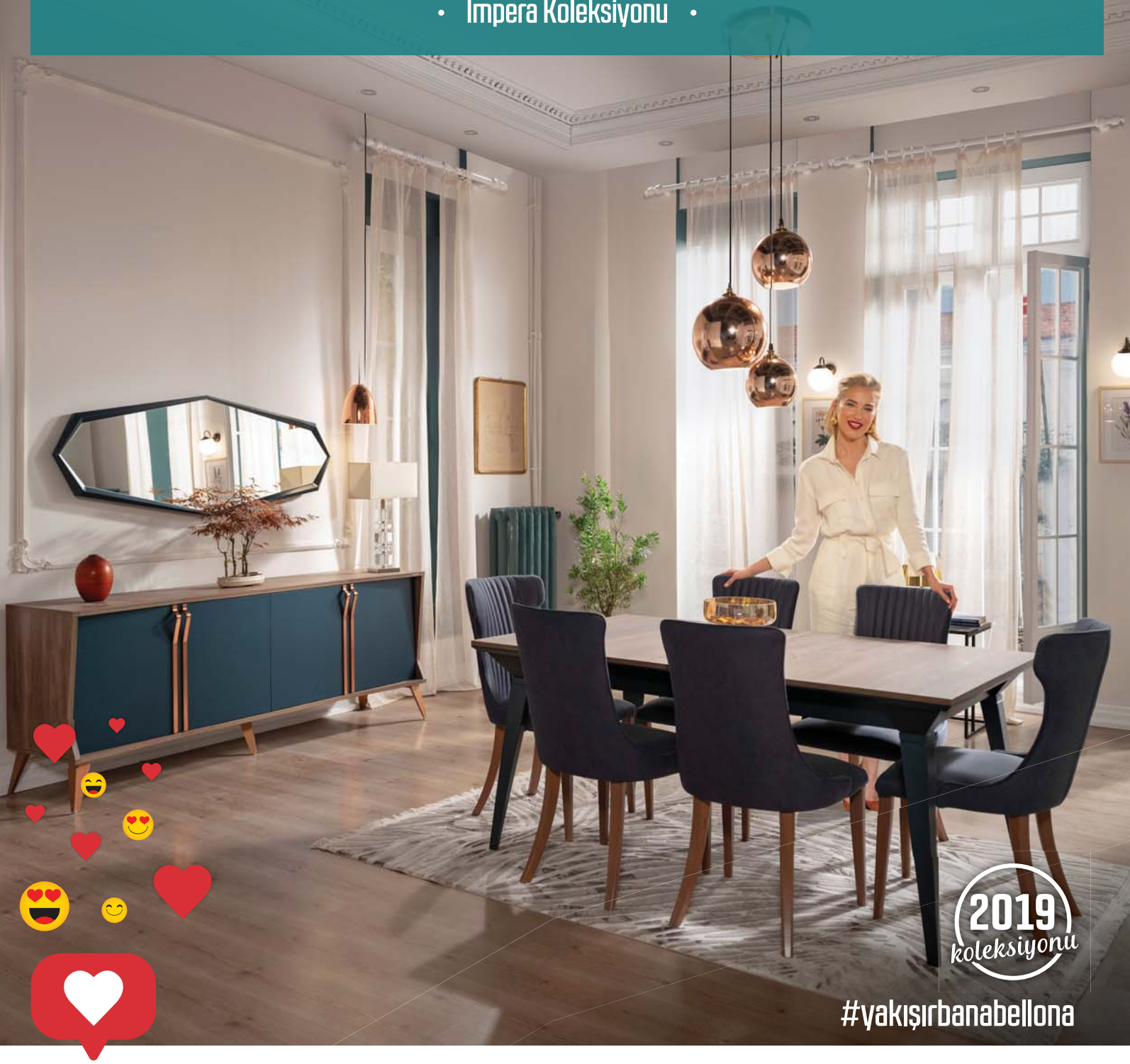
Öneri
İrmik helvasını dondurma ile servis yapabilirsiniz.



Beğeni Rekorları Kıracak Yeni Tasarımlarıyla

YAKIŞIR BANA BELLONA!

• İmpera Koleksiyonu •



BELLONA

444 33 99
bellona.com.tr

bellonamobilya bellona bellonamobilya



Doğanın bütün **tazeliğini** özenle topladık,
Yeni Seramik Değirmenli Serimiz ile sizlere sunduk.

Yemeklerinizde aradığınız ideal lezzeti zirveye taşımak için, seramik kapak özelliği ile baharat tanelerini artık daha rahat öğütebilirsiniz.



BAĞDAT

www.bagdatbaharat.com.tr

Çevirin Öğütsün,
Lezzet Dökülsün...



ETLİ YEŞİL PİLAV
4-6 KİŞİLİK

2 su bardağı pirinç
1/2 kg kuzu eti
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı sıvıyağ
1 çay kaşığı kadar Bağdat Karabiber
1 tatlı kaşığı Bağdat Pul Biber
Yeteri kadar sıcak su
6-7 dal dereotu ve maydanoz
2 dal nane, tuz

SÜSLEMEK İÇİN:
Kiraz domates ve dereotu

Pirinci sıcak suda 10 dakika dinlendirin ve suyunu süzüp yıkadıktan sonra kenara alın. Kuzu etini kuşbaşı doğrayıp, yapışmaz yüzeyli bir tavada suyunu salıp yeniden çekene dek karıştırarak kavurun. Tereyağı, sıvıyağ, karabiber ve pul biber ilave edip karıştırmaya devam edin. Etin hizasına gelecek kadar sıcak su katıp karıştırdıktan sonra tencerenin kapağı kapalı olarak pişmeye bırakın. Et yumuşayınca tuz, pirinç ve malzemenin üzerini bir parmak geçecek kadar sıcak su ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp kısık ateşte suyunu çekene dek pişirin. Ocaktan alıp, kıyılmış dereotu, maydanoz, nane ekleyerek harmanlayın ve 5 dakika dinlendirin. Kiraz domates ve dereotu ile süsleyip sıcak servis yapın.

BAĞDAT
Hayırlı
Ramazanlar
diler

BAĞDAT

Türkiye'nin **tadı**, Türkiye'nin **baharatı**...

/bagdatbaharat



GELENEKTEN GÜNÜMÜZE

YILDIZ ŞAHİNLER
@yildizdann

Geçmişi Orta Asya Türklerine kadar uzanan, etin tuz ve çeşitli baharatlarla harmanlanıp, iyice kurutulması sonucunda elde edilen pastırma, Ramazan ayında özellikle iftar sofralarına daha sık konuk olur. Bu Ramazanda pastırmayı farklı şekillerde değerlendirmek isteyenler için ***Yıldız Şahinler*** leziz tarifler verdi.

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

PASTIRMA şöleni

lezzete davet

PASTIRMALI RULO BÖREK

Tarifi yan sayfada

PASTIRMALI RULO BÖREK
6-8 KİŞİLİK

10-12 dilim pastırma
3 adet yufka
200 gram dil peyniri

SOS İÇİN:
2 çorba kaşığı yoğurt
1/2 su bardağı sıvıyağ
1/2 su bardağı süt
1 adet yumurta
Tuz

ÜZERİ İÇİN:
1 adet yumurta sarısı
1-2 çorba kaşığı susam

SOS için tüm sos malzemesini çırpın. Yufkaları 28x35 cm'lik fırın tepsisine hafif büzerek ve aralarına sos sürerek üst üste yerleştirin. Üzerini pişirme kağıdı ile kaplayıp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında yufkaların altı ve üzeri sararana dek pişirin (bu aşamada yufkalar iyice kabaracaktır). Fırından alıp ılınmaya bırakın. Yufkaları tepsiden alıp, düz bir zemine üst üste yerleştirin. Geniş tarafına tel tel ayırdığınız dil peynirini boydan boya yayın. Peynirin biraz alt tarafına pastırma yerleştirin ve rulo şeklinde sarın. Üzerine çırpılmış yumurta sarısı sürüp, susam serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin.



PASTIRMALI YEŞİL SALATA 2-4 KİŞİLİK

4-5 dilim pastırma, **1** paket Akdeniz yeşilliği
1 kase kırmızı üzüm, **2** adet kırmızı bebek turp
2 adet salatalık, **1** avuç kaju fıstığı, **1** kase top mozzarella

SOS İÇİN:
1/3 su bardağı zeytinyağı, **3-4** çorba kaşığı balzamik sirke
1 çorba kaşığı taneli hardal, tuz, karabiber

SÜSLEMEK İÇİN:
2 tutam mikro filiz, **6-7** adet yenilebilir çiçek

PASTIRMAYI ince şeritler halinde kesip, yapışmaz yüzeyli tavada karıştırarak hafif soteleyin ve kenara alın. Sos malzemesini geniş bir kapta iyice karıştırın. Geniş bir kaba Akdeniz yeşilliği, ikiye kesilmiş üzüm, halka doğranmış salatalık ve turbu alın. Üzerine sosu gezdirip harmanlayın. Servis kabına alıp, üzerine pastırma yerleştirin. Mikro filiz ve yenilebilir çiçeklerle süsleyip servis yapın.

Öneri

- Bu salatayı bol fesleğenli ve antepfıstıklı bir pesto sosla da deneyebilirsiniz.
- Pastırmalı börek tarifinde, iç harcına közlenmiş kırmızı biber de ekleyebilirsiniz.



PASTIRMALI HUMUS

4-5 dilim pastırma, **2** su bardağı nohut
4-5 çorba kaşığı tahin, **2-3** diş sarmısak
1/2 su bardağı+**2** çorba kaşığı zeytinyağı
1.5 çay kaşığı kimyon, **1** adet limon
1 su bardağı nohut haşlama suyu, tuz

ÜZERİ İÇİN:
1 avuç kavrulmuş dolmalık fıstık

NOHUDU yıkayıp tencereye alın. Üzerini dört parmak geçecek kadar su ilave edip, nohut yumuşayana dek haşlayın. Daha sonra suyu süzülmüş nohut, tahin, sarmısak, yarım su bardağı zeytinyağı, kimyon, limon suyu ve tuzu blendere alın. Azar azan nohut suyu ilave edip blenderden geçirin. Porsiyonluk fırın kaplarına veya iki adet küçük boy güveç kabına pay edin. Üzerlerine kıyılmış pastırma koyup, kalan zeytinyağını gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 5-10 dakika pişirin. Fırından alıp, dolmalık fıstık serpin ve sıcak olarak servis yapın.

Öneri

Arzu ederseniz blenderden geçirdiğiniz humusu pastırma dilimlerine sarıp daha sonra fırınlayabilirsiniz.

PASTIRMALI KUŞKONMAZ 6 KİŞİLİK

6 dilim pastırma, **18** adet kuşkonmaz
1/4 su bardağı zeytinyağı, **4** diş sarmısak
1 tutam taze çekilmiş karabiber, **1** tutam tuz

ÜZERİ İÇİN:
1/2 çay bardağı toz parmesan, **1** avuç file badem

1 KUŞKONMAZLARIN sert kök kısımlarından 2-3 cm'lik bölümü kesin. Varsa üzerlerindeki dikenleri temizleyin. Kaynayan bol suda 5-6 dakika haşlayıp, kevgir yardımıyla alın ve buzlu suya atın. Yeniden kevgir yardımıyla alıp kağıt havlu üzerine çıkarın.

2 Zeytinyağı, dövülmüş sarmısak, karabiber ve tuzu çırpın. Kuşkonmazları bir kaba alıp, üzerlerine zeytinyağlı karışımı gezdirin ve harmanlayın. 3 adet kuşkonmazı 1 adet pastırma ile sarın. Kalan malzemeyi de aynı şekilde hazırlayıp servis tabağına alın. Üzerlerine parmesan ve badem serpip servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

Kuşkonmazların yeşil rengini koruması için sıcak suda 5-6 dakika haşladıktan sonra buzlu suya atmanız gerekir.

Atıksız mutfak...

Kuşkonmaz haşladığınız suyu dökmek yerine çorba yaparken veya makarna haşlarken kullanabilirsiniz.





PASTIRMALI PEYNİRLİ SUFLE 6-8 KİŞİLİK

7-8 dilim pastırma
4 su bardağı süt, **4** adet yumurta
200 gram beyaz peynir
200 gram dil peynir
100 gram lor peynir
100 gram mozzarella
1 adet yufka, tuz

SÜT, yumurta, rendelenmiş beyaz peynir, kıyılmış dil peyniri, ufalanmış lor peyniri, doğranmış mozarella peyniri ve tuzu iyice karıştırın. Üzerine elinizle küçük parçalar halinde didiklediğiniz veya kestiğiniz yufkayı ilave edin. İnce şeritler halinde kestiğiniz pastırma katıp iyice karıştırın. Orta boy fırına dayanıklı cam bir kaba alın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

Öneri

Bu tarifte dilediğiniz peynir çeşitlerini kullanabilirsiniz.

RUMELİ USULÜ PASTIRMALI, KIRMIZI BİBERLİ KURUFASULYE

6-8 KİŞİLİK

7-8 dilim pastırma
3 su bardağı kurufasulye
125 gram tereyağı
1 adet büyük boy soğan
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çorba kaşığı biber salçası
1 tutam toz kırmızıbiber
1 adet domates
4 adet közlenmiş kırmızı biber
Tuz

1 KURUFASULYEYİ yıkayıp tencereye alın. Üzerini beş parmak geçecek kadar su ilave edip kapağı açık olarak bir gece dinlendirin. Ertesi gün suyunu süzüp kenara alın.

2 Tereyağını ısıtıp, küp doğranmış soğanı rengi dönene dek kavurun. Salçaları ilave edip karıştırın. Tuz ve toz kırmızıbiber katıp karıştırın. Kurufasulyeyi ilave edip, üzerini iki parmak geçecek kadar kaynar su ekleyin. Ara sıra karıştırarak hafif yumuşayana dek pişirin (bu aşamada suyu biterse azar azar kaynar su ilave edebilirsiniz). Daha sonra hafifçe karıştırıp orta boy kapaklı bir güveç kabına alın. Üzerine rendelenmiş domatesi yayın. Uzun şeritler halinde kesilmiş pastırma ve kırmızı biberi fasulyelerin aralarına yerleştirin. Kapağını kapatıp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

pür lezzet




Doğal bir Kayseri lezzeti...
ÜNLÜ
ET SUCUKLARI
1928'den beri
Şef Yıldız Şahinler tariflerinde Ünlü markasını tercih ediyor.
Sipariş Hattı
0352 222 3886
90 yıllık ÜNLÜ tecrübe üretimden direkt kapınıza teslim
Kayseri'nin Ünlü Lezzeti
Mamüllerimiz Organiktir
Fabrika Satış Mağazası
1928 den bu yana Kayseri'nin ünlü lezzetleri
Pastırma, Sucuk ve Kavurmayı sizlerle buluşturuyoruz.
Firmamız helal kesim, iso 9000 ve iso 22000
belgelerine sahiptir.
Fabrika
Tel: 0352 351 1670
Adres: Oruçreis Mah. Azimkar Sok. No:6 Kocasinan / Kayseri
Mağaza
Tel: 0352 222 3886
Adres: Cumhuriyet Mah. Millet Cad. Ünlü Apt. No:39/B Melikgazi / Kayseri
www.unlupastirma.com
@unlusucukpastirma



DAVET SOFRASI

İLKNUR ŞENEL
@alyaminakuzine
@alyaminahome

Ramazan coşkusu



Sevdikleriyle Ramazan coşkusunu ve bereketini sofrasına yansıtıp, paylaşmanın keyfine varmak isteyenler için ***İlknur Şenel***, hoşafından tatlısına, lezzetli bir menü oluşturdu.

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

PİLAVLI BÜRYAN KEBAP 4-6 KİŞİLİK

1 kg kuzu but
2 çorba kaşığı sıvıyağ, **1** adet soğan
Yeteri kadar sıcak su, tuz, karabiber

PİLAV İÇİN:
2 su bardağı pirinç
2 çorba kaşığı tereyağı, **3** adet soğan
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
2 çorba kaşığı kuşüzümü, **1** adet havuç
2 su bardağı et suyu, **1** su bardağı sıcak su
1 adet kesmeşeker, **1/2** çay kaşığı tarçın
1 çay kaşığı karabiber, **1/2** demet dereotu, tuz

1 KEMİKLİ olarak irice doğranmış kuzu etini tencerede çevirerek mühürleyin. Sıvıyağ ilave edin. Isınınca küp doğranmış soğan katıp soteleyin. Üzerini geçene kadar sıcak su ilave edip, et yumuşayana dek pişirin. Ocaktan almaya yakın tuz ve karabiberini ayarlayıp ocaktan alın.

2 Pilav için tereyağını bir tencereye alıp eritin. İnce kıyılmış soğan ekleyip renk değiştirene dek soteleyin. Dolmalık fıstık ve kuşüzümü ekleyip sotelemeye devam edin. Küp doğranmış havucu ve yıkanıp suyu süzülmüş pirinci ilave edip 2-3 dakika kavurun. Et suyu, sıcak su, kesmeşeker, tarçın, karabiber ve tuz ekleyip tencerenin kapağı kapalı olarak ve kısık ateşte hafif sulu kalacak şekilde pişirin. Ocaktan alıp, kıyılmış dereotu ilave edip harmanlayın. Pilavı fırın tepsisine alıp, eti içine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişirin. Dilediğiniz şekilde süsleyip sıcak olarak servis yapın.

Öneri

Eti düdüklü tencerede de pişirebilirsiniz. Bunun için kemikli olarak irice doğranmış eti düdüklü tencereye alın. Üzerine kabukları temizlenmiş 1 adet bütün soğan, tuz ve karabiber ilave edip, malzemenin üzerini geçecek kadar su ekleyin. Kaynayana dek harlı, buharı çıkmaya başlayınca kısık ateşte pişirin. Buharı tamamen çıkınca 5 dakika daha kısık ateşte pişirip ocaktan alın.

şölen tadında



REYHANLI KIYMALI BÖREK 6-8 KİŞİLİK

6 adet yufka

İÇ MALZEME İÇİN:
1 tatlı kaşığı toz reyhan, **350** gram kıyma
1 adet soğan, **1/2** çay bardağı sıvıyağ
1 çay bardağı iri kıyılmış ceviz
1'er çay kaşığı karabiber ve pulbiber
3 adet yumurta, **2** çorba kaşığı un
1 paket kabartma tozu, tuz

YUFKAYA SÜRMEK İÇİN:
1 şişe soda, **1** su bardağı sıvıyağ

1 İÇ malzeme için küp doğranmış soğanı sıvıyağda soteleyin. Kıyma ilave edip sotelemeye devam edin. Ceviz, reyhan, karabiber, pulbiber ve tuz ekleyip bir iki çevirdikten sonra ocaktan alın. Daha sonra soğumaya bırakın. Ayrı bir yerde yumurta, un ve kabartma tozunu karıştırın. Üzerine soğuyan kıymalı harcı ilave edip iyice karıştırın. Yufkaya sürmek için soda ve sıvıyağı çırpıp kenara alın.

2 1 adet yufkayı yağlanmış fırın tepsisine, kenarları dışarı sarkacak şekilde yayın. Üzerine 3 çorba kaşığı sodalı karışımdan sürüp, 2'nci yufkayı hafif büzerek üzerine kapatın. Yeniden 3 çorba kaşığı sodalı sıvıyağ karışımından sürüp 3'ncü yufkayı büzerek yayın ve kıymalı harcın tamamını üzerine yerleştirin. Kalan 3 adet yufkayı da aralarına sodalı karışımdan sürüp tepsiye yerleştirin. Kenarlardan sarkan yufkayı tepsinin ortasına doğru kapatıp, dilimleyin. Kalan sodalı sıvıyağ karışımını böreğin üzerine gezdirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızarana dek pişirin.



Atıksız mutfak...

Kabak ve patates kabuklarını atmak yerine 1 tatlı kaşığı zeytinyağı, 1'er tutam tuz, karabiber, pulbiber ve zerdeçal ile harmanlayıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında pişirip atıştırmalık olarak değerlendirebilirsiniz.

Atıksız mutfak...

Çubuk tarçını atmak yerine fırında kuruttuktan sonra cam kavanozdaki kahve veya toz çayın içinde, kapağı kapalı olarak saklayabilirsiniz. Bu şekilde kahve ve çaylara farklı bir aroma katabilirsiniz.



KABAKLI MERCİMEK ÇORBASI 8 KİŞİLİK

1 adet büyük boy kabak, **1** su bardağı kırmızı mercimek
1 adet orta boy patates, **1** adet küçük boy havuç
1 adet küçük boy soğan, **1** diş sarmısak
7 su bardağı su, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN: 1/2 demet dereotu

KABAĞIN kabuklarını soyup gelişigüzel doğrayın ve tencereye alın. Üzerine yıkanıp, suyu süzdürülmüş mercimek, kabukları temizlenip iri küp halinde doğranmış patates, doğranmış havuç, kabukları temizlenmiş bütün soğan, kabukları soyulmuş bütün sarmısak, su, tuz ve karabiberi ilave edin. Ocağa oturtup, kaynayana dek harlı, kaynamaya başlayınca kısık ateşte, malzemeler yumuşayana dek pişirin. Ocaktan alıp, içinden soğanı çıkarın. Kalan malzemeyi blenderden geçirip, yeniden ocağa oturtun ve 5 dakika pişirin. Kaselere pay edip, kıyılmış dereotu ile süsleyerek servis yapın.

KAYISILI ÜZÜMLÜ HOŞAF 6 KİŞİLİK

20 adet kuru kayısı
1 çay bardağı kuruüzüm
1 su bardağı tozşeker
6 su bardağı su, **5-6** adet karanfil
1 adet çubuk tarçın

KAYISI ve kuruüzümü ayrı kaplara alıp, üzerlerini geçecek kadar su ilave edin ve 10 dakika dinlendirin. Kayısıların suyunu süzüp, küçük küp şeklinde doğrayın ve tencereye alın. Üzerine suyu süzülmüş kuruüzüm, tozşeker, su, karanfil ve çubuk tarçın ilave edip 10 dakika kaynatın. Daha sonra içinden çubuk tarçını çıkarıp ılık veya soğuk olarak servis yapın.



iftardan sahura

REYHANLI KIYMALI BÖREK

Tarifi yan sayfada

ENGİNAR HUMUSU 4-6 KİŞİLİK

3 adet büyük boy çanak enginar, **1/2** limonun suyu
1 su bardağı haşlanmış nohut
3 çorba kaşığı tahin, **2** diş sarmısak, tuz

ÜZERİ İÇİN:
1/2 çay bardağı zeytinyağı
2 çorba kaşığı file antepfıstığı

ENGİNARI tencereye alıp, üzerini kapatacak kadar su ilave edin. Limon suyunu da ekleyip, enginarlar yumuşayana dek haşlayın. Süzgeç yardımıyla tencereden alıp irice doğrayın ve blendere alın. Üzerine kabukları temizlenmiş nohut, tahin, kabukları temizlenmiş sarmısak ve tuz ilave edip blenderden geçirin. Servis tabağına alıp şekil verin ve üzerine zeytinyağı gezdirin. Antepfıstığı ile süsleyip servis yapın.

Atıksız mutfak...

Enginarları haşladığınız suyu dökmek yerine soğuduktan sonra cam bir kavanozda saklayıp, çorba ve yemeklerinize ilave edebilirsiniz.





TAHİN HELVALI KUP 6-8 KİŞİLİK

400 gram tahin helvası
3 su bardağı süt, **3** çorba kaşığı nişasta
1 çorba kaşığı un, **3** çorba kaşığı tozşeker
3 adet yumurta sarısı
2 paket (**400** ml) krema
1 paket kakaolu bisküvi

SÜSLEMEK İÇİN:
3 çorba kaşığı iri kıyılmış antepfıstığı

1 SÜT, nişasta, un, tozşeker ve yumurta sarısını tencereye alıp iyice çırpın. Ocağa oturtup, koyulaşana dek orta ateşte ve sürekli karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp, dilimlenmiş tahin helvasını ilave edin ve eriyene dek blender yardımıyla karıştırıp soğutun.

2 Kremayı koyulaşana dek mikser yardımıyla çırpın. Daha sonra tenceredeki soğumuş malzemenin üzerine ekleyip, spatula yardımıyla karıştırın (bu aşamada kremanın sönmemesi için fazla karıştırmamaya özen gösterin).

3 Kakaolu bisküviyi rondodan geçirip toz haline getirin ve yarısını kuplara pay edin. Üzerine kaşık yardımıyla tatlıyı yerleştirip, kalan bisküviyi serpin. Antepfıstığı ile süsleyip servis yapın.

Aşçının notu

Tozşeker miktarını damak tadınıza göre ayarlayabilirsiniz.

VORWERK

thermomix





ANNE DOSTU TEKNOLOJİ

Annelerin mutfaktaki en büyük yardımcısı Thermomix® tek dokunuşla **tartar, öğütür, karıştırır, çırpar, yoğurur, parçalar, doğrar,** yemekleri dilerseniz buharda, dilerseniz karıştırarak pişirir; sadece **30 dakikada 3 çeşit yemeği hazır hale getirir.** Annelere de sevdikleriyle paylaşacak daha fazla zaman kalır.

Anneler Gününüz kutlu olsun.

ONLINE ALIŞVERİŞ

thermomixtr

WWW.THERMOMIX.VORWERK.COM.TR

VORWERK Satış Noktası

kanyon'da

'INTEMA

YAŞAM

Mağazasında



NASIL YAPILIR?

MELİS ÇOLAK

Kandil günlerinin geleneksel lezzeti olan kandil simidi, mahlep kokusu ve gevrek kıvamıyla çayın da en iyi eşlikçilerinden biridir. Bu lezzet geleneğini evinin mutfağında sürdürmek isteyenler için ***Melis Çolak,*** kandil simidi yapmanın tüm püf noktalarını ve aşamalarını anlattı.

Styling: **MELİS ÇOLAK** Fotoğraflar: **ÇAĞLA GEZENER**

KANDİL SİMİDİ

KANDİL SİMİDİ 35 ADET

3.5-4 su bardağı un
150 gram oda sıcaklığında tereyağı
1 çay bardağı sıvıyağ
1 adet yumurta
1/2 Türk kahvesi fincanı su
1 çorba kaşığı tozşeker
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 paket kabartma tozu
1 çorba kaşığı üzüm sirkesi
1 çorba kaşığı mahlep

ÜZERİ İÇİN:

1 adet yumurta sarısı
4 çorba kaşığı üzüm pekmezi
4 çorba kaşığı su
Susam ve çörekotu

Aşçının notu

Simitleri, ağzı kapalı bir kavanozda 1 hafta süreyle ilk günkü tazeliğinde saklayabilirsiniz.

Prop ve mekan: **Studio Cucina**



1 Un dışındaki tüm malzemeyi geniş bir kaba alın. Üzerine kaşık kaşık un ekleyerek yoğurun. Kulak memesi kıvamında bir hamur elde edene kadar yoğurmaya devam edin.



2 Homojen bir hamur elde edince 30 dakika buzdolabında dinlenmeye bırakın. Hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Tezgâhta parmaklarınızla yuvarlayarak 17-18 cm uzunluğunda rulo yapın. İki ucunu birleştirip simit şekli verin.



3 Susamlı kandil simitleri için 2 çorba kaşığı üzüm pekmezine 4 çorba kaşığı su ekleyip iyice karıştırın. Simitlerin yarısını önce bu karışıma batırın ardından her taraflarını susama bulayıp pişirme kâğıdı serili fırın tepsisine dizin.



4 Çörekotlu kandil simitleri için hazırladığınız kandil simitlerinin kalan yarısını fırın tepsisine dizin. 1 adet yumurta sarısına 2 çorba kaşığı üzüm pekmezi ekleyip iyice çırpın. Bu karışımı simitlerin üzerine sürüp çatal ile üzerine çizikler atın ve çörekotu serpin.

Her iki simit çeşidini de önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana kadar pişirin.

PASTIRMALI BAHARATLI KANDİL SİMİDİ 35 ADET

3.5-4 su bardağı un
150 gram oda sıcaklığında tereyağı
1 çay bardağı sıvıyağ, **1** adet yumurta
1/2 Türk kahvesi fincanı su, **1** çorba kaşığı tozşeker
1 tatlı kaşığı tuz, **1/2** paket kabartma tozu
1 çorba kaşığı üzüm sirkesi, **1** çorba kaşığı mahlep
1 çorba kaşığı toz kırmızıbiber
3 çorba kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri
1 tatlı kaşığı kekik

ÜZERİ İÇİN:
2 adet yumurta sarısı
4 çorba kaşığı üzüm pekmezi
1 dal biberiye, pastırma

1 UN dışındaki tüm malzemeyi geniş bir kaba alın. Üzerine kaşık kaşık un ekleyerek yoğurun. Kulak memesi kıvamında bir hamur kıvamı elde edene kadar yoğurmaya devam edin. Homojen bir hamur elde edince hamuru 30 dakika buzdolabında dinlenmeye bırakın. Hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Tezgahta parmaklarınızla yuvarlayarak 17-18 cm uzunluğunda rulo yapın. İki ucunu birleştirip simit şekli verin.

2 Hazırladığınız kandil simitlerini pişirme kağıdı serili fırın tepsisine dizin. Yumurta sarılarına üzüm pekmezi ekleyip iyice çırpın. Bu karışımı simitlerin üzerine sürüp çatal ile çizikler atın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri ve altı kızarana kadar pişirin.

3 Pişen kandil simitleri soğuduktan sonra kenarlarına birer dilim pastırma sarın. Simitleri tekrar tepsiye dizin ve üzerine parmesan rendeleyip, biberiye serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında parmesan hafifçe eriyip kızarana kadar pişirin.



Öneri
Aynı tarifi elinizde kalan kandil simitleri için de uygulayabilirsiniz.

Lezzet demek Sinangil demek



1963 yılından bu yana ilkleri gerçekleştiren, **ülkemizin ilk paketli un markası Sinangil**, mutfağınıza lezzet katmaya devam ediyor.

Sinangil
1963



RAMAZAN ÖZEL

LEYLA ÇEMÇ YAVŞAN
www.cinilimutfak.com
@cinilimutfak

Ramazan boyunca hem iftar hem de sahur sofralarından eksik olmayan doyurucu hamurişleri, birbirinden leziz malzemelerle birleşti ve ***Leyla Çemç Yavşan***'ın herkesin çok seveceği tariflerinde buluştu...

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

İftardan sahura HAMURİŞİ

lezzet sebzeden

PATLICANLI BOŞNAK BÖREĞİ

Tarifi yan sayfada

PATLICANLI BOŞNAK BÖREĞİ
6-8 KİŞİLİK

500 gram (**4** su bardağı) un
225 ml ılık su
150 gram eritilmiş tereyağı
1 çay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz

İÇ MALZEME İÇİN:
1 kg patlıcan
2-3 adet kırmızı biber
7-8 adet sivri biber
1/2 çay bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber, pulbiber

1 İÇ malzeme için patlıcanları alacalı soyup küçük küp şeklinde doğrayın. Acısını almak için tuzlu soğuk suda 10 dakika bekletin.

2 Biberlerin çekirdeklerini çıkarıp küçük küp doğrayın. Patlıcanları yıkayıp kurulayın ve biberlerle beraber fırın tepsisine alın. Üzerine tuz, karabiber, pulbiber ve zeytinyağı gezdirip önceden ısıtılmış 200 derece fırında, 25-30 dakika ara ara karıştırarak pişirin. Pişen sebzeleri fırından alıp soğumaya bırakın.

3 Börek hamuru için unu geniş bir kaba eleyip ortasını havuz şeklinde açın. Su ve tuz ekleyip hamur pürüzsüz bir kıvam alana kadar yoğurun. Hamuru iki eşit bezeye ayırın ve üzerlerini nemli bir bezle örtüp 15 dakika dinlenmeye bırakın.

4 Tereyağını eritin ve ocaktan alıp sıvıyağ ekleyin. Dinlenen hamurları 3-4 dakika yoğurun ve yeniden 15 dakika dinlenmeye bırakın.

5 Dinlenen bezelerden birini hafifçe un serpilmiş düz bir zemine alın. Merdane yardımıyla 30 cm çapında bir daire olacak şekilde büyütün. Üzerine tereyağlı karışımdan iki çorba kaşığı sürüp hamurun 2-3 dakika yağı emmesini bekleyin.

6 Yağı emen hamuru her tarafından elinizle dikkatlice çekerek iyice inceltin. Yufkanın bir kenarına iç malzemenin yarısını yayın. Sıkı olmayacak şekilde aralarını yağlayarak rulo yapın. Fırın tepsisine kendi etrafında dolayarak yerleştirin.

7 Diğer hamuru da aynı şekilde hazırlayıp fırın tepsisine yerleştirin. Kalan yağı hamurların üzerine sürün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızarana kadar pişirin ve sıcak servis yapın.

atma değerlendir

YUFKA ÇANAĞINDA BAYAT EKMEK SUFLESİ
6-8 KİŞİLİK



1 adet yufka
7-8 dilim küp doğranmış bayat ekmek
2 su bardağı süt, **3** adet yumurta
1 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı, **1/2** çay bardağı sıvıyağ
1 su bardağı rendelenmiş mozzarella veya kaşar peyniri
200 gram çemeni alınmış pastırma, tuz

SÜSLEMEK İÇİN:
İnce kıyılmış maydanoz

1 YUFKAYI düz bir zemine serin. Orta boy bir kase yardımı ile yufkadan yuvarlak parçalar kesin. Kalan yufka parçalarını ve bayat ekmekleri bir kaseye alıp üzerine süt gezdirin.

2 Yumurtaları ve tuzu köpürene kadar iyice çırpın. Eritilmiş tereyağı ve sıvıyağı ekleyip karıştırın. Peynirin yarısını ve küçük parçalar halinde kesilmiş pastırmayı karışıma ekleyin. Üzerine sütlü karışımı ilave edip karıştırın.

3 Kestiğiniz yufkaları yağlanmış muffin kalıplarına yerleştirin. İçlerine hazırladığınız karışımdan doldurun. Üzerlerine kalan peyniri serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, üzerleri iyice kızarana kadar pişirin.

Öneriler

- Suflede farklı peynir çeşitleri de kullanabilirsiniz.
- Sütlü karışıma ince kıyılmış kırmızı veya sivri biberle, baharat da ekleyebilirsiniz.



Öneri

Medrese böreğini muska yerine geniş rulo ya da sigara böreği şeklinde de sarabilirsiniz.

MEDRESE BÖREĞİ 8-10 KİŞİLİK

3 adet yufka
125 gram sadeyağ veya tereyağı
400 gram ıspanak
400 gram mantar
200 gram sucuk
100 gram rendelenmiş beyaz peynir, tuz

1 YAĞI eritin ve içinden 2 çorba kaşığını kenara ayırın. Eriyen yağın içine ince kıyılmış mantar ekleyip sotelemeye başlayın. Mantar hafifçe suyunu salınca kıyılmış ıspanak ve tuz ekleyin. Suyunu çekene kadar sotelemeye devam edin. En son küçük küp doğranmış sucuk ekleyip 2-3 dakika pişirin ve ocaktan alın. Soğuduğunda rendelenmiş peynir ekleyip kenara alın.

2 Yufkaları düz bir zemine serip ortadan ikiye kesin. Yarım yufkaların her birini dört parmak genişliğinde şeritler halinde kesin. Şeritlerin uç kısımlarına iç malzemeden yerleştirip muska şeklinde sarın. Pişirme kağıdı serili bir tepsiye birbirlerine değmeyecek şekilde dizip 3-4 saat derin dondurucuda bekletin.

3 Ardından derin dondurucudan çıkarıp ayırdığınız tereyağını bir fırça yardımıyla üzerlerine sürün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında, üzerleri kızarana kadar pişirip sıcak servis yapın.

TAVA KETESİ 6-8 KİŞİLİK

500 ml süt, **500** ml su
1 paket yaş maya
1 çorba kaşığı tozşeker
125 gram eritilmiş tereyağı
1/2 su bardağı sıvıyağ
6-7 su bardağı un, tuz

İÇ MALZEME İÇİN:
125 gram tereyağı
2 çorba kaşığı sıvıyağ
2 su bardağı un, tuz

KIZARTMAK VE ARALARINI YAĞLAMAK İÇİN:
125 gram eritilmiş tereyağı
1/2 çay bardağı sıvıyağ



emeğe değer

1 İÇ malzeme için tereyağı ve sıvıyağı bir tencereye alıp kızdırın. Un ve tuz ilave edip rengi hafifçe pembeleşinceye kadar karıştırarak kavurun. Ocaktan alıp soğumaya bırakın.

2 Kete hamuru için süt ve suyu bir tencereye alıp ılıttıktan sonra yoğurma kabına alın. Üzerine tozşeker ve maya ekleyip karıştırın. 3-4 dakika beklettikten sonra tereyağı, sıvıyağ ve tuz ilave edin. Kontrollü bir şekilde un ekleyerek ele yapışmayan ama oldukça yumuşak bir hamur hazırlayın. Hamuru iri mandalina büyüklüğünde bezelere ayırıp bir kaba dizin ve üzerlerini streç filmle kapatın. Her birini un serperek oklava yardımı ile ince yufka şeklinde açın. Tereyağı ve sıvıyağı karıştırın. Yufkaların her birinin üzerini ve aralarını yağlayarak zarf şeklinde katlayın.

3 Üzerlerine ceviz büyüklüğünde iç malzeme yerleştirin ve yufkayı dört bir yanından toparlayarak beze haline getirin. Hafifçe unlayın ve 20 cm çapında olacak şekilde yeniden açın.

4 Yapışmaz yüzeyli bir tavayı tereyağı ve sıvıyağ karışımı ile yağlayın ve kızdırın. Her seferinde tavayı yeniden yağlayarak hazırladığınız keteleri önlü arkalı kızarana dek pişirin ve sıcak servis yapın.



TEREYAĞLI ÇITIR BÖREK
8-10 KİŞİLİK

3 adet yufka
125 gram tereyağı

İÇ MALZEMESİ İÇİN:
4 adet haşlanmış patates
2 adet soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz, pulbiber

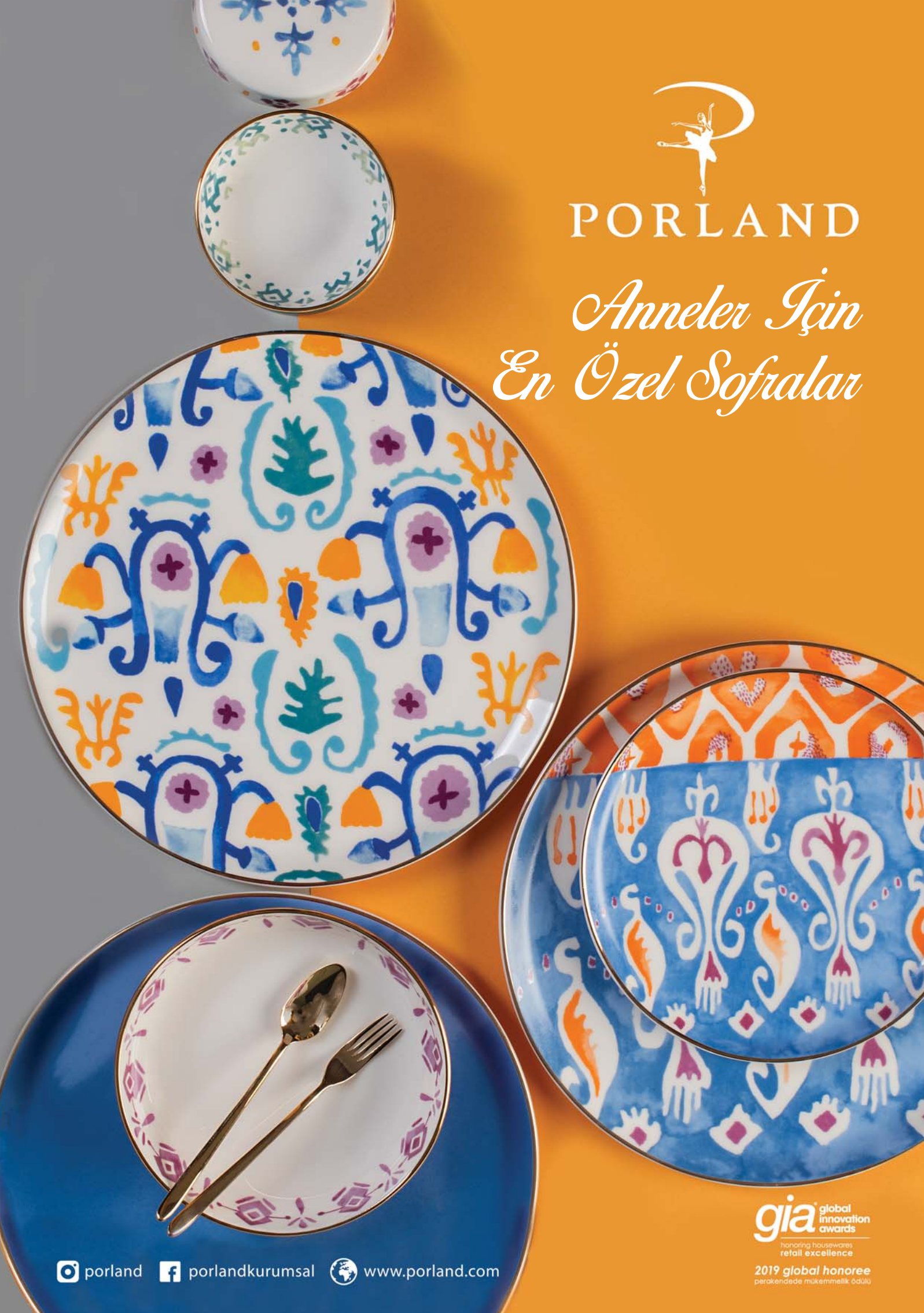
ÜZERİ İÇİN:
1 adet yumurta sarısı
1 çorba kaşığı zeytinyağı

1 İÇ malzeme için zeytinyağını tencereye alıp kızdırın, küp doğradığınız soğanı ilave edin ve rengi dönene kadar kavurun. Haşlanmış patatesleri rendeleyin veya patates ezici ile iyice ezin ve soğana ilave edin. Damak zevkinize göre tuz ve pulbiber ekleyip 5-6 dakika daha soteleyin ve ocaktan alın.

2 Tereyağını tavaya alın ve köpüğü gidene kadar kısık ateşte eritin. 1 adet yufkayı geniş ve düz bir zemine serin. Eritip ılıttığınız tereyağından 2-3 çorba kaşığını bir fırça yardımıyla yufkanın üzerine sürün. 2'nci yufkayı 1'inci yufkanın üzerine serin ve tekrar eritilmiş tereyağı sürün. 3'üncü yufkayı da serip tereyağı sürün.

3 Üst üste koyduğunuz yufkaları 16 eşit üçgen parçaya bölün. Üçgen yufkaların geniş taraflarına hazırladığınız iç malzemeden koyun. Dilimlerin iki kenarını hafifçe içeri katlayıp fazla sıkı olmayacak şekilde rulo yapın. Hazırladığınız rulo börekleri bir tepsiye dizerek derin dondurucuya kaldırın ve 1 gece bekletin.

4 Börekleri pişirme kağıdı serili fırın tepsisine dizin. Yumurta sarısı ve zeytinyağını çırpıp, böreklerin üzerlerine sürün. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında üzerleri iyice kızarıncaya dek pişirip sıcak servis yapın.


PORLAND
Anneler İçin
En Özel Sofralar
gia global innovation awards
honoring housewares retail excellence
2019 global honoree
perakendede mükemmellik ödülü
porland
porlandkurumsal
www.porland.com

KOLAY BOŞNAK MANTISI 6-8 KİŞİLİK

1 paket tereyağlı milföy hamuru

İÇ MALZEME İÇİN:
350 gram kıyma, **1** adet ince kıyılmış soğan, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN:
1 kase çırpılmış yoğurt, **1** diş rendelenmiş sarmısak
1 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı, **1** çay kaşığı pulbiber

İÇ malzeme için kıyma, ince kıyılmış soğan, tuz ve karabiberi karıştırıp iyice yoğurun. Milföy hamurlarını düz bir zemine yerleştirin. Hafifçe yumuşayınca dikdörtgen şeklindeki her parçayı, 8 küçük parça elde edecek şekilde kesin. Üzerlerine fındık büyüklüğünde iç malzeme koyup bohça şeklinde kapatın. Kapattığınız kısımlar alta gelecek şekilde fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızarana kadar pişirin. Üzeri için yoğurt ve sarmısağı karıştırın. Fırından çıkan mantıları tabağa alıp üzerine gezdirin. Tereyağını sos tavasında eritin. Pulbiber ekleyip şöyle bir çevirdikten sonra mantının üzerine gezdirin ve servis yapın.

doyum olmaz!

Aklınızda bulunsun!
İç malzemesine kıyılmış maydanoz, kekik, kimyon da ekleyebilirsiniz.

Zəfəran
RESTAURANT

RAMAZAN AYININ RUHU
SULTANAHMET'TE,

SEÇKİN İFTAR SOFRALARI
ZEFERAN'DA



AJWA
HOTEL
SULTANAHMET

Piyer Loti Caddesi No:30 Sultanahmet / İstanbul - 0212 638 22 12
www.zeferan.com.tr





SANATÇI *görümü*

Küçük yaşlarından itibaren el sanatlarına ilgi duyan ve bu doğrultuda dokuma, nakış konusunda eğitimler alan ***Müberra Gülöksüz***, kimi zaman bir masa örtüsü, kimi zaman bir tablo olarak karşımıza çıkardığı sanatıyla ülkemizi yurtdışında da başarıyla temsil ediyor. Bizleri de Özbek yemekleriyle donattığı, el emeği göz nuru masa örtüsü ve peçetelerle kurduğu masasında ağırlıyor.

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

Müberra Gülöksüz'ün çalışmalarından birkaç örnek...



Balıklar: Ressam, yazar ve şair Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun resimlerinden esinlenerek, "Kırk Yama" tekniğiyle hazırlanmış...



Semazenler: 10 tablodan oluşan serideki eserlerin her biri keçeleme tekniğiyle kumaşa işlenmiş...



Üç Boyutlu Çiçekler: İpek keten üzerine "stumpwork" tekniği işlenmiş.



NOHUT ÇORBASI 8-10 KİŞİLİK

500 gram nohut, **1/2** çay bardağı sıvıyağ
300 gram kuzu eti, **1** adet soğan, **1** çorba kaşığı salça
2 adet havuç, **1** adet kırmızı biber, **1** adet sivri biber
12-13 su bardağı su, **2** adet patates, tuz, karabiber

ÜZERİ İÇİN: 5-6 dal maydanoz

NOHUDU yıkayıp tencereye alın ve üzerini beş parmak geçecek kadar su ilave edin. Üzeri açık olarak bir gece dinlendirin. Sıvıyağı tencereye alıp, üzerine küçük küp doğranmış eti ilave edin ve suyunu salıp yeniden çekene dek soteleyin. Küp doğranmış soğan ekleyip sotelemeye devam edin. Salça ekleyip 3-4 dakika kavurun. Küp doğranmış havuç, kıyılmış kırmızı biber, sivri biber ve nohut ilave edip 5 dakika kavurun. Tuz ve dilediğiniz baharatları katıp, suyunu ayarlayın ve tencerenin kapağı yarı aralık olarak 35 dakika pişirin. Kabukları temizlenip küçük küp doğranmış patatesi ekleyip 15 dakika daha pişirin. Ocaktan alıp, üzerine kıyılmış maydanoz serpin ve sıcak olarak servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

- Nohut çorbası "Mohora" ve "Maş horda" adıyla bilinir.
- Vaktiniz yoksa nohudu akşamdan ıslatmak yerine düdüklü tencerede hafif haşladıktan sonra kullanabilirsiniz.



ÖZBEK PİLAVI 6-8 KİŞİLİK

500 gram pirinç
500 gram kuzu eti
1 çay bardağı sıvıyağ
2 adet soğan, **4-5** adet havuç
100 gram akşamdan ıslatılmış nohut
1 tatlı kaşığı kimyon, tuz

SERVİS İÇİN:
6 adet bıldırcın yumurtası
2 baş sarmısak

SERVİS için bıldırcın yumurtalarını katı olacak şekilde haşlayın. Sarmısakları ayrı ayrı önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kaplayıp fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yumuşayana dek pişirin. Sıvıyağı tencereye alıp, kuşbaşı doğranmış eti kızarana dek kavurun. Yarım ay şeklinde doğranmış soğan ilave edip rengi dönene dek kavurun. Rendenin geniş tarafıyla rendelenmiş havucu katıp 5-7 dakika kavurmaya devam edin. Tuz, nohut ve kuşüzümü ekleyin. Malzemenin üzerini üç parmak geçecek kadar ılık su ilave edin ve et yumuşayana dek pişirin. Pirinci iyice yıkayıp, suyunu süzün ve tencereye ekleyin. Suyunu çekene dek harlı ateşte, suyunu çektikten sonra kısık ateşte nohut yumuşayana dek pişirin. Ocaktan alıp 15-20 dakika dinlendirin. Servis tabağına alıp, etleri pilavın üzerinde toplayın. Kenarlarına kabukları temizlenmiş bıldırcın yumurtası ve kabuklu baş sarmısak yerleştirip servis yapın.

ÖZBEK MANTISI 8-10 KİŞİLİK

500 gram kıyma, **5-6** adet soğan
Tuz, karabiber, pulbiber

HAMUR İÇİN:
1 su bardağı su, **1** çay kaşığı tuz
Aldığı kadar un

SERVİS İÇİN:
Yoğurt

KIYMA, küçük küp doğranmış soğan, tuz, karabiber ve pulbiberi iyice karıştırıp kenara alın. Hamur için su ve tuzu yoğurma kabına alıp karıştırın. Çok sert olmayan bir hamur elde edene dek azar azar un ilave edip yoğurun. Üzerini örtüp oda sıcaklığında 15-20 dakika dinlendirin. Dinlenen hamuru iki büyük bezeye ayırıp, her birini merdane yardımıyla incecik açın. 10x10 cm ebatlarında kare şeklinde kesip, ortalarına kıymalı harcı pay edin. Çapraz köşelerin uçlarını elinizle bastırarak ortada birleştirin. Daha sonra kalan açık kısımları da aynı şekilde birleştirin. Buharlı pişirme tenceresine (tencere çok katlı ise en alt katına) suyunu koyup kaynatın. Su kaynamaya başlayınca, mantıları yağlanmış eleğe yerleştirip kapağını kapatın ve 45 dakika buharda pişirip yoğurt ile birlikte servis yapın.

Öneriler

- Özbek mantısını kıyma yerine etle de yapabilirsiniz. Et kullanacaksanız küçük küp şeklinde doğrayıp, kıyılmış soğan ve baharatlarla karıştırarak kullanabilirsiniz.
- Buharlı pişirme tencereniz yoksa mantıyı geniş ve delikli bir süzgece yerleştirdikten sonra süzgeci içinde su kaynayan bir tencerenin üzerine oturtup, mantının üzerini bir tencere kapağı ile kapatarak pişirebilirsiniz.

ziyafete buyrun

ÖZBEK PİLAVI

Tarifi
yan sayfada



eşsiz lezzet

ÖZBEK BÖREĞİ

Tarifi
yan sayfada

ÖZBEK BÖREĞİ
6-8 KİŞİLİK

İÇ MALZEME İÇİN:
400 gram et
4-5 adet soğan
Tuz, karabiber, pulbiber

HAMURU İÇİN:
2 su bardağı ılık su
1 çay kaşığı tuz
Yeteri kadar un
150 gram eritilmiş tereyağı

ÜZERİ İÇİN:
2 adet yumurta sarısı

HAMUR için su ve tuzu karıştırın. Çok sert olmayan bir hamur elde edene dek azar azar un ilave ederek yoğurun. Hamuru 4 eşit bezeye ayırıp, üzerini örtün ve oda sıcaklığında 15 dakika dinlendirin. Her bir bezeyi merdane yardımıyla incecik açıp, üzerlerine tereyağı sürün. 4 cm kalınlığında ve 20 cm uzunluğunda şeritler halinde kesin. İç malzeme için küçük küp doğranmış et, kıyılmış soğan, tuz, karabiber ve pulbiberi karıştırın. Kestiğiniz hamur şeritlerinin uç kısmına iç malzemeden koyup muska şeklide sarın. Fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirip, üzerlerine yumurta sarısı sürün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35-40 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.



ÖZBEK TATLISI
6-8 KİŞİLİK

3 adet yumurta
1 çay kaşığı kabartma tozu
1 tutam tuz
Yeteri kadar un

KIZARTMAK İÇİN:
Sıvıyağ

ÜZERİ İÇİN:
100 gram bal

SÜSLEMEK İÇİN:
Ceviz, kuruüzüm

YUMURTA, kabartma tozu ve tuzu bir kaba alıp mikser yardımıyla köpük olana dek çırpın. Daha sonra yumuşak kıvamlı bir hamur elde edene dek yavaş yavaş un ekleyerek yoğurun. Üzerini kapatıp 15 dakika dinlendirin. Hamuru incecik açıp, 1 cm eninde, 3-4 cm'lik şeritler halinde kesin ve bol kızgın sıvıyağda kızartın. Daha sonra süzgeç yardımıyla geniş bir tabağa alın. Üzeri için balı tencereye alıp ısıtın. Hamurların üzerine gezdirip, hafif karıştırın ve servis tabağına alın. Ceviz ve kuruüzüm serpip servis yapın.

Özbek mutfak kültürü hakkında...

- Özbek kültüründe eve gelen konuklara büyük önem verilir ve ikram edilen tüm yiyecekler ev yapımıdır, hazır yiyecek ikram etmek saygısızlık kabul edilir.
- Mutfağın temelini ise hamurişleri ve kırmızı et oluşturur. Tatlı ise yok denecek kadar azdır.
- Düğün, nişan, bayram gibi özel günlerde tüm yemekler büyük tabaklarda, aynı anda masada yer alır. Özellikle bayramlarda yiyecekler tüm gün masada kalır.
- Gündelik hayatta gelen konuklara ceviz, badem, kuru üzümden oluşan kuruyemiş ikram edilir.
- Kahvaltıda katmer, ekmek, samsa gibi hamurişleri yer alırken, kuruyemiş ve ev yapımı bir tür helva olan "Helvayter" de tüketilir.
- Öğle yemekleri genellikle sebze ağırlıklıdır. Diğer öğünlerde olduğu gibi pilav veya mantı gibi alternatifler de bulunur.
- Çorbaların ana malzemesini tahıllar ve et oluşturur.
- En önemli öğün ise akşam yemeğidir.

GÜLLAÇ

10 adet güllaç yaprağı
1.5 litre süt
2 su bardağı tozşeker
1 su bardağı çekilmiş ceviz
2 çorba kaşığı gülsuyu

ÜZERİ İÇİN:
2 çorba kaşığı toz antepfıstığı
1 çay bardağı tanelenmiş nar
8-10 adet çilek

SÜT ve tozşekeri tencereye alıp, tozşeker eriyene dek karıştırın. Ocaktan alıp oda sıcaklığına gelmesi için dinlendirin. 1 adet güllaç yaprağını büyük, derin bir tepsiye veya fırın kabına, parlak kısmı üste gelecek biçimde yerleştirin. Üzerine 1-2 çorba kepçesi ılık sütlü karışımdan gezdirin. Aynı işlemi 4 adet güllaç yaprağı için uygulayıp, üzerine sütlü karışımdan gezdirin ve ceviz serpin. Kalan güllaç yapraklarını da aynı şekilde aralarına sütlü karışımdan gezdirip fırın kabına yerleştirin. Kalan sütlü karışımın 1 su bardağına gülsuyu ekleyip, son katın üzerine gezdirin. 10-15 dakika dinlendirip, antepfıstığı ve nar serpin. Dilimlenmiş çilekle süsleyip servis yapın.

Aşçının notu

Güllaç yapraklarını oda sıcaklığındaki süt-tozşeker karışımı ile ıslatın. Süt-tozşeker karışımı sıcak olursa güllaç yapraklarınız, dolayısıyla tatlınız hamurlaşır.




California
Kumsalları Gibi
Eşsiz...
California
WALNUTS
CaliforniaWalnut.com.tr
/CaliforniaCevizi
/CaliforniaCeviz
0538 600 5401 #Diyetisyenesorun



SELDA GÜLEÇ
@sgimalathane

Kalanları DEĞERLENDİRİN!

Mutfaklarda atığı en aza indirmek için bir-iki gün önceden kalan yemekleri, bayatlayan kekleri, patates kızartmasını atmayıp değerlendiren SG İmalathane'den pratik öneriler aldık.

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

çok kolay

BAYAT KEKLİ SUPANGLE

Tarifi yan sayfada



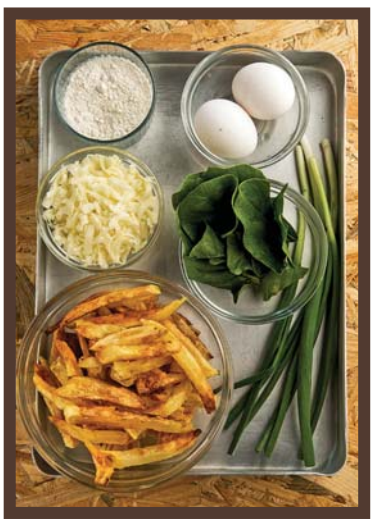
BAYAT KEKLİ SUPANGLE
4 KİŞİLİK

2 dilim bayat kek
(yaklaşık 80-100 gram)
8 su bardağı süt
1/2 su bardağı tozşeker
4 çorba kaşığı kakao
2 adet yumurta sarısı
2 çorba kaşığı buğday nişastası
1 paket vanilya
2 çorba kaşığı un

SÜT, tozşeker ve kakaoyu tencereye alıp, kaynayana dek karıştırın. Küçük bir kapta yumurta sarısı, nişasta, vanilya ve unu çırpıp, sütlü karışımın içine hızlı hızlı ve karıştırarak dökün. Koyulaşana dek karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp içine tereyağı ilave edin ve mikser yardımıyla 10 dakika çırpın. Servis yapacağınız kuplara veya kaselere iri parçalara bölünmüş bayat keki pay edin. Üzerlerine supangle dökün. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.

Bu ayki "atıksız sofra" tariflerini aynı zamanda kendi mutfağında da uygulayan Selda Güleç'in annesi Aysel Günyüz verdi. Kendisine katkılarından dolayı teşekkür ederiz.





FIRINDA YUMURTALI PATATES
4 KİŞİLİK

1 kase bayat patates kızartması
3 adet yumurta
2 dal taze soğan
3 dal dereotu
Tuz, karabiber

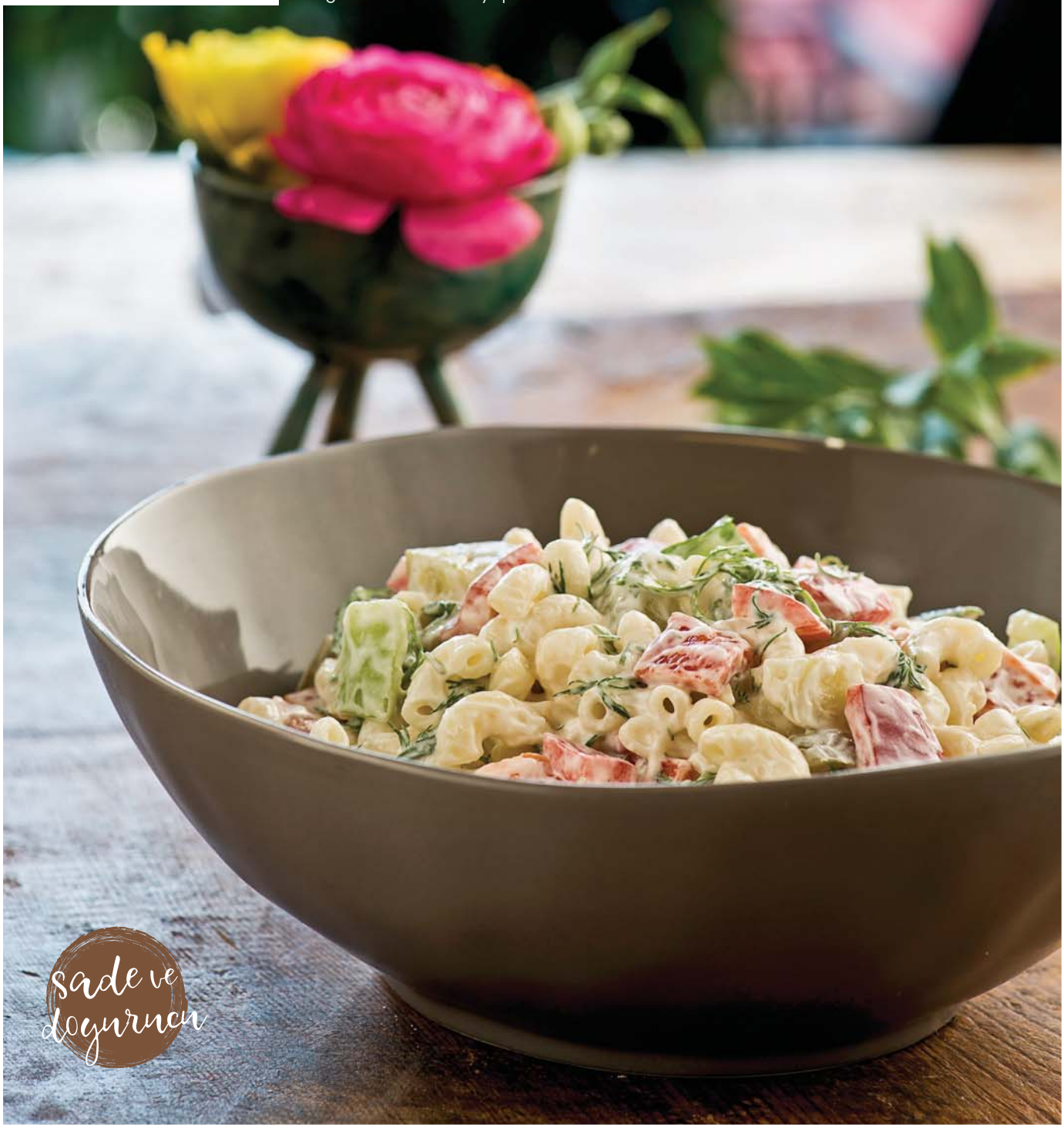
YUMURTALARI iyice çırpıp, kıyılmış soğan, dereotu, bayatlamış patates kızartması, tuz ve karabiber ile karıştırın. Yağlanmış porsiyonluk fırın kaplarına pay edin. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 20 dakika pişirin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.



YOĞURTLU MAKARNA
4 KİŞİLİK

1 kase akşamdan kalmış haşlanmış makarna
1 adet kırmızı biber
1/2 demet dereotu
6 adet salatalık turşusu
2 su bardağı yoğurt, tuz, karabiber

MAKARNAYI derin bir kaseye alın. Üzerine kıyılmış kırmızı biber, dereotu, halka doğranmış salatalık turşusu, çırpılmış yoğurt, tuz ve karabiber ilave edip karıştırın. Servis tabağına alıp, soğuk olarak servis yapın.



KADINBUDU KÖFTE 4 KİŞİLİK

1 su bardağı kalmış pirinç pilavı
1 kg köftelik kıyma
1 adet küçük boy soğan
2 adet yumurta
Tuz, karabiber, yenibahar

BULAMAK İÇİN:
2 adet yumurta
1 su bardağı un, tuz

SOĞANI küçük küp şeklinde doğrayın ve kıymanın yarısı ile birlikte yapışmaz yüzeyli tavada karıştırarak kavurun. Tuz ilave edip ocaktan alın. Soğuduktan sonra kalan malzemeyi ilave edip iyice yoğurun. Daha sonra 20 dakika buzdolabında dinlendirin. Harçtan yumurta büyüklüğünde bezeler koparıp, avuçlarınızın arasında oval şekil verin. Üzerine bastırıp, hafifçe yassılaştırın. Yeniden buzdolabına yerleştirip 10-15 dakika dinlendirin. Köfteleri önce tuzla çırpılmış yumurtaya sonra una bulayıp, pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine aralıklı olarak yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 20 dakika pişirin.





YEŞİL MERCİMEKLİ BÖREK 4 ADET

1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı biber salçası
1/2 çay bardağı zeytinyağı
2 adet hazır yufka
Tuz, karabiber

İÇ MALZEME İÇİN:
1-2 su bardağı 1 gün önceden kalmış yeşil mercimek yemeği (suyu süzülmüş)

SALÇALARI, zeytinyağı tuz ve karabiberi bir kaba alıp, iyice çırpın. Yufkaları (+) şeklinde önce enlemesine, sonra boylamasına kesip toplamda 8 adet üçgen parça elde edin. Bir parça yufkayı düz bir zemine yayın. Üzerine salçalı karışımdan sürüp, ikinci parça yufkayı üzerine kapatın. Geniş tarafına boydan boya yeşil mercimek yemeğinden yerleştirip, rulo şeklinde sarın. Daha sonra kendi etrafında döndürüp gül şekli verin. Açılmasını önlemek için kürdan yardımıyla sabitleyin. Kalan yufka ve harcı da aynı şekilde hazırlayıp, fırın tepsisine yerleştirin. Üzerlerine salçalı karışımdan sürün. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 25 dakika pişirin.

çağrı
hipermarket

EN DOĞALI EN TAZESİ

ÇAĞRI'DA

DOĞAL TARIM

TARLADAN SOFRAYA

YERLİ ÜRÜNLER

TAZE MEYVE





/ cagrimarket

www.cagrihipermarket.com



ANNE MUTFAĞI

AYŞE ÜNAL

Çorbadan tatlıya beş çeşit yemeği kısa sürede hazırlayıp, sonrasında da konuklarınızdan övgüler almak isterseniz ***Ayşe Ünal***'ın doyurucu, pratik ve son derece lezzetli tariflerini yapabilirsiniz.

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

Birbirinden LEZZETLİ

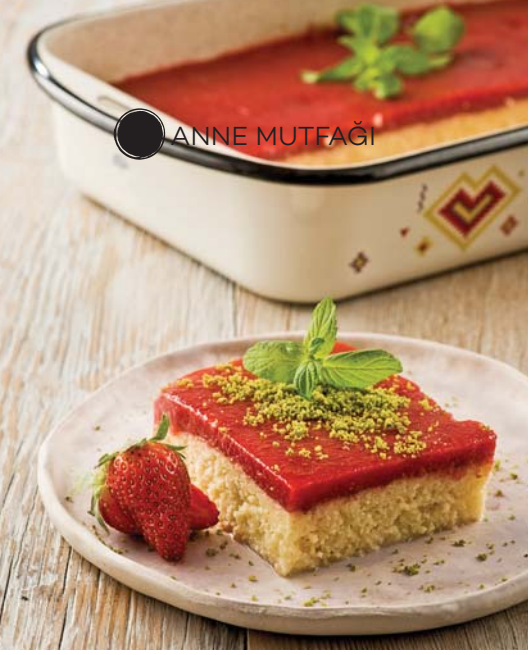
çok lezir

ÇİLEK SOSLU BAHAR TATLISI

Tarifi **70.** sayfada



• Zemin: **Studio Cucina** • Seramik tabak ve aksesuarlar: **Studio Cucina - selmasenceramics**



ÇİLEK SOSLU BAHAR TATLISI
6 KİŞİLİK

KEK İÇİN:
3 adet yumurta, **3** çorba kaşığı tozşeker
3 çorba kaşığı süt, **3** çorba kaşığı sıvıyağ
3 çorba kaşığı un, **3** çorba kaşığı irmik
1 paket kabartma tozu
1 tatlı kaşığı rendelenmiş limon kabuğu

ÜZERİ İÇİN:
2.5 su bardağı süt
1 çay bardağı tozşeker

ÇİLEK SOS İÇİN:
1/2 kg çilek, **2** çorba kaşığı su
1 çorba kaşığı tepeleme nişasta
3 çorba kaşığı tozşeker

SÜSLEMEK İÇİN:
Toz antepfıstığı ve çilek

1 KEK için yumurta ve tozşekeri çırpın. Süt ve sıvıyağ ilave edip çırpmaya devam edin. Un, irmik, kabartma tozu ve rendelenmiş limon kabuğu ekleyip iyice çırpın. Orta boy bir fırın kabına boşaltıp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Fırından alıp, ılındıktan sonra üzerine kürdan yardımıyla delikler açın.

2 Üzeri için süt ve tozşekeri tencereye alıp, tozşeker eriyene dek karıştırın. Ocaktan alıp ılınınca kekin üzerine gezdirip kenara alın.

3 Çilek sos için çilekleri temizleyip rondodan geçirin ve tencereye alın. Nişastayı su ile açıp, tencereye ilave edin. Tozşeker ekleyip ocağa oturtun ve kaynayana dek karıştırarak pişirin. Kıvam alınca ocağın altını kapatıp kekin üzerine düzgün şekilde yayın. Ilındıktan sonra buzdolabına kaldırıp soğumaya bırakın. Dilimleyip toz antepfıstığı ve çilekle süsleyerek servis yapın.

KIYMALI PATATES SARMASI
6-8 KİŞİLİK

3 adet patates
1 çorba kaşığı tereyağı
1'er çay kaşığı karabiber ve kimyon
1.5 su bardağı rendelenmiş taze kaşar peyniri
Tuz

İÇ MALZEME İÇİN:
1 adet soğan
2 çorba kaşığı zeytinyağı
300 gram kıyma, **1** adet kırmızı biber
3 adet sivri biber, **1** çorba kaşığı salça
1/2 demet maydanoz
1'er çay kaşığı kimyon ve karabiber

1 PATATESLERİ yıkayıp, kabuklu ve bütün halde tencereye alın. 1 çay kaşığı tuz ve pataleslerin üzerini dört parmak geçecek kadar su ilave edip, yumuşayana dek haşlayın. Suyunu süzüp kabuklarını temizleyin ve bir kaba alın. Üzerine tereyağı, karabiber, kimyon ve tuz ilave edip pürüzsüz bir kıvam alana dek ezerek püre haline getirin. Daha sonra pişirme kağıdının üzerine yarım cm kalınlığında yayın. Üzerine yarım su bardağı kaşar peyniri serpin.

2 İç malzeme için piyazlık doğranmış soğanı zeytinyağında soteleyin. Kıyma ekleyip suyunu salıp yeniden çekene dek sotelemeye devam edin. Kıyılmış kırmızı biber, sivri biber, salça, kimyon ve karabiber ilave edip karıştırın. Ocaktan alıp, kıyılmış maydanoz ekleyerek karıştırın. Ilık harcı patates püresinin üzerine yayın.

3 Pişirme kağıdını tek tarafından yavaş yavaş kaldırarak kontrollü olarak patates püresini rulo şeklinde sarın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirip, üzerine kalan kaşar peynirini serpin. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında kaşar peyniri eriyip kızarana dek pişirin. Ilınınca dilimleyip servis yapın.

SÜTLÜ MISIR ÇORBASI (PUMPUM) 4-6 KİŞİLİK

1 çay bardağı mısır unu
2 su bardağı süt
3 su bardağı su
1 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı tereyağı
200 gram kavurma, tuz

ÜZERİ İÇİN:
Nane ve pulbiber

MISIR unu, süt ve suyu tencereye alıp, kaynayana dek sürekli karıştırın. Ayrı bir yerde salçayı tereyağında kavurun. Küp doğranmış kavurma ilave edip karıştırın. Çorba kaynamaya başlayınca, salçalı karışımı ve tuzu ilave edip bir taşım daha kaynatın. Ocaktan alıp, arzunuza göre nane ve pulbiber serpip servis yapın.

Aklınızda bulunsun!

• Pumpum çorbası, Bartın mutfağına özgü lezzetlerden biri.

• Çorbayı kıvamlı seviyorsanız, kaynamaya başladıktan sonra bir süre daha pişirip kıvamını koyulaştırabilirsiniz.

• Patates kabuklarının kolay temizlenmesi için haşlama suyuna 1 çay kaşığı tuz ilave etmeniz yeterli olacaktır.





doyumluk

SÜTLÜ MISIR ÇORBASI (PUMPUM)

Tarifi
yan sayfada



ROKA SALATASI 4 KİŞİLİK

1 büyük demet roka, **1** adet kırmızı biber
2 çorba kaşığı lor peyniri
2 çorba kaşığı iri dövülmüş ceviz, tuz

LAVAŞ KITIRLARI İÇİN:
1 adet lavaş, **1** çay kaşığı toz kırmızıbiber
1 çorba kaşığı zeytinyağı

ÇITIR NOHUT İÇİN:
1 su bardağı haşlanmış nohut, **1** çorba kaşığı zeytinyağı
1/2'şer çay kaşığı kimyon, karabiber ve zerdeçal

SOS İÇİN:
1 adet limon, **2** çorba kaşığı zeytinyağı

1 LAVAŞ kıtırları için lavaşı küçük üçgenler elde edecek şekilde kesip, toz kırmızıbiber ve zeytinyağı ile harmanlayın. Fırın tepsisine yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin ve kenara alın.

2 Haşlanmış nohudu tavaya alıp, zeytinyağı, kimyon, karabiber ve zerdeçal ilave edip çıtırdamaya başlayana dek kavurup, ocaktan alın. Nohut, irice doğranmış roka, kıyılmış kırmızı biber, ufalanmış lor peyniri, ceviz ve tuzu harmanlayıp salata tabağına alın.

3 Sos için limon suyu ile zeytinyağını iyice çırpıp salatanın üzerine gezdirin. Lavaş kıtırlarını salatanın üzerine aralıklı olarak yerleştirip servis yapın.

PİZZA POĞAÇA 6-8 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN:
4 su bardağı un, **125** gram oda sıcaklığında tereyağı
1 çay bardağı sıvıyağ, **1** paket kabartma tozu, **1** çay bardağı yoğurt
1 adet yumurta + **1** adet yumurtanın akı, tuz

İÇİ İÇİN:
2 adet kırmızı biber, **1/2** demet maydanoz
1 su bardağı tuzsuz lor peyniri
1 çay bardağı çekirdekleri çıkarılmış siyah zeytin

ÜZERİ İÇİN:
1 adet yumurta sarısı, **1** çorba kaşığı sıvıyağ
1'er çorba kaşığı susam veya çörekotu

1 HAMUR için tüm malzemeyi yoğurma kabına alıp, ele yapışmayan bir hamur elde edene dek yoğurun.

2 İçini hazırlamak için kırmızı biberleri ocakta közleyip kabuklarını temizleyin ve mutfak havlusu ile suyunu alın. Daha sonra küp doğrayın. Maydanozu kıyın. Lor peynirini ufalayın. Siyah zeytini kıyıp, tüm iç malzemeyi hamura ilave edin ve karıştırın. Hamurdan mandalina büyüklüğünde bezeler koparıp elinizde gelişigüzel yuvarlayın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirin.

3 Üzeri için yumurta sarısı ile sıvıyağı çırpıp hamurların üzerlerine sürün. Susam veya çörekotu serpin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.



10.001.000

Rihanna'nın listeye seçildiği
2013 yılında sattığı toplam albüm sayısı.

30 •ALTI• 30

Dünyanın en prestijli listesi Forbes 30Altı30,
onun gibi fark yaratan, sınırları zorlayan, dünyaya meydan okuyan gençleri arıyor.
Sen de aday ol ya da adayını göster.
forbes.com.tr/30alti30

TÜRKİYE Forbes

TURKUVAZ DERGİ GRUBU



PRATİK TATLAR

MÜJGAN YURTSEVEN
@mujganyurtseven

BRUNCH TADINDA iftar

ağızlara lezzet

ANTEPFISTIKLI BADEMLİ HURMA

Tarifi yan sayfada

Hep ağır sunumlar, yoğun tatlar olacak değil ya... Hafif ve pratik tariflerle brunch tadında bir iftar sofrası kurmaya ne dersiniz? ***Müjgan Yurtseven***, Ramazanın simge tatlarını da kullanarak bahara yakışan iftar ikramları hazırladı.

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



ANTEPFISTIKLI BADEMLİ HURMA

10-12 KİŞİLİK

15 adet Medine hurması
30 adet badem
50 gram beyaz çikolata
2 çorba kaşığı toz antepfıstığı

HURMALARIN üst kısımlarına kesik atarak şeklini bozmadan çekirdeklerini çıkartın. Her birinin içine 2'şer adet badem yerleştirin. Beyaz çikolatayı benmari usulü eritin ve hurmaların kesilmiş uçlarını çikolataya batırıp antepfıstığına bulayın. Donması için pişirme kağıdı serili bir fırın tepsisine dizin. Çikolatası tamamen donduktan sonra servis yapın.

6-8 KİŞİLİK

ZERDEÇALLI GAMBİLYA ÇORBASI

1 su bardağı gambilya (Bodrum baklası)
2 çorba kaşığı zeytinyağı, **1** adet soğan
1 adet havuç, **2** diş sarmısak
1/2 çay kaşığı toz zerdeçal
1/2 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı pulbiber
1 çay kaşığı kimyon, **1** çay kaşığı tuz
5 su bardağı sıcak su
1/2 limonun suyu

ÜZERİ İÇİN:
2 çorba kaşığı nar ekşisi, mikro filizler

GAMBİLYAYI bol suda yıkayın. Zeytinyağını bir tencereye alıp ısıtın. Yemeklik doğranmış soğan ve irice doğranmış havucu soteleyin. Gambilya, doğranmış sarmısak, tuz ve baharatları ekleyip karıştırın. Sıcak suyu ekleyip tencerenin kapağını kapatın ve gambilya yumuşayana kadar kısık ateşte pişirin. Daha sonra blenderden geçirip limon suyu ekleyin. Küçük bardaklara alıp üzerine nar ekşisi gezdirin. Mikro filizlerle süsleyip servis yapın.

Aklımızda bulunsun!

- Bu çorbayı dilerseniz ılık veya soğuk olarak da servis yapabilirsiniz.
- Gambilya, Bodrum civarında yetişen, mercimekten biraz daha büyük, tadı bezelyeyi andıran bir bakliyat çeşididir. Favası da yapılır.



TORTİLLA ÇANAĞINDA TAVUK KAVURMA 6 KİŞİLİK

6 adet mini tortilla, **500** gram kemiksiz tavuk kalça
2 çorba kaşığı sıvıyağ, **3** diş sarmısak
1 adet soğan, **3** adet sivri biber
1'er adet kırmızı ve sarı biber, **3** dal taze kekik
1/2 çay kaşığı karabiber, **1** çay kaşığı tuz

TORTİLLALARI muffin kalıplarına yerleştirin. Önceden ısıtılmış 150 derece fırında hafif pembeleşene kadar, 10-15 dakika pişirin. Tavuk etini küçük küp şeklinde doğrayın. 1 çorba kaşığı sıvıyağı tavaya alıp tavuk etini suyunu salıp çekene dek kavurun ve kanara alın. Kalan yağı ayrı bir tavaya alıp, kıyılmış sarmısak, küp doğranmış soğan, tuz ve biberleri soteleyin. Üzerine sotelediğiniz tavuk etini ekleyip 2-3 dakika birlikte pişirin. Karışımı hazırladığınız tortilla çanaklarına pay edin ve taze kekikle süsleyerek servis yapın.

PAZILI SPİRAL BÖREK
10-12 KİŞİLİK

3 adet yufka, **200** ml krema
4 çorba kaşığı zeytinyağı

İÇ MALZEME İÇİN:
500 gram pazı, **200** gram beyaz peynir
100 gram rendelenmiş mozzarella veya taze kaşar peyniri
2 adet yumurta
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı pulbiber

ÜZERİ İÇİN:
1 adet yumurta sarısı
2 çorba kaşığı susam

1 İÇ malzeme için pazıları yıkayıp saplarını ayırın. Yapraklarını ince doğrayıp geniş bir kaba alın. Üzerine kalan malzemeyi ekleyin ve elinizle yoğurarak karıştırın.

2 1 adet yufkayı düz bir zemine serin. Üzerine, her yerini kaplayacak şekilde zeytinyağı sürün. 2'nci yufkayı üzerine yerleştirip zeytinyağı sürün. Ardından 3'üncü yufkayı da koyup zeytinyağı sürün ve hazırladığınız iç malzemeyi her yerine eşit şekilde dağıtın. Yufkaları rulo şeklinde sarın ve ortadan ikiye kesin. Ruloları sıkıca streç filme sarıp buzdolabının buzluğunda 1 gece bekletin.

3 Pişireceğiniz zaman kesilecek kadar yumuşaması için oda sıcaklığında bekletin. Daha sonra 2 cm kalınlığında dilimleyerek pişirme kağıdı serilmiş bir tepsiye yerleştirin. Üzerlerine çırpılmış yumurta sarısı sürüp susam serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirin.

Atıksız Sofra

Yapraklarını kullandığınız pazıların saplarını atmayıp kavurduktan sonra çorba, pilav veya salatalarınıza ekleyebilirsiniz. Yoğurtlu meze yapabilir veya üzerine yumurta kırarak değerlendirebilirsiniz.

REYHAN ŞERBETİ 8-10 KİŞİLİK

1 demet taze reyhan
1/2 su bardağı tozşeker
1 çay kaşığı limon tuzu
5-6 adet karanfil, **3-4** adet kakule
5 su bardağı kaynar su

SERVİS İÇİN:
Reyhan ve fesleğen

REYHANLARI yıkayıp kuruladıktan sonra tencereye alın. Tozşeker, limon tuzu, karanfil ve kakuleyi ekleyin. Üzerlerine kaynar suyu ilave edip tencerenin kapağını kapatıp 1 saat demlenmeye bırakın. Tel süzgeçten geçirerek cam sürahiye alın. Buzdolabında soğuttuktan sonra taze reyhan ve fesleğen yapraklarıyla süsleyerek servis edin.

çok lezzetli

PAZILI SPİRAL BÖREK

Tarifi yan sayfada

Aşçının notu

- Böreği pazı yerine aynı miktarda ıspanak ile de yapabilirsiniz.
- Bu böreği hazırladıktan sonra 2-3 ay buzlukta saklayabilir ve gerektiğinde çıkartıp pişirebilirsiniz.



TAZE OTLU PEYNİRLİ DOMATES DOLMASI VE SALATALIK RULOLARI 4-6 KİŞİLİK

DOMATES DOLMASI İÇİN:
6 adet salkım domates, **200** gram ufalanmış beyaz peynir
7-8 dal frenk soğanı, **7-8** adet fesleğen yaprağı
1 çorba kaşığı zeytinyağı, karabiber, pulbiber

SALATALIK RULOLARI İÇİN:
2 adet salatalık, **100** gram beyaz peynir
6-8 adet siyah zeytin, **2** adet kurutulmuş domates
3 dal dereotu, **1** çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı krem peynir

1 DOMATES dolması için domateslerin üst kısımlarını kapak şeklinde kesin ve içlerini çay kaşığı ile oyun. Frenk soğanı ve fesleğeni ince kıyın. Diğer malzemeyle karıştırıp domateslerin içini doldurun. Kapaklarını kapatarak servis yapın.

2 Salatalık ruloları için sebze soyacağı ile salatalıklardan ince dilimler kesin. İç malzemesi için peyniri ezin. Zeytinlerin çekirdeklerini çıkarıp küçük doğrayın. Kurutulmuş domatesleri yumuşayana kadar suda bekletip küçük küpler halinde doğrayın. Zeytin, kuru domates, kıyılmış dereotu ve zeytinyağını ezilmiş peynirin üzerine ekleyip karıştırın.

3 Salatalık dilimlerinin üzerine krem peynir sürün. Üzerine hazırladığınız karışımdan yayıp rulo şeklinde sarın. Enlemesine bir kürdan geçirip sabitledikten sonra servis yapın.

SÜZME YOĞURTLU KIZARTMA 6-8 KİŞİLİK

4 adet patlıcan, **1**'er adet kırmızı ve sarı biber
4 adet sivri biber, **200** gram süzme yoğurt

KIZARTMAK İÇİN: Sıvıyağ

ÜZERİ İÇİN:
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
5-6 adet acı süs biberi, **2** çorba kaşığı zeytinyağı

PATLICANLARIN 2 tanesini halka, 2 tanesini de küçük küp şeklinde doğrayın. 30 dakika tuzlu suda bekletip acısını alın. Ardından soğuk suyla yıkayıp kurulayın. Biberleri de yıkayıp kuruladıktan sonra küçük küp şeklinde doğrayın. Kızartma yağını ısıtıp tüm sebzeleri kızartın. Kâğıt havlu yardımıyla fazla yağını alın. Servis için süzme yoğurdu servis tabağının tabanına yayın. Üzerine halka şeklinde doğranmış patlıcanları dizin. Ardından küp doğranmış sebzeleri ekleyin. Üzeri için küçük bir sos kabında zeytinyağını ısıtın. Süs biber, toz kırmızıbiber ve dolmalık fıstık ekleyip ocaktan alın. Kızartmanın üzerine gezdirip servis yapın.

Aşçının notu

- Sebzeleri zeytinyağ ile karıştırarak fırında da pişirebilirsiniz.
- Dilerseniz süzme yoğurdu kızarmış ekmeklere sürüp, kızartmayı üzerine koyarak servis yapabilirsiniz.





EKMEK ÜSTÜ PASTIRMA
6 ADET

6 dilim kızarmış baget ekmeği
6 dilim pastırma
6 çorba kaşığı labne peyniri
3 adet biberli yeşil zeytin
3-4 dal taze kekik

KIZARMIŞ ekmeklere labne peyniri sürün. Üzerine pastırma ve zeytin dilimlerini yerleştirin. Taze kekikle süsleyerek servis yapın.



HELLİMLİ SUCUK ŞİŞLERİ 8-10 KİŞİLİK

200 gram hellim peyniri, **200** gram sucuk
2 adet sivri biber, **1** çorba kaşığı sıvıyağ, **3-4** dilim pide

SUCUK, hellim peyniri ve biberleri aynı ebatta kesin. Şişlere sırasıyla peynir, biber ve sucuk geçirin. Döküm demir bir tavaya sıvıyağ döküp ısıtın ve hellimli sucuk şişlerini kızartın. Daha sonra tavaya pideleri koyup ısıtın. Servis tabağına önce pide sonra da şişleri yerleştirip servis yapın.



MOZZARELLA VE ANANASLI ATIŞTIRMALIKLAR 6 ADET

12 adet mini top mozzarella peyniri
1 dilim ananas
3-4 dal taze nane

ANANAS dilimini 6 eşit parçaya kesin. Dekoratif kürdanlara sırası ile ananas, nane yaprağı ve 2 adet mozzarella geçirip servis yapın.

Öneriler

- Pürmüzünüz yoksa, önceden ısıtılmış 180 derece fırının ızgara ayarında, üzerleri kızarana kadar pişirebilirsiniz.
- Tatlının üzerini pürmüzle yakmadan, çilek veya turunç reçeliyle süsleyerek de servis yapabilirsiniz.

SÜTLAÇ BRÜLE 8 KİŞİLİK

1 su bardağı Osmancık pirinç
2 litre sıcak süt
1.5 su bardağı tozşeker
2 paket vanilya, yeteri kadar su

ÜZERİ İÇİN:
8 çorba kaşığı tozşeker
200 gram yaban mersini
Yenilebilir çiçek

PİRİNCİ derin bir tencereye alın ve üzerini 4 parmak geçecek kadar su ekleyin. Kaynayana dek yüksek, kaynamaya başladıktan sonra kısık ateşte ve dibinin tutmasını önlemek için ara sıra karıştırarak pirinç yumuşayana kadar pişirin. Pişen pirince sıcak süt ekleyin ve kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp ara sıra karıştırarak 25-30 dakika pişirin. Tozşeker ekleyip karıştırın. 10 dakika daha pişirdikten sonra vanilya ilave edip karıştırın ve ocaktan alın. Bekletmeden brüle kaplarına pay edip buzdolabında soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra üzerlerine birer çorba kaşığı tozşeker serpip pürmüz ile yakın. Daha sonra yaban mersini ve yenilebilir çiçeklerle süsleyip soğuk servis yapın.



En yetenekli 30 genç kim?



30
•ALTI•
30
Forbes

DÜNYANIN
EN PRESTİJLİ
LİSTESİ İÇİN ADAY OL
YA DA ADAY GÖSTER

TÜRKİYE Forbes

forbes.com.tr/30alti30

MERVE AYDIN



Çanakkale 18 Mart Üniversitesi Gastronomi Bölümü mezunu olan ve öğrencilik yıllarında Sofra Dergisi'ni heyecanla takip eden Selenay, Can ve Merve yıllar sonra Sofra çekiminde buluştu :)

Stilist: **SELENAY KÜBRA KOÇER**
Fotoğraflar: **CAN METE**

ÇİKOLATA şöleni

İftar sofralarında buluşulup yenilen bereketli akşam yemeklerinin ardından gelen tatlı ve çay keyfi Ramazan'ın olmazsa olmazlarındandır. Şef ve eğitmen ***Merve Aydın***, bu lezzetli anlara eşlik etmek için Ramazan'ın vazgeçilmezi hurmaya da yer verdiği bol çikolatalı tariflerini bizlerle paylaştı.

bitter ziyafeti

HURMALI YOĞUN ÇİKOLATALI KEK

Tarifi **84.** sayfada

Aklınızda bulunsun!

Bu kurabiye hamurunu rulo şeklinde sarıp buzlukta saklayabilirsiniz. Acil durumlarda dilimledikten sonra pişirip servis yapabilirsiniz.

tatlı ödül

BEYAZ ÇİKOLATALI VE YABAN MERSİNLİ KURABİYE

Tarifi **84.** sayfada





HURMALI YOĞUN ÇİKOLATALI KEK 6-8 KİŞİLİK

6 adet hurma
300 gram kuvertür bitter çikolata
150 gram tereyağı, **3** adet yumurta
100 gram esmerşeker, **100** gram un
15 gram kakao, tuz

GANAJ İÇİN:
250 gram kuvertür bitter çikolata
150 ml krema

ÜZERİ İÇİN: Frenk üzümü

1 KEK hamuru için çikolatayı küçük parçalar halinde doğrayıp tereyağı ile birlikte orta boy bir tencereye alın ve kısık ateşte eritin. Eriyip iyice karıştıktan sonra soğuması için kenara alın.

2 Yumurta ve esmerşekeri mikser yardımıyla köpürene kadar çırpın. Erittiğiniz çikolata ve tereyağı karışımını yumurtalara ekleyip karıştırın. Kalan malzemeyi ekleyip topak kalmayana kadar çırpın. Hazırladığınız karışımı yağlanmış veya pişirme kağıdı ile kaplanmış 25x25 cm ebadında kare bir fırın kabına dökün. Hurmaların çekirdeklerini çıkarıp ikiye böldükten sonra kek hamuruna batırın. Keki spatula yardımıyla düzelterek hurmaların üzerini kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20-25 dakika pişirip fırından alın.

3 Ganaj için çikolatayı küçük parçalar halinde doğrayın. Krema ile beraber küçük boy bir tencereye alıp kısık ateşte eritin. Pürüzsüz bir kıvam alınca ılınması için kenara alın.

4 Kek tamamen soğuyup ganaj da ılınınca, kekin üzerine dökün ve buzdolabında soğumaya bırakın. Ganajı donduktan sonra frenk üzümü veya dilediğiniz meyvelerle süsleyerek servis yapın.

Aşçının notu

➵ Bu kekin pişip pişmediğini anlamak için üzerine bakmanız gerekir. Eğer normal kekler gibi bu keke kürdan veya bıçak batırarak pişip pişmediğini kontrol etmek isterseniz kekin yapısı gereği kürdana yapıştığını göreceksiniz. Bu kek tarifi için doğru kıvam, içinin ıslak ve dışının sert bir kabuğa sahip olmasıdır. Bu şekilde kontrol ettiğinizde, içi ıslak olduğu için pişmediğini düşünür ve daha fazla pişirirseniz kekiniz çok kuru olacaktır.

➵ Dilerseniz keki tepsiden çıkarmadan, ganajı döküp pürüzsüz ve kalıp gibi çıkmasını sağlayabilirsiniz. Dilerseniz tepsiden çıkarıp yanlarından akıtarak da servis yapabilirsiniz.

➵ Kuvertür çikolata yerine, marketten aldığınız tablet çikolataları da kullanabilirsiniz. Fakat tüm çikolataların yağ, süt ve kakao oranları aynı olmadığından, kıvam konusunda farklılıklar yaşayabilirsiniz.

BEYAZ ÇİKOLATALI VE YABAN MERSİNLİ KURABİYE 10-12 KİŞİLİK

250 gram yaban mersini, **360** gram un
1 paket kabartma tozu
170 gram oda sıcaklığında tereyağı
150 gram tozşeker
50 gram esmerşeker, **1** adet yumurta
5 ml vanilya özütü veya **1/2** paket vanilya
2 adet limenin (misket limonu) rendelenmiş kabuğu
2 çorba kaşığı lime suyu, **60** ml süt, **1** tutam tuz

ÜZERİ İÇİN:
200 gram kuvertür beyaz çikolata

1 KURABİYE hamuru için un, kabartma tozu ve tuzu bir kapta karıştırın. Başka bir kapta tereyağı, tozşeker ve esmerşekeri mikser ile krema haline gelene kadar çırpın. Krema haline geldiğinde içine yumurta, vanilya özütü, rendelenmiş lime kabuğu ve lime suyu ekleyip biraz daha çırpın. Daha sonra süt ve karıştırdığınız kuru malzemeyi ekleyip yoğurmaya başlayın. Hamurun yapışkan ve cıvık bir kıvamı olmalı. Hamur homojen bir hale geldiğinde, yaban mersini ekleyip çok bastırmadan ve ezmeden karıştırın. Buzdolabında 1 saat bekletin. Soğuduktan sonra dilerseniz kaşıkla şekil verin, dilerseniz 2 adet pişirme kağıdı arasında merdane yardımıyla 1 parmaktan daha kalın olmayacak şekilde açıp dilediğiniz formu verin. Daha sonra pişirme kağıdı serili bir fırın tepsisine, çok geniş aralıklarla (pişerken yayılacakları için) dizin.

2 Tepsideki kurabiyelerin görünen kısımlarındaki yaban mersinlerine bıçak ile kesikler atın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 12-14 dakika, altları hafif altın sarısına dönene kadar pişirin. Kurabiyeler fırından çıktığında yumuşak olacakları için fırın tepsisinde soğumaya bırakın.

3 Benmari usulü erittiğiniz beyaz çikolatayı, iyice soğuyan kurabiyelerin üzerine bir kaşık yardımıyla ince çizgiler halinde gezdirip servis yapın.





HURMALI ÇİKOLATALI PUDİNG
6 KİŞİLİK

KADAYIFLI KITIR İÇİN:
200 gram taze kadayıf
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı pudraşekeri
2 çorba kaşığı file badem

PUDİNG İÇİN:
50 gram kakao, **360** ml süt
90 gram kuvertür bitter çikolata
5 ml vanilya özütü veya **1/2** paket vanilya
1 çorba kaşığı bal
15 adet hurma, **1** tutam tuz

SÜSLEME İÇİN:
Kurutulmuş hindistancevizi, frenk üzümü
File badem, rendelenmiş çikolata

1 KADAYIFLI kıtır için kadayıfı elinizle didikleyin. Tereyağını bir tavada eritip kadayıfı ekleyin ve kavurmaya başlayın. Üzerine pudraşekeri ve file badem ekleyip kavurmaya devam edin. Rengi koyulaşana kadar kavurup ocaktan alın ve soğumaya bırakın.

2 Puding için kakao, süt, vanilya ve doğranmış bitter çikolatayı bir tencereye alıp iyice karıştırın. Ocağa oturtup pürüzsüz bir kıvam alana kadar orta ateşte pişirin. Ocaktan alıp bal ve tuz ekleyerek ılıtın. Diğer taraftan hurmaların çekirdekleri çıkarın ve mutfak robotuna alıp püre haline gelene kadar çekin. Her seferinde 1-2 çorba kaşığı puding ekleyerek hurma ile birlikte çekin ve tüm pudingi hurma ile karıştırın.

3 Servis kaplarınızın altına 1 parmak kalınlığında kadayıflı kıtır koyun. Üzerine 2-3 parmak yüksekliğinde hurmalı puding dökün. İyice soğuttuktan sonra kurutulmuş hindistancevizi, frenk üzümü, rendelenmiş çikolata ve file badem ile süsleyerek servis yapın.



Aklınızda bulunsun!

Trüfleri kapalı bir kapta; dışarıda kuru ve serin bir ortamda dört gün, buzdolabında ise bir haftaya kadar muhafaza edebilirsiniz.



HURMALI VE PORTAKALLI TRÜF
12-14 KİŞİLİK

8 adet hurma
450 gram kuvertür bitter çikolata
250 ml krema
50 gram tereyağı
2 çorba kaşığı rendelenmiş portakal kabuğu

KAPLAMA İÇİN:
200 gram bitter çikolata
2 paket kakao

1 TRÜF için çikolatayı kabaca doğradıktan sonra krema ile beraber tamamen eriyip karışana kadar ocakta karıştırın. Eridikten sonra ocaktan alıp üzerine küçük doğranmış hurma, rendelenmiş portakal kabuğu ve tereyağı ekleyip karıştırın. Çabuk donması için düz ve geniş bir tepsiye döküp yayın ve buzdolabına kaldırın. Kıvamı iyice koyulaşıp elde şekil verecek hale gelene kadar bekletin. Daha sonra karışımdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp avucunuzda yuvarlayın ve 10 dakika da bu şekilde soğumaya bırakın.

2 Kaplaması için 200 gram bitter çikolatayı benmari usulü eritin. Eriyip pürüzsüz bir kıvam alınca ocaktan alın. Kakaoyu geniş bir kaba alın.

3 Dolapta beklettiğiniz trüfleri çıkarın. Bir elinizin tamamına benmari usulü erittiğiniz çikolatadan sürün. Trüfleri elinizde yuvarlayarak çikolata ile kaplanmasını sağlayın ve hiç beklemeden kakaonun içine atın. Her biri için bu işlemi uyguladıktan sonra trüflerin üzerindeki fazla kakaoyu silkeleyip servis yapın.


EN SEVDİĞİNİZ ŞARKININ
TADI DAMAĞINIZDA KALMASIN
RADYO
TURKUVAZ
MÜZİĞE DOYURAN RADYO
HER ZAMAN YANINIZDA
İSTANBUL İZMİR ANKARA BURSA ADANA
93.5 101.0 90.2 100.7 90.8
TURKUVAZ MEDYA GRUBU
www.turkuvazradyolar.com
Hemen indir!
App Store'dan İndirin
Google play'den İndirin
turkuvazradyo
turkuvazdijitalradyolar
radyoturkuvaz



TÜRK MUTFAĞI

KADİR OKUDAN

İftar misafirlerini usta elinden çıkma lezzetli dokunuşlarla dolu bir sofrada ağırlamak isteyenlere, Ramazan için özel bir menü hazırlayan Hyatt Regency İstanbul Ataköy'ün şefi Kadir Okudan'dan pratik tarifler aldık.

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

lezzeti içinde

TAVUK SARMA

Tarifi yan sayfada

Sofraya ŞEF DOKUNUŞU

TAVUK SARMA
4 KİŞİLİK

4 adet kemiksiz tavuk budu

İÇ MALZEME İÇİN:
400 gram mantar, **1** adet soğan
3 çorba kaşığı zeytinyağı
250 gram ıspanak, **100** gram keçi peyniri
2 çorba kaşığı tereyağı, tuz, karabiber

İÇ PİLAV İÇİN:
2 su bardağı pirinç
2 tatlı kaşığı kuşüzümü
4 çorba kaşığı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı dolmalık fıstık
1 adet soğan, **3** su bardağı sıcak tavuk suyu
1'er çay kaşığı tarçın, yenibahar, karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

1 İÇ malzeme için zeytinyağını geniş bir tavaya alıp ısıtın ve küp doğranmış soğanı rengi pembeleşene kadar kavurun. İnce kıyılmış mantar ilave edip kavurmaya devam edin. Mantar suyunu salıp çektikten sonra ıspanak, tuz ve karabiber ekleyip 1-2 dakika daha kavurun ve ocaktan alın. Ilındıktan sonra peynir ve tereyağı ekleyip karıştırın.

2 Tavuk butlarını et döveceği yardımı ile olabildiğince inceltin. Düz bir zemine derili kısmı alta gelecek şekilde aralıklı olarak yerleştirin. İç malzemeyi butlara pay edip sıkıca sarın. Tavuk sarmayı pişirme kağıdı serili fırın tepsisine alın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında, derisi çıtırlaşıp içi pişene kadar tutun.

3 İç pilav için kuşüzümünü 10 dakika sıcak suda bekletip süzün. Zeytinyağını bir tencereye alıp ısıtın. Sırasıyla dolmalık fıstık ve soğanı renkleri dönene dek kavurun. Üzerine yıkanıp süzülmüş pirinç, kuşüzümü ve tuz ilave edip pirinç beyazlaşana dek kavurun. Tavuk suyu, baharat ve tuz ekleyip tencerenin kapağını kapatın. Kaynayana dek yüksek, kaynadıktan sonra kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Ocaktan alın ve üzerine kağıt havlu kapatarak 10 dakika demlendirin ve tavuk sarma ile servis yapın.

Aşçının notu
Evinizde et döveceği yoksa, kasaptan dövülmüş but eti alabilirsiniz.



ASMA YAPRAĞI ÇORBASI
4 KİŞİLİK

20 adet asma yaprağı, **10** çorba kaşığı pirinç
2 tatlı kaşığı kuşüzümü, **10** adet arpacık soğan
2 diş sarmısak, **1** çorba kaşığı tereyağı
2 tatlı kaşığı dolmalık fıstık, **2** çay bardağı tavuk suyu
2 su bardağı su, **2** çorba kaşığı yoğurt, tuz, karabiber, yenibahar

1 ASMA yaprağının tuzunu almak için ılık suda 20 dakika bekletin. Daha sonra süzün ve yaprakları tek tek yıkayın. Diğer taraftan pirinç ve kuşüzümünü ayrı kaplarda yıkayıp süzün.

2 Tereyağını eritip dolmalık fıstık, kıyılmış soğan ve ezilmiş sarmısağı renkleri dönen dek kavurun. Su, tavuk suyu, asma yaprağı, pirinç, kuşüzümü,tuz ve baharatları ekleyin. Pirinç yumuşayınca yoğurdu ekleyip ocaktan alın. Blenderden geçirip servis tabaklarına alın. Kruton ile süsleyerek servis yapın.

Öneri
Salamura asma yaprağının tuz oranı değişkenlik göstereceği için tadını kontrol ederek tuz ekleyin.

BAKLAVA MİLFÖY KATMANLARI 4 KİŞİLİK

HAMURU İÇİN:
10 adet baklava yufkası, **1** çorba kaşığı tozşeker
4 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı

FISTIK KREMASI İÇİN:
1 Türk kahvesi fincanı toz antepfıstığı
100 gram beyaz çikolata, **1** çay bardağı krema

KAYMAK KREMASI İÇİN:
200 gram kaymak, **1** çorba kaşığı tozşeker

SERVİS İÇİN:
Meyve, dondurma ve yenilebilir çiçek

1 BAKLAVA yufkalarının arasına eritilmiş tereyağı sürüp 1'er tutam tozşeker serpiştirerek orta boy bir fırın tepsisine kat kat dizin. Yufkaların kabarmasını önlemek için üzerlerine başka bir tepsi daha yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 20 dakika pişirin. Fırından çıkartıp ılınmaya bırakın. Ilındıktan sonra 16 dikdörtgen parça olacak şekilde kesin.

2 Fıstık kreması için beyaz çikolatayı kremayla beraber benmari usulü eritin. İçine toz antepfıstığını da ekleyip karıştırın. Hazırladığınız kremayı sıkma torbasına alıp buzdolabında 1-2 saat bekletin.

3 Kaymak kreması için kaymakla tozşekeri çırpın. Ardından aynı şekilde sıkma torbasına alıp 1-2 saat buzdolabında bekletin.

4 Dikdörtgen şeklindeki kestiğiniz yufkalardan 4 tanesini düz bir zemine alın. Üzerlerine hazırladığınız fıstık ve kaymak kremasından birer sıra sıkın. 2'nci yufkayı kapatıp kremalardan sıkın. Toplam 4 kat olacak şekilde aynı işleme devam edin. Meyve, dondurma ve yenilebilir çiçek ile servis yapın.





KANDIRA DOMATESİ SALATASI 4 KİŞİLİK

4 adet domates
20 adet kiraz domates
20 adet halhali zeytini
100 gram Erzincan tulum peyniri
2 çorba kaşığı zahterli zeytinyağı
1 tatlı kaşığı üzüm pekmezi
1 tatlı kaşığı nar ekşisi
Tuz

DOMATESLERİ arzunuza göre kabuklu veya kabuksuz olarak küp şeklinde doğrayın. Kiraz domatesleri ortadan ikiye bölün. Bir karıştırma kabında peynir hariç tüm malzemeyi iyice harmanlayın. Karışımı servis tabaklarına alın. Üzerine ufalanmış peynir ekleyerek servis yapın.

SAKIZ ENGİNARI MÜCVERİ 4 KİŞİLİK

FONDÜ İÇİN:
2 su bardağı süt, **2** tatlı kaşığı tereyağı, **1** çorba kaşığı un
3 çorba kaşığı rendelenmiş Ezine peyniri, tuz, karabiber

MÜCVER İÇİN:
6-7 adet çanak enginar, **4** dal kıyılmış taze soğan
4 dal kıyılmış dereotu, **2** adet yumurta
2 çorba kaşığı un, tuz, karabiber

KIZARTMAK İÇİN: 1 su bardağı sıvıyağ

1 FONDÜ için tereyağını eritip unu kavurun. Süt ilave edip hızlıca karıştırın. Peynir, tuz ve karabiber ekleyip ocaktan alın.

2 Mücver için enginarları rendeleyip taze soğan, dereotu, çırpılmış yumurta, un, tuz ve karabiber ekleyin. Harçtan parçalar alıp 2 adet kaşık yardımıyla un helvası şekillendirir gibi şekillendirin ve sıvıyağda kızartın. Enginar mücverlerini peynirli fondü ile servis yapın.


çok hafif
BAKLAVA MİLFÖY KATMANLARI
Tarifi yan sayfada



DİLŞAT'IN DENEME MUTFAĞI

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

Meyveli TATLILAR

mis kokulu

YABAN MERSİNLİ KUMKUAT DOLMA

Tarifi **94.** sayfada

Şerbetli tatlılar yerine tercihini meyveli, soslu ve sütlü tatlılardan yana kullanmak isteyenler için mutfağa giren ***Dilşat Yaşar,*** gönül rahatlığıyla uygulayabileceğiniz, hem görünümü hem de lezzetiyle tadanları mutlu edecek tarifler geliştirdi.

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

masum tatlı

MUZLU VE YULAFLI TART

Tarifi **94.** sayfada



YABAN MERSİNLİ KUMKUAT DOLMA
6 KİŞİLİK

400 gram yaban mersini
12 adet kumkuat
2 çorba kaşığı mısır nişastası
2 Türk kahvesi fincanı süt
3 çorba kaşığı tozşeker
1 tatlı kaşığı limon suyu

1 NİŞASTAYI sütün yarısı ile açın. Diğer taraftan yaban mersini, tozşeker ve kalan sütü küçük bir tencereye alıp ocağa oturtun. Kaynamaya başlayınca altını kısıp koyulaşana dek pişirin. Koyulaşmaya başlayınca limon suyu ekleyip ocaktan alın ve blenderden geçirin.

2 Kumkuatların içlerini boşaltıp, çıkan kısımları nişastalı karışıma ilave edin ve yeniden blenderden geçirin. Daha sonra sıkma torbasına alın. Kumkuatları servis tabağına rahat yerleştirmek için alt kısımlarından hafifçe kesip tabağa yerleştirin. İçlerine karışımı sıkın ve soğuduktan sonra servis yapın.





MUZLU VE YULAFLI TART
6-8 KİŞİLİK

2 adet ezilmiş olgun muz
6 çorba kaşığı badem unu
6 çorba kaşığı yulaf kepeği
2 çorba kaşığı buğday unu
3 çorba kaşığı keçiboynuzu pekmezi
2 çorba kaşığı tozşeker
1 Türk kahvesi fincanı süt

KALIBI YAĞLAMAK İÇİN:
1 çorba kaşığı zeytinyağı

ÜZERİ İÇİN:
200 gram labne veya mascarpone peyniri
3 çorba kaşığı bal
4 çorba kaşığı yoğurt
1 çorba kaşığı limon suyu

SÜSLEMEK İÇİN:
Karadut ve frenk üzümü

1 TART hamuru için tüm malzemeyi karıştırın. Orta boy yuvarlak ve kelepçeli bir kek kalıbını pişirme kağıdı ile kaplayın ve yağlayın. Hamuru kalıba bastırarak yayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişirin ve soğumaya bırakın.

2 Üzeri için tüm malzemeyi çırpıp soğuk tartın üzerine yayın. Karadut ve frenk üzümü ile süsleyip servis yapın.

FIRINDA ANANAS 4 KİŞİLİK

1 adet ananas, **1** çorba kaşığı bal
1 çorba kaşığı hazır acı sos
1 tutam kaya veya deniz tuzu

VANİLYA SOS İÇİN:
1 çorba kaşığı mısır nişastası
2.5 su bardağı süt, **1/2** su bardağı tozşeker
2 adet yumurta sarısı, **1** adet çubuk vanilya

1 ANANASIN kabuklarını temizleyip, halka şeklinde doğrayın ve kenara alın. Kalan malzemeyi bir kasede karıştırıp, ananasları bu sosa bulayın. Daha sonra buzdolabı poşetine yerleştirip, 1 saat buzdolabında dinlendirin.

2 Fırın tepsisini pişirme kağıdı ile kaplayıp, üzerine fırın ızgarasını yerleştirin ve ananasları ızgaraya dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Ters yüz edip, yeniden 15 dakika pişirin.

3 Vanilya sos için nişasta ve yarım su bardağı sütü iyice çırpın. Tozşeker ve yumurta sarısı ekleyip yeniden çırpın.

4 Çubuk vanilyayı boylamasına ikiye kesip, tohumlarını bir bıçağın yan kısmı ile sıyırın ve tencereye alın. Kabukları da tencereye atıp, kalan 2 su bardağı sütü ilave edin ve ılınana dek pişirin. Daha sonra vanilya kabuklarını içinden alın. Vanilyalı karışımı çorba kaşığı yardımıyla azar azar ve mikserle sürekli karıştırarak nişastalı karışıma ekleyin. Koyulaşana dek tel çırpıcı ile karıştırıp ocaktan alın ve soğumaya bırakın. Kızarmış ananasları soğuk sosla birlikte servis yapın.

Aşçının notu

➡ Acı sosu evde kendiniz de yapabilirsiniz. Bunun için 2 adet acı kırmızı biber, 1 diş sarmısak, 1 Türk kahvesi fincanı elma sirkesi ve 1 tutam tuzu küçük bir sos tenceresinde kaynayana dek pişirin. Kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp 5 dakika daha pişirin. Blenderden geçirip, dilerseniz hafif kabuklu olarak veya süzerek kullanabilirsiniz.

➡ Vanilyalı karışımı çorba kaşığı yardımıyla azar azar ve mikserle sürekli karıştırarak nişastalı karışıma eklememizin sebebi, yumurtanın pişmesini önlemek içindir.



tropikal

FIRINDA ANANAS

Tarifi
yan sayfada

Atıksız sofra...

Pişirdiğiniz vanilya kabuklarını atmak yerine kuruttuktan sonra bir kavanoza aldığınız tozşekerin veya kahvenin içine atıp, kapağı kapalı olarak saklayabilirsiniz. Bu şekilde tozşeker veya kahveniz mis gibi vanilya kokacaktır.



DİLŞAT'IN DENEME MUTFAĞI

VİŞNE SOSLU PUDİNG 4-6 KİŞİLİK

1 çay bardağı krema, **1/2** su bardağı tozşeker
1 tatlı kaşığı toz jelatin, **1** su bardağı yoğurt, **1** tatlı kaşığı vanilya özütü

VİŞNE SOS İÇİN:
500 gram vişne (çekirdeksiz taze veya dondurulmuş)
3 çorba kaşığı tozşeker, **1** çay bardağı su
2-3 dal taze nane, **1** tatlı kaşığı mısır nişastası
1 çorba kaşığı limon suyu

1 SOS için vişne, tozşeker ve suyu sos tenceresine alıp, içine mutfak ipi ile demet şeklinde bağlanmış naneyi ekleyin. Mısır nişastası katıp kaynayana dek karıştırın. Kaynamaya başlayınca altını kısıp, 15 dakika pişirin. Limon suyu ekleyip bir-iki dakika pişirin ve ocaktan alın. Naneyi içinden alıp, sosu soğumaya bırakın.

2 Puding için krema, tozşeker ve jelatini orta boy bir tencereye alıp, kısık ateşte 5 dakika karıştırarak pişirin. Koyulaşmaya başlayınca orta ateşe alıp 10 dakika daha karıştırarak pişirin.

3 Yoğurt ve vanilya özütünü bir kasede karıştırın ve tel çırpıcı ile karıştırarak kremalı karışıma ilave edin. Büyük ve çukur bir kaseyi ıslatıp içine pudingi dökün. Ilınınca buzdolabına kaldırıp 3-4 saat dinlendirin. Servis yapacağınız zaman kenarlarını bıçak yardımıyla havalandırıp, servis tabağına ters çevirip çıkarın. Vişne sosu üzerine gezdirip servis yapın.

Aşçının notu

- Pudingi hazırlarken toz jelatin yerine 1 adet yaprak jelatin de kullanabilirsiniz. Yaprak jelatini kullanmadan önce 2 çorba kaşığı soğuk suda yumuşatıp daha sonra malzemeye ilave edin.
- Vişne soslu pudingi, bir-iki gün önceden hazırlayıp buzdolabında dinlendirebilirsiniz.
- Sosu vişne yerine kiraz ya da çilekle de yapabilirsiniz.

KARADUTLU KUP
6 KİŞİLİK

6 çorba kaşığı un
150 gram tereyağı
5 su bardağı süt
7 çorba kaşığı tozşeker

KARADUTLU SOS İÇİN:
500 gram karadut
3 çorba kaşığı tozşeker
1 çay bardağı su
1 çorba kaşığı limon suyu

SERVİS İÇİN:
File badem ve karadut

1 KARADUTLU sos için karadutların saplarını koparın. Daha sonra tozşeker ve suyla birlikte bir tencereye alıp ocağa oturtun. Kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp, 15 dakika pişirin. Limon suyu ilave edip, birkaç dakika pişirin. Blenderden geçirip soğumaya bırakın.

2 Ayrı bir yerde un ve tereyağını kavurun. Üzerine yavaş yavaş ve tel çırpıcı ile sürekli çırparak sütü ekleyin. Tozşeker katıp, koyulaşana dek karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp üzerinden bir parmak boşluk kalacak şekilde kuplara paylaştırın. Üzerlerine karadutlu sosu dilediğiniz şekilde pay edip, file badem ve karadutla süsleyerek servis yapın.

Öneri

Dilerseniz muhallebinin içine 2 parça dövülmüş damla sakızı da ekleyebilirsiniz



tam ikramlık

KARADUTLU KUP

Tarifi
yan sayfada

ÇİKOLATA KASESİNDE HİNDİSTANCEVİZLİ MUHALLEBİ 6 KİŞİLİK

1 su bardağı hindistancevizi sütü
2.5 su bardağı süt, **1** çay bardağı tozşeker
3 çorba kaşığı mısır nişastası
1 tatlı kaşığı vanilya özütü

ÇİKOLATA KASESİ İÇİN:
6 adet kağıt muffin kalıbı
3 paket (80'er gramlık) bitter çikolata

SÜSLEMEK İÇİN: Hindistancevizi ve çilek

1 ÇİKOLATA kasesi için çikolatayı gelişigüzel kırıp benmari usulü eritin. Bir fırça yardımıyla muffin kalıplarının içlerine sürün ve derin dondurucuda 15 dakika dinlendirin. Sürenin sonunda derin dondurucudan alıp aynı işlemi 3 kez daha tekrarlayın. Daha sonra kağıt muffin kalıplarını çikolatadan ayırın.

2 Hindistancevizli muhallebi için hindistancevizi sütü, süt, tozşeker ve nişastayı tencereye alıp iyice karıştırın. Ocağa oturtup vanilya özütünü ilave edin ve koyulaşana dek tel çırpıcı ile karıştırın. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Sıkma torbasına doldurup, çikolata kaselerinin içlerine pay edin. Soğuduktan sonra üzerlerini hindistancevizi ve çilekle süsleyip servis yapın.

ÇİLEK SOSLU PEYNİRLİ ÇUBUKLAR 6 KİŞİLİK

200 gram tozşeker (**1** su bardağı 185 gram)
1 Türk kahvesi fincanı süt
4 su bardağı (**1/2** kg) un
1 adet yumurta, **1** tutam tuz

ÜZERİ İÇİN:
80 gram dil peyniri

ÇİLEK SOS İÇİN:
1/2 kg ayıklanıp doğranmış çilek
1 çay bardağı su, **3** çorba kaşığı tozşeker

SOS için çilek, su ve tozşekeri tencereye alıp, kaynayana dek pişirin. Ocağı kısıp, 15 dakika daha pişirin. Blenderden geçirip, soğumaya bırakın. Hamur çubukları için tozşeker ve sütü küçük bir kapta tozşeker eriyene dek karıştırın. Ayrı bir kapta un, yumurta ve tuzu karıştırın. Üzerine tozşekerli sütü ilave edip iyice yoğurun. Top haline getirip üzerine zeytinyağı sürün ve buzdolabında 15-20 dakika dinlendirin. Unlanmış tezgahta merdane yardımıyla ince olacak şekilde açın. İnce uzun şeritler halinde kesip, fırın tepsisine yerleştirin. Üzerlerine parçalar halinde dil peyniri yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10 dakika pişirin. Sosla birlikte servis yapın.



kıtır kıtır

ÇİLEK SOSLU PEYNİRLİ ÇUBUKLAR

Tarifi
yan sayfada



İFTARDA bahar ESİNTİSİ



tadı sosunda

NANE SOSLU KUZU PİRZOLA 4-6 KİŞİLİK

1 kg kuzu pirzola, **1/2** çay bardağı antepfıstığı
2 çorba kaşığı zeytinyağı, tuz, karabiber

NANE SOSU İÇİN:
1 demet nane, **1/2** demet maydanoz
1 Türk kahvesi fincanı zeytinyağı
2 çorba kaşığı elma sirkesi, **3** diş sarmısak

NANE sosu için nane ve maydanozu mutfak robotunda çekin. Üzerine zeytinyağı, sirke ve sarmısak ekleyip tekrar çekin. Kuzu pirzolaların her iki tarafını da tuz ve karabiberle tatlandırın ve zeytinyağı ile ovun. 30 dakika buzdolabında bekletin. Daha sonra döküm demir tavada her iki yüzlerini iyice mühürleyerek ortalama 8-10 dakika pişirin. Servis tabağına alıp üzerine nane sosunu gezdirin. İrice dövülmüş antepfıstığını serperek servis yapın.



ECE TAŞTAN
@ece_tastan

Baharı tüm bereketiyle kucakladığımız Ramazan ayında, mevsime uygun malzemelerle hafif bir iftar menüsü hazırlayan ***Ece Taştan***, tariflerinde vegan ve vejetaryen alternatiflere de yer vermeyi ihmal etmiyor...

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



HAVUÇ ÇORBASI
4-6 KİŞİLİK

4-5 adet havuç
1 adet büyük boy soğan
4 diş sarmısak
2 adet defne yaprağı
1 tatlı kaşığı kimyon tohumu
3 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber

DUKKAH BAHARATI İÇİN:
1/2 su bardağı kavrulmuş fındık
2 çorba kaşığı antepfıstığı
2 çorba kaşığı kaju
3 tatlı kaşığı susam
1 tatlı kaşığı kişniş tohumu
1/2 tatlı kaşığı kimyon tohumu
1/2 tatlı kaşığı rezene tohumu
1/2 tatlı kaşığı nane
1/4 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber

1 İNCE kıyılmış soğan ve dövülmüş sarmısağı zeytinyağında soteleyin. Havuçların kabuklarını soyup irice doğrayın ve tencereye ilave edin. Üzerine 1 litre su, defne yaprağı, kimyon tohumu, tuz ve karabiber ekleyip yaklaşık 30 dakika havuç yumuşayana dek pişirin. Defne yapraklarını çorbadan alıp, blender yardımıyla pürüzsüz bir kıvam alana kadar çekin.

2 Dukkah baharatı için önce kuruyemişleri mutfak robotunda toz haline gelene dek çekin. Daha sonra baharatları ekleyip birlikte iyice karışana kadar çekin.

3 Çorbaya dilediğiniz miktarda dukkah baharatı ekleyerek servis yapın.

Öneri
Farklı bir sunum için maydanoz ve zeytinyağını robottan çekip posasını süzdükten sonra altta kalan yeşil sosu çorbanın üzerine gezdirebilirsiniz.

Dukkah baharatı hakkında...
"Dukka" olarak da bilinen dukkah baharatı, kavrulmuş tohum ve kuruyemişlerle yapılan, Mısır'a özel bir baharat karışımıdır. Bu karışımı et, balık ve tavuk yemeklerinde, ekmek üstü için hazırladığınız soslarda kullanabilirsiniz. Ayrıca dukkah baharatını doğrudan zeytinyağı ile karıştırıp sos olarak da kullanabilirsiniz.



VEGAN GÜLLAÇ 4-6 KİŞİLİK

1/3 paket güllaç, **1** litre badem sütü
1 çay bardağı agave şurubu
1 çay bardağı çekilmiş ceviz

ÜZERİNE:
1 su bardağı dondurulmuş vişne
Çekilmiş ceviz

BADEM sütünü bir tencereye alıp ocağa oturtun. Kaynayınca agave şurubunu ekleyip karıştırın. Eriyince ocaktan alın ve ılıtın. Güllaç yapraklarını aralarına ceviz serpiştirerek küçük boy bir servis kabına üst üste yerleştirin. Badem sütünü üzerlerine gezdirin ve güllaç yapraklarının sütü çekmesi için buzdolabında dinlenmeye bırakın. Sütü çekip tamamen soğuduktan sonra vişne ve çekilmiş cevizle süsleyerek servis yapın.

ACILI HOŞAF
4-6 KİŞİLİK

zıtlığın uyumu

10'ar adet kuru kayısı ve gün kurusu
7-8 adet kuru incir
1 litre su
1 adet kurutulmuş Arnavut biberi

TÜM malzemeyi bir tencereye alıp birlikte kaynatın. Kayısı ve incirler iyice yumuşayıp, tatları suya geçtikten sonra altını kapatıp 2 saat bekletin. Biberi hoşafın içinden çıkartıp sürahiye alın ve buzdolabında soğutun. Meyveleri küp şeklinde doğrayıp servis bardaklarına pay edin. Üzerine suyundan ekleyin ve soğuk servis yapın.





BAHAR TABBULESİ 4 KİŞİLİK

1 çay bardağı kısırlık bulgur
1 demet maydanoz
1 çay bardağı haşlanmış iç bakla
1 çay bardağı haşlanmış bezelye
1/2 çay bardağı çağla
2 adet küçük turp
4-5 dal taze soğan
1 demet taze nane

SOSU İÇİN:
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı nar ekşisi, **1** adet limonun suyu, tuz

BULGURU kapaklı bir kaba alıp üzerini 1 parmak geçecek kadar sıcak su ekleyin. Kapağını kapatıp 20 dakika suyunu tamamen çekene dek bekletin. Çağlayı dilimleyip, turbu doğrayın. Taze soğan ile naneyi de ince kıyın. Derin bir kabın içinde tüm malzemeyi karıştırın. Üzerine sos malzemesini ekleyip harmanladıktan sonra servis yapın.

bahar tazeliği

TAZE SARMISAKLI KÖZ PATLICAN 4 KİŞİLİK

3 adet topan patlıcanı
3 çorba kaşığı süzme yoğurt
2 diş sarmısak
1 demet taze sarmısak
50 gram kavrulmuş antepfıstığı
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber

PATLICANLARI ocakta közleyin. Soğuduktan sonra kabuklarını soyun ve mutfak robotunda çekin. Üzerine süzme yoğurt, dövülmüş sarmısak, tuz ve karabiber ekleyip pürüzsüz bir kıvam alana kadar çekin. Üzeri için taze sarmısakları çok ince olmayacak şekilde kıyın. Zeytinyağında renk değiştirene kadar kavurun. Patlıcanı servis tabağına alıp üzerine taze sarmısağı ekleyin. Dövülmüş antepfıstığıyla süsleyerek servis yapın.

Topan patlıcanı, normal patlıcana göre daha yuvarlak ve bol çekirdekli bir patlıcan çeşididir. Özellikle közleyerek pişirmek için uygundur.

AYLARIN DEĞİL YILLARIN
BİRİNCİSİ



NİSAN AYI BİRİNCİSİ

KANTAR MEDIA, TÜRKİYE'DE 40 İLDE YAPILAN TELEVİZYON ÖLÇÜMLEME SİSTEMİDİR.
PANEL KÜNYESİ: TÜM KİŞİLER 58.367.000 KİŞİYİ, AB 8.957.000 KİŞİYİ, 20 YAŞ ÜSTÜ ABC1 17.801.000 KİŞİYİ TEMSİL ETMEKTEDİR.



MODERN YORUMLAR

MELİS ÇOLAK

Ne kadar büyürsek büyüyelim, en lezzetli ve unutulmaz yemeklerin aşçısı her zaman annelerimizdir... ***Melis Çolak***'ın annelerin saf ve iyileştirici sevgisinden ilham alarak hazırladığı çilekli pasta, bu Anneler Günü'nde annenize vereceğiniz en tatlı hediye olacak.

Styling: **MELİS ÇOLAK** Fotoğraflar: **MERVE ECE YILMAZ**

Annelere

ÇİLEKLİ PASTA 6-8 KİŞİLİK

20-25 adet çilek

KEK İÇİN:
7 adet yumurta, **200** gram tozşeker
35 ml su, **180** gram un
50 gram mısır nişastası

KREMA İÇİN:
1/2 su bardağı krema
350 gram oda sıcaklığında tereyağı
600 gram pudraşekeri
200 gram labne peyniri

KEKİ ISLATMAK İÇİN:
1/2 su bardağı su, **2** adet çilek
3 çorba kaşığı tozşeker

KALIBI YAĞLAMAK İÇİN:
Tereyağı

1 YUMURTALARIN akını ve sarısını birbirine karıştırmadan ayırın. Yumurta akları ile tozşekerin yarısını, kar gibi olana kadar mikser yardımıyla çırpın.

2 Ayrı bir kapta kalan tozşeker ile yumurta sarılarını rengi açılana kadar çırpın ve su ekleyin. Ardından un ve nişastayı ilave edin. Homojen bir kıvam alınca çırpılmış yumurta akını ekleyin. Spatula yardımıyla alt-üst ederek, söndürmeden karıştırın. 20 cm'lik yuvarlak bir kek kalıbının altını pişirme kağıdı ile kaplayın. Kenarlarını tereyağı ile yağlayıp karışımı kalıba dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 45-50 dakika pişirin.

3 Krema için oda sıcaklığındaki tereyağını mikser yardımıyla beyazlayana kadar çırpın. İçine kaşık kaşık pudraşekeri ekleyin. Eklediğiniz her kaşık pudraşekeri tereyağının içinde tamamen eridikten sonra tekrar ekleyin. Tüm pudraşekeri bittikten sonra krema ve labneyi ekleyip, pürüzsüz bir karışım elde edene kadar çırpın ve kenara alın.

4 Keki ıslatmak için su ve tozşekeri küçük bir sos kabına alın. Üzerine 4'e bölünmüş çilekleri ekleyip kaynatın. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın.

5 Keki bıçak veya ip yardımıyla 3 kat olacak şekilde kesin. Her katını hazırladığınız sosla ıslatın. Kekin alt parçasını servis tabağına yerleştirin. Kremanın 1/3'ünü üzerine sürün ve 5-6 adet dilimlenmiş çilek yerleştirin. 2'nci katı için de aynı işlemi tekrarlayın. En son kat için keki yerleştirin ve kalan kremanın tamamını dökün. Pastanın kenarlarını tamamen kapatmayacak şekilde kremayı sürün. Üst kısmını spatula ile dalgalı olacak şekilde kaplayın. Çilekle süsleyerek servis yapın.



Zemin, tabak ve aksesuarlar: Studio Cucina

Aşçının notu

➸ Mevsimine göre pastada çilek yerine şeftali, yaban mersini, karadut gibi farklı meyveler de kullanabilirsiniz.

➸ Pastanın kekini yaparken, yumurta aklarının ve sarılarının karışmaması kekin kabarması için çok önemlidir. Ayrıca kek pişmeden fırının kapağının da açılmaması gerekir.

➸ Pişen keki fırından çıkardıktan sonra 1 saat bekletip kalıptan öyle çıkarın.



tatlı sürpriz

ÇİLEKLİ PASTA

Tarifi
yan sayfada

SOFRALARDA bahar

Baharla birlikte canlanan doğanın renklerini ve desenlerini sofralarınıza taşımak isterseniz seçtiğimiz ürünlere göz atabilirsiniz...

Hazırlayan: **MİNE NARTOP**



12.95 TL
MUDO



55 TL **LINENS**



39.99 TL
IKEA



125 TL **PAŞABAHÇE MAĞAZALARI**



32 TL **PORLAND**



35.95 TL **MUDO**



247.99 TL
PERABULVARI.COM



119.95 TL **KARACA**



39.99 TL **IKEA**



281.99 TL **PERABULVARI.COM**

BEN ♥ DERGİ

Sofra

Kitap hediyeli

3 aylık abonelik

~~30TL~~ 25TL

HEMEN ARAYIN

0212 354 36 01 / 0212 354 36 11 / 0212 354 36 27

WhatsApp Bilgi Hattı: 0552 357 00 00 **www.turkuvazabone.com**

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



TURKUVAZ DERGİ GRUBU



Conrad İstanbul Bosphorus, iftar bereketini sevdikleriyle paylaşmak isteyenleri Tarihi Yarımada ve Boğaz manzarasına sahip mekanı Manzara Restaurant'ta, Ramazan'a özel hazırladığı, her damağa uygun menüsüyle ağırlıyor. Kişi başı 165 TL.
Tel: (0212) 310 25 25



Divan İstanbul Otelleri

Divan İstanbul, Divan İstanbul Asia, Divan İstanbul City ve Divan Suites İstanbul G-Plus otelleri, Ramazan'ın bereketli sofralarını sevdikleri ile paylaşmak isteyenle özel set menülerin yanı sıra açık büfe seçenekleri de sunuyor. Fiyatlar kişi başı 99 TL'den başlıyor.

Çırağan Palace Kempinski İstanbul

Boğaza nazır konumu, eşsiz mimarisi ve iddialı menüleriyle Ramazan'ı karşılayan Çırağan Palace Kempinski İstanbul Tuğra Restoran'ın iftar menüsü kişi başı 410 TL, Laledan Restoran'ın açık büfe iftar menüsü ise 320 TL
Tel: (0212) 236 73 33



Boğazın benzersiz manzarasına karşı konumlanan Four Seasons Hotel Bosphorus, gelenekselleşen zengin açık büfesinin yanı sıra, fasıl ve semazen gösterisi gibi aktivitelerle de Ramazan ruhunu yaşamaya davet ediyor.
Tel: (0552) 381 11 11





Grand Hyatt İstanbul

Grand Hyatt İstanbul, Ramazan misafirlerini 34 Restaurant'ta, ızgara, meze, salata, peynir, pide, lahmacun, gözleme gibi lezzetlerin yanı sıra et, tavuk ve balık şeçeneklerinin de yer aldığı zengin menüsüyle ağırlıyor.
Kişi başı 145 TL. Tel: (0212) 368 11 78



Birbirinden lezzetli iftariyeliklerden enfes zeytinyağlılara, ızgaralardan tatlılara pek çok seçenek sunan Izaka Restaurant'ın iftar menüsü Executive Chef Eyüp Çevik ve mutfak ekibinin ellerinden çıkıyor. Fiyatlar kişi başı 190 TL'den başlıyor.
Tel: (0212) 377 88 88

The Grand Tarabya

Ramazan ayının huzur ve bereketini Boğaz manzarasıyla pekiştiren The Grand Tarabya, Brasserie Restaurant'ta konuklarını zengin açık büfe seçenekleri ile ağırlarken, canlı fasıl keyfi ile de kulakların pasını siliyor. Tel: (0212) 363 33 00





Watergarden İstanbul'un içinde yer alan Nostalji Sokağı, Ramazan ayı boyunca Gaziantep'in efsaneleşmiş ismi Halil Usta'yı ağırlıyor. Misafirler iftarda fındık lahmacun, kaşık salata, havuç dilimi baklava, karışık kebap tabağı gibi lezzetleri tadabilecek.
Tel: (0531) 886 80 80

Renaissance İstanbul Polat Bosphorus Hotel

Renaissance İstanbul Polat Bosphorus Hotel, 11 ayın sultanı Ramazan'ı 212 Restaurant'ta boğazın nefes kesen manzarası eşliğinde sunulan iftar menüleri ile karşılıyor. Otel, özel iftar davetleri için de Osmanlı geleneksel lezzetlerinden oluşan set menüler hazırladı. Tel: (0212) 340 70 00



Mövenpick Hotel İstanbul

Baş aşçı Giovanni Terracciano ve ekibi tarafından her gün farklı lezzetlerle hazırlanan Mövenpick Hotel İstanbul'un iftar büfesi AzzuR Restaurant'ta sunuluyor. İftar büfesinde konuklara gurme Mövenpick dondurmaları da ikram ediliyor. Kişi başı 175 TL. Tel: (0212) 319 29 29





Şehir merkezinde konumlanan Raffles İstanbul Zorlu Center'da yer alan Rocca, Ramazan boyunca iftar için nezih ve konforlu bir adres arayanlara zengin seçeneklerin yer aldığı açık büfe iftar menüsü hazırladı. Menü canlı fasıl eşliğinde sunuluyor. Kişi başı 275 TL.
Tel: (0212) 924 02 00

Wish More Hotel İstanbul

Sürpriz tatlarla yılın her dönemine lezzet katan Wish More Hotel İstanbul, Ramazan ayı boyunca konuklarına, maharetli şeflerin geleneksel ve modern lezzetlerle harmanladığı dört farklı iftar menüsü seçeneği sunuyor. Tel: (0212) 443 10 00



Ramazan'a özel

Kahve Dünyası, Ramazan akşamlarında serinlemek isteyenler için "Tahinli dondurma" ve "Şeker ilavesiz hurmalı dondurma", Türk kahvesi keyfini katlamak isteyenler için de "Çikolata kaplı hurma"yı 1 Mayıs-6 Haziran arasında satışa sunuyor.





Kızılay'a destek

Bizim Toptan, farklı içerikteki avantajlı Ramazan paketlerini 69 ildeki 174 mağazasında raflara çıkardı. Mağazalarına Kızılay standları da kuran Bizim Toptan, müşterilerine Ramazan kolisi bağışı ile kuruma destek verme imkanı da sağlıyor

Soğuk çay keyfi

Koruyucu ve renklendirici içermeyen, gazsız Lipton Ice Tea, Ramazan sofralarında yemeklere eşlik ederek ferahlık sağlıyor. Gerçek çay yapraklarının özü kullanılarak hazırlanan Lipton Ice Tea, yaz sıcaklarında susuzluğu gidermeye de yardımcı oluyor.



Bakliyatı eksik etmeyin!



Reis Gıda Beslenme Danışmanı ve FAO Sıfır Atık Sıfır Açlık Proje destekçisi Dilara Koçak, Ramazan ayında sahur ile iftar arasındaki uzun zaman dilimi nedeniyle proteini ve lifi yüksek, vitamin bakımından zengin gıdalar tüketmenin önemine vurgu yapıyor.

Peynir şöleni



Tokluk hissi veren ve susatmayan besinlerin sahur ve iftar sofralarında tüketilmesi gerektiğinin altını çizen Muratbey Peynir, yağ ve tuz oranı düşük olan peynir çeşitleriyle hazırladığı tarifleri www.muratbey.com.tr adresinden paylaşıyor.

Sağlıklı ve tok kalın

Kaya Çiftliği Gıda Mühendisi Derya Kaya Bulut, Ramazan'a özel beslenme önerilerinde bulunarak iftar ve sahurda yenen bir kase yoğurt veya içilen bir bardak ayranın hem tok tuttuğunu, hem de bağırsak sağlığını düzenleyip enfeksiyonlarla savaştığına dikkati çekiyor.



Renkli işbirliği

Arzum ve Beymen Club, Türkiye'de bir ilke imza atarak modayı elektrikli ev aletleri ile buluşturdular. Arzum ve Beymen Club, doğayı tasarımın kalbine konumlandırarak rengarenk çiçek desenlerini ev aletleriyle bir araya getirdiler.





Uzun ömürlü lezzetler

Profilo'nun kendi sınıfının en büyük net hacmine sahip Maksima XXL Buzdolabı, Ramazan'da yapılan iftar sofrası alışverişleri için en uygun saklama koşullarını sunuyor.

Beyaz inci



86 yıldır çikolata ile antepfıstığını buluşturan Nestle, yeni lezzeti Nestle Damak İnci ile ürün yelpazesini genişletti. Antepfıstığı ile beyaz çikolatayı buluşturan Nestle Damak İnci, çikolataseverlerin beğenisine sunuldu.

Tertemiz bulaşıklar



Zorlu yemek artıklarını kalıntı bırakmadan temizleyen, mutfak malzemeleri üzerinde zamanla oluşan matlığı yok eden yeni Fairy Platinum Plus, düşük ısılarda dahi üstün performans sergileyerek bulaşıkları tertemiz yapıyor.



Pratik ve hijyenik

Solo'nun yeni ıslak havlusu, pratik kapağı sayesinde kolay kullanım olanağı sağlarken, dayanıklı yapısı ve yumuşacık dokusu ile evde, ofiste, arabada, ihtiyaç duyulan her yerde hijyeni garantiliyor.

Doğal lezzetler



Brasserie konseptindeki şubelerinde "Bedenini besle, ruhunu besle" ilkesiyle yaz menüsünü yenileyen Beyaz Fırın, yemeklerinde kullandığı ürünleri doğru ve iyi tarım yapın üreticilerden temin ediyor.



Belçika Mutfak Günleri

Ankara Belçika Büyükelçiliği, Türk-Belçika Dostluk ve Kültür Derneği'nin kuruluşunun 60'ıncı yıldönümü ve 25 Mart Uluslararası Waffle Günü'nü kutlamak amacıyla 22-24 Mart tarihleri arasında, Ankara J.W. Marriot Otel'de üç günlük Belçika Mutfak Günleri etkinliği düzenledi. Program dahilindeki kokteylde Büyükelçi Michel Malherbe'nin açılış konuşmasının ardından konuklara Belçika usulü midye ve patates kızartması ikram edildi.



Yeni reklam filmi

Süt ve süt ürünleri sektöründe birçok ilke imza atan SEK, Türk damak tadına uygun yeni ürünü SEK Çiftlik Yoğurt için Şef Yağız İzgül ile beraber hazırladığı reklam filmini yayınladı.

Süper çorbalar



Ajinomoto bünyesine girdikten sonra "besleyici, pratik mutfak" vizyonu ile yeniden yapılanan Bizim Mutfak'ın kinoalı mercimek, siyez buğdayı ve karabuğday çorba karışımlarından oluşan Superfoods Çorba Serisi raflardaki yerini aldı. Marka bu özel seri ile dünyanın yükselen trendi "süper besinlerin" ülkemizdeki öncüsü oldu.



Ağacın ötesinde

Cedrus, ömrünü tamamlamak üzere olan kadim ve nadir ağaçlarından, tasarım mobilya ve mutfak ürünleri hazırlıyor. Tasarımlarında yüzlerce yıllık ağaçları kullanan marka, onların şifası ve enerjisi ile kullananlar arasında bir bağ oluşmasını da en büyük ödül olarak görüyor.



Cam şıklığı

Paşabahçe, Nescafe Gold ürünlerinin özel cam bardaklarının global tedarikçilerinden biri oldu. Paşabahçe, Nescafe Gold için 25 ülkeye yıllık olarak yaklaşık 3 milyon bardak üretimi yapacak.

Doğanın tüm renkleri

Kader Kutlu'nun markası Moira, ahşap ile mercan, yeşim, lav ve jasper gibi yarı değerli taşları buluşturuyor. Zamansız, abartıdan uzak ve rahat kombinlenebilen takılardan oluşan koleksiyon, doğanın renklerinden ilham alınarak üretiliyor.



Yeni lezzet durağı

Türkiye'de 45 restoranı bulunan Günaydın, Steak & Smokehouse konseptinde açtığı Suadiye şubesinde misafirlerini ağırlamaya başladı. Günaydın Suadiye, modern dekorasyonu ve girişte yer alan kasap reyonu ile dikkat çekiyor.



Dr. Oetker, Glutensiz Ekmek Karışımı ile Glutensiz Serisi'ne yeni bir ürün daha ekledi. Paketinde maya da bulunan, su ve sıvıyağ eklenerek hazırlanabilen ekmek karışımı, çölyak rahatsızlığı olanlar ile seçimini glutensiz beslenmeden yana kullananlar için alternatif oluyor.



Gerçek elmas kristalleri ile kaplı Karaca'nın Biodiamond yanmaz-yapışmaz pişirme grubu, pişirme sırasında ısıyı tüm yüzeye aynı anda ve oranda dağıtıyor. Elmas kristalleri sayesinde dayanıklılık süresi uzayan Biodiamond ürünleri 10 yıl garanti vaadediyor.





Kötü kokulara son

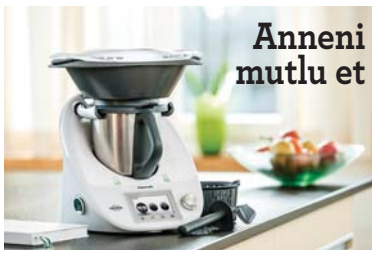
Febreze'in yeni ürünü Febreze Platinum, kötü kokuları yok ederken, uzun süre kalıcı kokusu ile de ortamı ferahlatıyor. Febreze Platinum'un; Egzotik Amazon, Mistik Mezopotamya ve Gizemli Tayland olmak üzere üç farklı koku alternatifi bulunuyor.



İlham verici

Magnum, bu yaz İstanbul, Bodrum ve Alaçatı'nın yerel tatlarından ilham alarak hazırladığı üç yeni Magnum lezzetini, tasarımcıların hazırlayacağı özel paketler eşliğinde dondurmaseverlerle buluşturuyor.

Tek başına 12 mutfak aletinin yaptığı işi yapabilen, gıdaları besin değerini kaybetmeden doğrayan, karıştıran, yoğuran ve pişiren çok fonksiyonlu mutfak aleti Thermomix, Anneler Günü'nde hediye arayışında olanlar ve annesinin mutfaktaki yükünü azaltmak isteyenlere pratik bir çözüm sunuyor.



Kadınların ekonomik hayata katılımını sağlamak için Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği, Habitat Derneği, İstanbul Teknik Üniversitesi ve Coca Cola Türkiye ortaklığı ile hayata geçirilen "Kız Kardeşim Projesi" kapsamında bu yıl elemeleri geçen kadınlara "Yerel Lezzetler Gıda Girişimcilik Hibesi" yapılacak. Son başvuru tarihi 10 Mayıs 2019.

Kadınlara destek



Bebek ve çocuklara...



Nova Vera'nın 0-12 yaş arası bebek ve çocuklara özel ürettiği, çok düşük asit oranına sahip, yüksek E Vitamini ile antioksidan içeren Nova Vera Natüral Sızma Zeytinyağı, bebek ve çocukların cilt bakımlarında da kullanılıyor.

Starbucks'tan fit menü



Beslenme Uzmanı Dilara Koçak, Starbucks Mutfak'tan konsepti için özel bir menü hazırladı. Hafif ve düşük kalorili seçeneklerin yer aldığı menünün vejetaryen ve glutensiz alternatifleri de bulunuyor.



İnovatif ürünleriyle ev tekstilinde farklılık yaratan Taç, Anneler Günü'ne özel tasarladığı nevresim takımı ile anlamlı bir hediye seçeneği sunuyor. Taç Glow Nevresim Takımı, özel bir baskı teknolojisi sayesinde gündüzleri topladığı ışığı geceleri yansıtarak yatak odalarına ışıltı katıyor.



Altın üretici ödülü

Mantı-Ye, Migros tarafından gerçekleştirilen "gıda güvenliği ve etik" sosyal denetimlerinden 100 tam puan alarak Altın Üretici Ödülü'nü almaya hak kazandı.



Çocuklara özel

Yerli propolis içeren, Tübitak İnovasyon ödüllü BEE'O UP Propolisli Şurup'un içeriğinde ham bal ve portakal suyu bulunuyor. Çocuklar için özel olarak geliştirilen yumuşak içimli şurup, koruyucu ve katkı maddesi içermiyor.



İyi beslen, sağlıklı yaşa

90Fit, sağlıklı bir yaşam sürmek isteyenler için bünyesinde bulunan pek çok mutfak ve uzman kadro ile farklı beklentilere uygun alternatifteki menüleri eve teslim ediyor. 90Fit, www.90fit.com.tr üzerinden online olarak da hizmet veriyor.

Anneler için



Sağlıklı tatlılar hazırlayan Sincerely Yogurt, Anneler Günü için hazırladığı glutensiz, katkısız, az yağlı, sadece meyvenin kendi şekeri ile tatlanan "smoothie bowl" seçeneklerini rengarenk yenilebilir çiçeklerle süsleyip ikram ediyor.

Balkon bahçeciliği

Osmanlı Bahçesi, Antalya'nın Kaş ilçesi, Ahatlı Köyü'ndeki kadınların işgücü ile hazırladığı 26 çeşit yerli tohum ve organik gübreden oluşan "sebze yetiştirme setini" şehirde yaşayanlarla buluşturarak kentlerdeki balkon ve bahçelerde sebze yetiştiriciliğini yaygınlaştırmayı hedefliyor. www.osmanlibahcesi.com



Rehber kitap



Down Sendromlu bireylere görev veren ilk otellerden Hilton İstanbul Bomonti, Down Sendromu Derneği (DSD) işbirliği ile 2015 yılında başlattığı "mutfak atölyeleri" projesini "Lezzet+1 Yemek Atölyesi" adı altında kitaplaştırdı. Kitap, Down Sendromlu bireylere rehber niteliğinde.

Probiyotik desteği

Sindirim sistemini düzenlemeye ve bağışıklık sistemini desteklemeye yardımcı olan BiGaia ürünleri, saşe formuyla kullanım kolaylığı sağlıyor. D Vitamini içeren damla formlu BiGaia ise çocukların kullanımı için üretildi.



FİHRİST



çorbalar

Asma yaprağı çorbası s. 89
Enginar çorbası s. 19
Havuç çorbası s. 101
Kabaklı mercimek çorbası s. 38
Nohut çorbası s. 55
Sütlü mısır çorbası s. 70
Zerdeçallı gambilya çorbası s. 75

et yemekleri

Ekmek üstü pastırma s. 79
Etli yeşil pilav s. 29
Ezme güveç s. 21
Hellimli sucuk şişleri s. 79
İncasiye s. 19
Kadınbudu köfte s. 65
Kıymalı patates sarması s. 70
Kuzu tandır s. 22
Nane soslu kuzu pirzola s. 100
Pastırmalı humus s. 32
Pastırmalı kuşkonmaz s. 32
Pastırmalı peynirli sufle s. 33
Pastırmalı yeşil salata s. 31
Pilavlı büryan kebap s. 37
Rumeli usulü pastırmalı, kırmızı biberli kurufasulye s. 34
Tavuk sarma s. 89
Tortilla çanağında tavuk kavurma s. 76

hamurişleri ve pilavlar

İç pilav s. 22
Kandil simidi s. 42-43
Kolay Boşnak mantısı s. 52
Medrese böreği s. 48
Özbek böreği s. 59
Özbek mantısı s. 56
Özbek pilavı s. 56
Pastırmalı baharatlı kandil simidi s. 44
Pastırmalı rulo börek s. 31
Patlıcanlı Boşnak böreği s. 47
Pazılı spiral börek s. 76
Pizza poğaça s. 72
Reyhanlı kıymalı börek s. 38
Tava ketesi s. 49
Tereyağlı çıtır börek s. 50
Yeşil mercimekli börek s. 66
Yoğurtlu makarna s. 64
Yufka çanağında bayat ekmek suflesi s. 47



sebze yemekleri ve salatalar

Bahar tabbulesi s. 103
Enginar humusu s. 40
Fırında yumurtalı patates s. 63
Kandıra domatesi salatası s. 90
Roka salatası s. 72
Sakız enginarı mücveri s. 90
Soğan dolması s. 23
Süzme yoğurtlu kızartma s. 78
Taze otlu peynirli domates dolması ve salatalık ruloları s. 78
Taze sarmısaklı köz patlıcan s. 104
Zeytinyağlı enginar s. 20

tatlılar

Antepfıstıklı bademli hurma s. 75
Baklava milföy s. 90
Bayat kekli supangle s. 63
Beyaz çikolatalı ve yaban mersinli kurabiye s. 84
Çikolata kasesinde hindistancevizli muhallebi s. 98
Çilek soslu bahar tatlısı s. 70
Çilek soslu peynirli çubuklar s. 98
Çilekli pasta s. 106
Fırında ananas s. 94
Güllaç s. 60
Hurma tatlısı s. 26
Hurmalı çikolatalı puding s. 85
Hurmalı ve portakallı trüf s. 86
Hurmalı yoğun çikolatalı kek s. 84
İncir uyutması s. 24
İrmik helvası s. 26
Karadutlu kup s. 96
Muzlu ve yulaflı tart s. 94
Özbek tatlısı s. 59
Sütlaç brüle s. 80
Tahin helvalı kup s. 40
Vegan güllaç s. 102
Vişne soslu puding s. 96
Yaban mersinli kumkuat dolma s. 94

ve diğerleri

Acılı hoşaf s. 102
Kayısılı üzümlü hoşaf s. 38
Mozzarella ve ananaslı atıştırmalıklar s. 79
Reyhan şerbeti s. 77

Gelecek Sayı

Ana yemeklerden en güzel tatlılara dek Bayram sofralarına lezzet katacak tariflerin yanı sıra renkli yaz önerileri de Haziran sayımızda sizleri bekliyor.



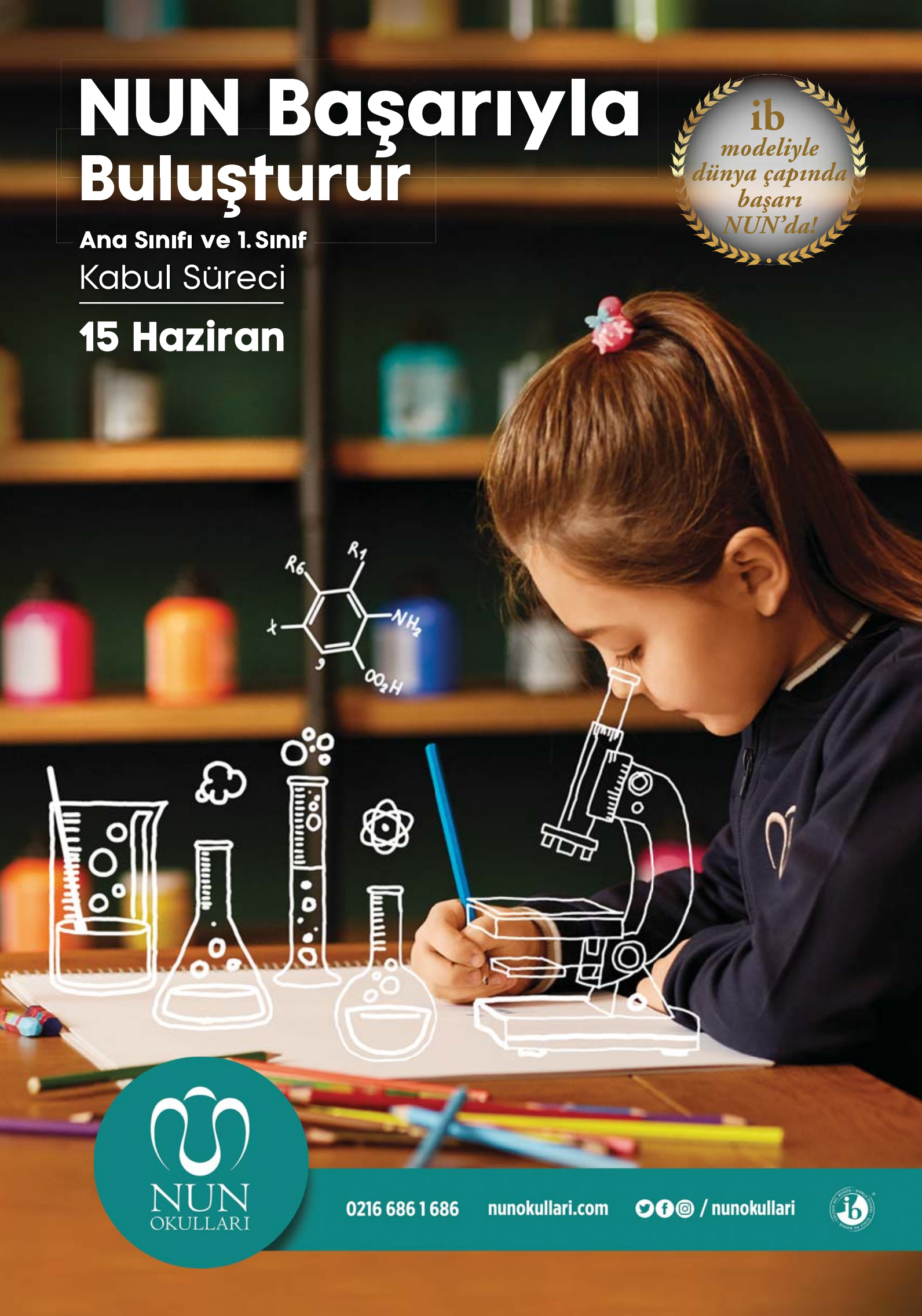
NUN Başarıyla Buluşturur

ib modeliyle dünya çapında başarı NUN'da!

Ana Sınıfı ve 1. Sınıf

Kabul Süreci

15 Haziran



NUN OKULLARI

0216 686 1 686 nunokullari.com / nunokullari

Helvalı Tart



Malzemeler:
Hamur:
200 g (1,5-2 su bardağı) un
70 g (1 çay bardağı) Dr. Oetker Pudra Şekeri
1 poşet Dr. Oetker Şekerli Vanilin
100 g oda sıcaklığında tereyağı
1 yumurta
Dolgu:
1 poşet Dr. Oetker Tavukgöğsü
400 ml (2 su bardağı) süt
25 g margarin
50 g sade-kakaolu tahin helvası
50 g (1 çay bardağı) iri kırılmış ceviz
Üzeri için:
50 g sade-kakaolu tahin helvası
1,5 yemek kaşığı limon suyu
50 ml (yarım çay bardağı) süt
Süslemek için:
1-2 yemek kaşığı üzüm pekmezi
Ceviz
Kalıp:
Kelepçeli kalıp (Ø 20 cm)

Hazırlanışı:
Hamurun hazırlanışı:
Kalıbı margarin ile yağlayın. Unu bir kaba eleyin. Üzerine pudra şekeri, şekerli vanilin, tereyağı ve yumurtayı ilave edip yoğurun. Hamuru kalıba alın, tabanı kaplayacak ve 2 cm yüksekliğinde kenar oluşturacak şekilde eliniz ile bastırarak yayın. Çatal ile birçok yerinden delin ve dondurucuda 15 dakika bekletin.

Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Elektrikli fırın ayarı:
Turbo pişirme: 180°C (önceden ısıtılmış)
Alt-üst pişirme: 190°C (önceden ısıtılmış)

Süre sonunda hazırladığınız hamuru fırına alın ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 20-25 dakika

Fırından çıkarın ve soğumaya bırakın.

Dolgunun hazırlanışı:
Sütü bir tencereye alın, üzerine tavukgöğsü poşetini boşaltın ve orta ateşte sürekli karıştırarak pişirin. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın ve margarini ilave edin. 3-4 dakika daha karıştırarak pişirmeye devam edin. Ocaktan alın ve soğumaya bırakın.

Tahin helvasını küçük küpler şeklinde kesin ve soğuyan tavukgöğsüne ilave edin. Cevizleri de ekleyip kaşık ile yavaşça karıştırın. Soğuyan tartın tabanına hazırladığınız dolguyu yayın.

Üzerinin hazırlanışı:
Fırını ızgara programında 200°C'ye ayarlayıp çalıştırın.

Tahin helvasını çatal ile ezin. Üzerine limon suyunu ekleyin ve çatal ile ezerek karıştırın. Sütü azar azar ilave ederek pürüzsüz bir yapı oluncaya kadar karıştırın. Hazırladığınız karışımı tartın üzerine yüzeyi kaplayacak şekilde yayın. Fırının üst rafında üzeri kızarıncaya kadar yaklaşık 10-12 dakika bekletin.

Süsleme ve servis:
Fırından alın. Oda sıcaklığına gelince buzdolabına alın ve 2-3 saat bekletin. Kalıptan çıkarıp servis tabağına alın. Üzerini pekmez ve ceviz ile süsleyip dilimleyerek servis yapın.

Dr.Oetker
İşin özü kalitedir.



Keşkülü Kadayıf



Malzemeler:
Dolgu:
1 poşet Dr. Oetker Keşkül
600 ml (3 su bardağı) süt
Kadayıf için:
200 g çiğ tel kadayıf
100 g (1 su bardağı) öğütülmüş Antep fıstığı
100 g eritilmiş tereyağı
Şurup:
130 g (1,5 çay bardağı) toz şeker
150 ml (1,5 çay bardağı) su
Süslemek için:
Antep fıstığı
Kalıp:
4 adet pişirme kalıbı (Ø 12 cm)

Hazırlanışı:
Dolgunun hazırlanışı:
Sütü bir tencereye alın ve üzerine keşkül poşetini boşaltın. Orta ateşte karıştırarak pişirin. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın ve 3-4 dakika daha pişirmeye devam edin. Ocaktan alıp arada karıştırarak 15-20 dakika soğutun.

Kadayıfların hazırlanışı ve pişirme:
Kalıpları margarin ile yağlayın. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Elektrikli fırın ayarı:
Turbo pişirme: 170°C (önceden ısıtılmış)
Alt-üst pişirme: 180°C (önceden ısıtılmış)

Kadayıfları 1-2 cm uzunluğunda koparıp geniş bir tepsiye alın. Üzerine öğütülmüş Antep fıstıklarını döküp eliniz ile iyice karıştırın. Üzerine tereyağını gezdirerek dökün. Eliniz ile alttan üste doğru ezmeden karıştırarak yağın kadayıfların her tarafına eşit şekilde dağılmasını sağlayın. Hazırladığınız Antep fıstıklı kadayıfların 2/3'ünü kalıpların tabanına eşit şekilde paylaştırın ve üzerlerine eliniz ile bastırarak yayın. Kadayıfların üzerine soğuyan keşkülü paylaştırın ve kaşığın tersi ile düzgünce yayın. Üzerlerine kalan kadayıfları yayın ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 35-40 dakika

Şurubun hazırlanışı:
Tatlı fırında pişerken şurubu hazırlayın. Toz şeker ve suyu bir tencereye alıp orta ateşte karıştırarak kaynatın. Kaynamaya başlayınca ocağı kısın. 3 dakika daha kaynatın, ocaktan alın ve yaklaşık 15-20 dakika bekletin. Pişen tatlıyı fırından çıkarın ve 5 dakika bekletip üzerlerine şurubu dökün. Antep fıstıkları ile süsleyip ılık veya soğuduktan sonra servis yapın.

Dr.Oetker
İşin özü kalitedir.

