

5 MUTFAK SANATÇISIYLA 50+10 YEMEK



1-KARIŞIK BAKLİYAT UNLU POĞAÇA

Malzemeler

500 g un, 75 g pişirilmiş karışık bakliyat unu(kuru fasulye, sarı mercimek ve nohut unu), 250 g margarin, 25 g maya, 2 adet yumurta, 15 g tuz, 30 g şeker, 150 ml su

Yapılışı

Unlar dışındaki bileşenler unun ortasında boşluk açılarak bu boşlukta karıştırılarak bulamaç haline getirilir ve mayalanmanın başlaması beklenir. Mayalanma işlemini gözlemledikten sonra bu bulamaç un ile karıştırılarak hamur yoğrulur ve ele yapışmayacak seviyeye gelene kadar yoğurma işlemine devam edilir. Ardından yuvarlak şekil verilen poğaçalar fırın tepsilerine alınarak üstüne yumurta sarısı sürülür. Daha sonra 140 derecelik fırında 15-20 dakika mayalandırılıp 180 derecede 15-20 dakika pişirilir.



2-KARIŞIK BAKLİYAT UNLU PASTANE PİDESİ ve PİZZASI

Malzemeler

500 g un, 75 gam pişirilmiş karışık bakliyat unu(kuru fasulye, sarı mercimek ve nohut unu), 30 g maya, 15 g tuz, 40 g şeker, 1 adet yumurta, 150 g ayçiçek yağı, 250 g su

Yapılışı

Unlar dışındaki bileşenler unun ortasında boşluk açılarak bu boşlukta karıştırılarak bulamaç haline getirilir ve mayalanmanın başlaması beklenir. Mayalanma işlemini gözlemledikten sonra bu bulamaç un ile karıştırılarak hamur yoğrulur ve ele yapışmayacak seviyeye gelene kadar yoğurma işlemine devam edilir. Ardından yuvarlak şekil verilen pizza ve pidelerin üstlerine arzu edilen malzemeler konarak fırın tepsilerine alınır üstüne yumurta sarısı sürülür. Daha sonra 140 derecelik fırında 15-20 dakika mayalandırılıp 180 derecede 15-20 dakika pişirilir.



3-PİŞİRİLMİŞ SARI MERCİMEK UNLU SEVGİLİLER GÜNÜ PASTASI

Malzemeler

300 g buğday unu, 30 g pişirilmiş sarı mercimek unu, 260 g şeker, 10 g kabartma tozu, 5 g vanilin, 6 yumurta, 120 g su, 30 ml sıvı yağ

Yapılışı

Tüm malzemeleri karıştırıp ilk 1 dakika yavaş, 4-5 dakika hızlı olmak üzere toplam 4-6 dakika mikser ile çırpılır. Önceden ısıtılmış fırında 10 dakika 140

C'de 30 dakika 160 C'de toplam 40 dakika pişirilir. Hazırlanan pandispanyaları dilediğiniz krema ve meyvelerle süsleyebilirsiniz.

BAKLİYAT AİLESİNDEN EKMEKLER



4-NOHUT UNLU EKMEK

400 g. un, 100 g. Pişirilmiş nohut unu, 12 g. tuz, 70 g. zeytinyağı, 25 g. maya, 350 ml su.

5-SARI MERCİMEK UNLU EKMEK

400 g. un, 100 g. Pişirilmiş mercimek unu, 15 g. tuz, 10 g. şeker, 100 g. Ayçiçek yağı, 25 g. maya, 300 ml su.

6-İÇ BAKLA UNLU EKMEK

350 g. un, 150 g. Pişirilmiş iç bakla unu, 15 g. tuz, 10 g. şeker, 50 g. ay çiçek yağı, 50 g. Zeytinyağı, 1 adet yumurta, 20 g. maya, 300 ml su.

Yapılışları

Unlar dışındaki bileşenler unun ortasında boşluk açılarak bu boşlukta karıştırılarak bulamaç haline getirilir ve mayalanmanın başlaması beklenir. Mayalanma işlemini gözlemledikten sonra bu bulamaç un ile karıştırılarak hamur yoğrulur ve ele yapışmayacak

seviyeye gelene kadar yoğurma işlemine devam edilir. Ardından yuvarlak şekil verilen ekmekler fırın tepsilerine alınarak üstüne yumurta sarısı sürülür isteğe göre üzeri bakliyat unuyla dekore edilebilir. Daha sonra 140 derecelik fırında 15-20 dakika mayalandırılır ve 200 derecede 15-20 dakika pişirilir.

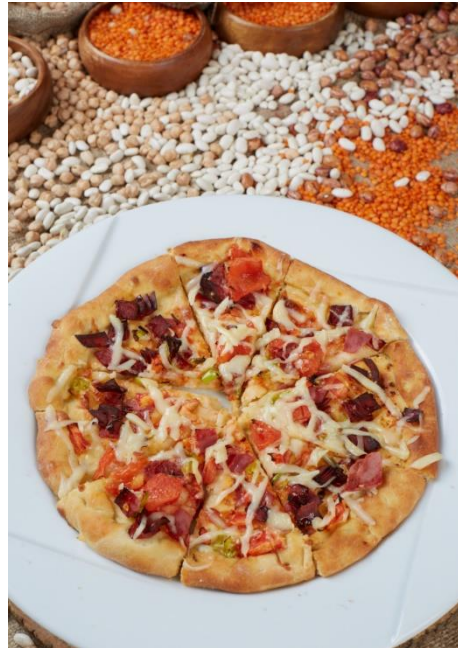


7-SARI MERCİMEK UNLU AÇIK KARIŞIK KIR PİDESİ

400 g. un, 100 g. pişirilmiş sarı mercimek unu, 50 g. margarin, 50 g. sıvı yağ, 1 adet yumurta, 100 ml süt, 200 ml su, 15 g. maya, 12 g. tuz.

Yapılışı

Unlar dışındaki bileşenler unun ortasında boşluk açılarak bu boşlukta karıştırılarak bulamaç haline getirilir ve mayalanmanın başlaması beklenir. Mayalanma işlemini gözlemledikten sonra bu bulamaç un ile karıştırılarak hamur yoğrulur ve ele yapışmayacak seviyeye gelene kadar yoğurma işlemine devam edilir. Ardından şekil verilen hamura arzu edilen üst malzemeleri konur ve 140 derecelik fırında 15-20 dakika mayalandırılıp 200 derecede 15-20 dakika pişirilir.



8-PIŞİRİLMİŞ NOHUT UNLU KARIŞIK İTALYAN PİZZASI

400 g. un, 100 g. pişirilmiş nohut unu, 120 g. zeytinyağı, 1 adet yumurta, 12 g. tuz, 300 ml su, 15 g. maya.

Yapılışı

Unlar dışındaki bileşenler unun ortasında boşluk açılarak bu boşlukta karıştırılarak bulamaç haline getirilir ve mayalanmanın başlaması beklenir. Mayalanma işlemini gözlemledikten sonra bu bulamaç un ile karıştırılarak hamur yoğrulur ve ele yapışmayacak seviyeye gelene kadar yoğurma işlemine devam edilir. Ardından şekil verilen hamura arzu edilen üst malzemeleri konur ve 140 derecelik fırında 15-20 dakika mayalandırılıp 200 derecede 15-20 dakika pişirilir.



9-TAVUKLU KIRMIZI MERCİMEK PANE TEREYAĞILI DOMATES SOSLU

Malzemeler (1 kişiliktir)

Mercimek Köftesi İçin:

50 g kırmızı mercimek, 30 g patates, 50 g havuç, 250 g kuru soğan, 20 g ince bulgur, 25 ml zeytinyağı, 100 ml sıvıyağ, 20 g salça, 1 tutam maydanoz, yarım limon, karabiber, tuz.

Domates Sosu için malzemeler

200 g domates rendesi, 10 g salça, 20 g tereyağı, 2 diş ezilmiş sarımsak, 200 ml su.

Pane İçin:

10 g un, 10 g galeta unu, 1 adet yumurta, 100 ml sıvıyağ.

Üzeri İçin:

200 g tavuk.

Yapılışı

Kırmızı mercimek, patates, havuç birlikte pişirilir. Pişmeye yakın bulgur ilave edilir. Baharatları ilave edilerek dinlendirilir. Jülyen doğranmış soğanlar yağ ile kavrulup, salça ilave edilir, dinlenen bulgur karışımının içine konup karıştırılır. 5 cm çapında yuvarlak bezeler yapılıp, un, çırpılmış yumurta ve galeta unu sıralaması ile panelenip, hafif kızgın yağda kızartıp servis edilir.

Domates sosu: Salça hariç tüm malzemeler tavaya alınır ateşin üzerinde karıştırılarak sarımsağın tadının karışıma geçmesi sağlanır, salça ve su ilave edilip 5 dk kaynatılır. Blenderden geçirilir ve tuz eklenir.

İzgarada tavuk pişirilir, 2 adet pane mercimeğin birisi tabağın alt kısmına üzerine ızgara tavuk, ikinci mercimek pane üzerine konur. Domates sosu üzerine dökülüp servis edilir.



10-SÜRPRİZ YUMURTALI MERCİMEK KÖFTESİ

Malzemeler (1 kişiliktir)

Mercimek Köftesi için:

50 g kırmızı mercimek, 30 g patates, 50 g havuç, 20 g ince bulgur, 20 g salça, 250 g kuru soğan, yarım limon, 100 ml sıvıyağ, 500 ml su, 25 ml zeytinyağı, tuz, karabiber

Pane İçin:

20 g un, 20 g galeta unu, 1 yumurta, 100 ml sıvıyağ.

İç Malzeme:

1 adet yumurta.

Yapılışı

Mercimek Köftesi:

Kırmızı mercimek, patates, havuç 500 ml(2 su bardağı) su ile birlikte pişirilir. Pişmeye yakın bulgur ilave edilir,

ateşin altı kapatılır ve 10 dakika dinlendirilir. Baharatlar ilave edilir biraz beklenir. Jülyen doğranmış soğanlar yağ ile çevrilir, salça ilave edilir, dinlenmede bekleyen harcın içine edilip karıştırılır. Elde yumurta büyüklüğünde mercimek köftesi hazırlanır, içli köfte gibi içi açık haşlanmış yumurta konur, içli köfte modelinde yapılır.

Pane:

Un, çırpılmış yumurta ve galeta unu sırasına uygun olarak köfteler bulanır ve 100 ml hafif kızgın yağda kızartılarak servis edilir.



11- MERCİMEK KÖFTE PANE ÇÖP ŞİŞ İLE

Malzemeler (1 kişiliktir)

Mercimek Köftesi için:

50 g kırmızı mercimek, 30 g patates, 50 g havuç, 20 g ince bulgur, 20 g salça, 250 g kuru soğan, yarım limon, 100 ml sıvıyağ, 500 ml su, 25 ml zeytinyağı, tuz, karabiber

Pane için:

20 g un, 20 g galeta unu, 1 yumurta, 100 ml sıvıyağ.

Çöp Şiş için:

200 g kuzu but kuşbaşı, 120 g domates kuşbaşı, 40 g biber kuşbaşı.

Yapılışı

Mercimek Köftesi:

Kırmızı mercimek, patates, havuç birlikte pişirilir. Pişmeye yakın bulgur ilave edilir. Baharatlar ilave

edilerek dinlendirilir. Jülyen doğranmış soğanlar yağ ile kavrulur, salça ilave edilir, dinlenen bulgur karışımının içine konup karıştırılır.

Pane:

5 cm çapında yuvarlak bezeler yapıp, un, çırpılmış yumurta ve galeta unu sıralaması ile panelenip, hafif kızgın yağda kızartılır.

Kuzu şişleri domates ve biberleri bir şişe dizilir, ızgarada pişirilir, mercimek pane üzerine konulup servis edilir.



12-PEYNİRLİ MERCİMEK ÇORBASI

Malzemeler (1 kişiliktir)

Corba için:

30 g mercimek, ¼ patates, ¼ kuru soğan, 20 g sıvıyağ, 350 ml su, tuz.

Üzeri için:

15 g un, 20 g tereyağı, 100 ml su, 1 tutam pul biber, 10 g eski kaşar.

Yapılışı

Tencereye kırmızı mercimek, soğan, patates, sıvı yağ ve su konur, pişirmeye bırakılır. Bu işlemten sonra malzeme süzgeçten geçirilir.

Un tereyağı ile beraber ateşin üzerinde kavrulur ve yarım su bardağı soğuk su ilave edilerek açılır, süzülen malzemenin üzerine dökülür. Tuz ilave edilir ve bir

taşım kaynatılır, pul biber ve peynir rendesi ilavesiyle servis edilir.



13-NOHUT AŞI

Malzemeler (1 kişiliktir)

100 g haşlanmış nohut, 100 g haşlanmış yeşil mercimek, ½ kuru soğan, ½ yemek kaşığı tereyağı, 1 su bardağı et suyu, 1 tatlı kaşığı domates salçası, yeteri kadar tuz ve kırmızıbiber.

Yapılışı

Bir tencereye tereyağı ve soğan konur ve 1-2 dakika kavrulur. Domates salçası eklenir, 1 dakika kavrulur. Nohut ve yeşil mercimek eklenir, bir iki karışım kavrulur. Et suyu, tuz ve kırmızıbiber eklenir, 10 dakika kısık ateşte pişirilir. Çukur tabağa konup, servis edilir. Arzu edilirse tereyağında naneli sos üzerine eklenebilir.



14- BAHARATLI NOHUT YAHNISİ VE DÜRÜM

Malzemeler (1 kişiliktir)

Yemek için:

250 g haşlanmış nohut, 1 yemek kaşığı nar ekşisi, 1 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz, 1 tatlı kaşığı dolusu; kişniş, tarçın, yenibahar, karanfil, kakule, 1 çay kaşığı acı pul kırmızıbiber.

Domates sosu:

10 ml sıvı yağ, 150 g domates rende, yarım diş sarımsak, 5 g salça, 1 yemek kaşığı zeytinyağı.

Yapılışı

Bir tavaya zeytinyağı konur, hafifçe kızdırılır. İçine baharatlar ilave edilir, kısa süre aromaları çıkıncaya kadar ateş üzerinde karıştırılır.

Yukarıda malzemesi verilen pişirilmiş domates sosunu ekleyip, ısınıncaya kadar 1-2 defa çevrilir. Nar ekşisi, nohut, acı pul kırmızıbiber ve maydanoz eklenir, 1-2 dakika ateşin üzerinde çevrilir.

Bir tabağa bu malzeme alınır. Lavaş bir tavada hafifçe ısıtılır ve içine hazırlanan malzeme konur ve arzu edilen yeşillikler ile süslenerek servis edilir.



15-NOHUT PÜRELİ TOPIK

Malzemeler (1 kişiliktir)

Dış malzeme:

100 g nohut, 150 g haşlanmış patates, 15 g tahin, tuz

İç malzeme:

1 adet kuru soğan, 15 g tahin, 1 tatlı kaşığı dolmalık fıstık ve kuş üzümü, 1 tutam maydanoz, 1 çay kaşığı kişniş, tarçın, yenibahar karışımı, yeterli tuz ve karabiber,

Üzeri için 20 ml zeytinyağı

Yapılışı

Nohut ılık ve hafif tuzlu su ile ıslatılır. Ertesi gün suyu değiştirilerek yumuşayıncaya kadar haşlanır. Kabukları soyularak püre haline getirilir. Haşlanmış patateslere 15 g tahin ve 1 tutam tuz eklenip püre haline getirilir. Soğanlar soyulur piyaz şeklinde doğranır. Bir tavaya piyaz doğranmış soğan ve az şeker konur ve karamelize edilir. Maydanozlar kıyılır. Kalan tahin bir kaba alınır tuz, karabiber, yenibahar,

kişniş, dolmalık fıstık ve kuş üzümü ile karıştırılır. Karamelize soğan ve maydanoz eklenir.

15x15 cm ebadındaki tülbent suyla ıslatılıp dairesel veya dikdörtgen şeklinde düz zemine yayılır. Üzerine patates püresiyle karıştırılmış nohut püresi eşit şekilde yayılır. Üzerine tahinli

soğan karışımı ilave edilerek daire veya dikdörtgen şeklinde tülbentle birlikte malzemeye şekil verilir. İki tarafından bağlanır.

Bir tencerede su kaynatılır ve tülbent içindeki malzeme ile birlikte kaynayan suyun içerisine 20 dakika salınır ve pişirilir. Soğumaya bırakılır. Üzerinden tülbent alınır ve tabağa alınarak şekilli kesilir. Üzerine zeytinyağı gezdirilir.



16-BAKLİYAT KARIŞIMLI SAKALA ÇARPAN

Malzemeler (1 kişiliktir)

80 g yeşil mercimek, 80 g nohut, 80 g fasulye, 40 g erişte makarnası, 40 g ince yemeklik doğranmış soğan, 1 yemek kaşığı tereyağı, 1 tatlı kaşığı biber salçası, 1 tutam acı kırmızı pul biber, 200 g et suyu, yeterli tuz ve karabiber.

Yapılışı

Mercimek, nohut ve fasulye ayrı ayrı yumuşayınca kadar haşlanır ve süzülerek soğumaya bırakılır. Bir tencere ateşin üzerine alınarak tereyağı, soğan konur ve 1-2 dakika karıştırılır.

İçine biber salçası eklenir, 1 dakika karıştırılır.

Mercimek, nohut ve fasulye ilave edilerek sıcak et suyu eklenir.

Kaynayınca erişte, kırmızı pul biber, tuz ve

karabiber eklenir, 5 dakika kısık ateşte kaynatılır ve altı kapatılır. 10 dakika dinlendirdikten sonra tabaklara alınır, servis edilir.

Not: Erişte ev yapımı olursa çabuk yumuşayacağından uzun süre sert kalması için makarna türevi tercih edilmelidir.



17- NOHUT PÜRESİ YATAĞINDA ET KAVURMA

Malzemeler (1 kişiliktir)

Nohut Püresi:

60 g haşlanmış, püre haline getirilmiş nohut, 10 g un, 20 g tereyağı, 20 ml süt, tuz, karabiber.

Et Kavurma:

160 g dana kuşbaşı, 100 g domates, 80 g soğan, 40 g yeşil sivri biber, 50 ml sıvıyağ.

Yapılışı

Un ve yağ bir tavada kavrulur tuz, karabiber ve süt ilave edilerek beşemal sos yapılır. Daha önceden hazırlanan

nohut püresi ile karıştırılır. Yapılan karışım minik sepetler haline getirilir.

Dana eti kavrulur üzerine soğan ilave edilerek karıştırılır, domates biber ilave edilip beklemeye alınır. Yaptığımız nohut sepetleri tabağa alınır, içine et karışımı eklenerek servis edilir. Arzuya göre süslenir.



18-MERCİMEK KÖFTESİ

Malzemeler (1 kişiliktir)

50 g kırmızı mercimek, 30 g patates, 20 g havuç, 20 g ince bulgur, 25 ml zeytinyağı, 1 tutam maydanoz, yarım limon, 150 g kuru soğan, 100 ml sıvı yağ, 10 g salça, tuz, karabiber.

Yapılışı

Kırmızı mercimek, patates, havuç birlikte haşlanır. Pişmeye yakın bulgur ilave edilir ve üstü kapatılarak dinlenmeye alınır. Başka bir kaptaki jülyen doğranmış soğan yağ ile kavrulup salça ilave edilir. Bu malzeme dinlenen malzemeye maydanoz eklenerek karıştırılır. Şekil verilerek limon suyu ile servis edilir.

Not: Arzu edilirse taze nane, yeşil soğan ve nar ekşisi ile birlikte de servis edilebilir.



19-ETLİ NOHUT BEĞENDİ

Malzemeler (1 kişiliktir)

Nohut Beğendi:

50 g nohut, 20 g tereyağı, tuz, karabiber, 5 g kaşar.

Etli Kısım:

180 g dana eti, 10 g kuru soğan, kırmızı toz biber.

Yapılışı

Nohut ılık suda bir tutam tuz ile ıslatılır. Ertesi gün haşlanır. Haşlandıktan sonra mikserde ezilir, püre haline getirilir. Bir başka tencerede tereyağı ile birlikte kavrulur. Tuz, karabiber, kırmızı biber ve peynir ilave edilip beğendi elde edilir. Başka bir tencerede ince doğranmış soğan ve et kavrulur. Hazırlamış olduğumuz beğendinin üzerine konulur. Servise hazır duruma getirilir.

Not: Arzu edilirse etin içersine domates, yeşilbiber ve salça ilave edilebilir. Beğendi yapımında haşlanmış nohut yerine haşlanmış kuru fasulye kullanılabilir.



20-KIYMALI NOHUT KÖFTE

Malzemeler (1 kişiliktir)

Nohut köfte:

30 g haşlanmış püre edilmiş nohut, 40 g kıyma, 2 yumurta, tuz, karabiber, kimyon, 20 g un, 20 g galeta unu, 150 ml sıvıyağ.

Domates Sos:

180 g domates rendesi, 25 g tereyağı, 5 g salça, tuz, karabiber, yarım su bardağı su.

Yapılışı

Püre haline getirilmiş nohut, kıyma ve baharat ile karıştırılıp yuvarlak, misket şeklinde köfte haline getirilir. Köfteler yağda kızartılıp табаға alınır. Ayrı bir kapta tereyağı, domates rendesi ve salça karıştırılarak pişirilir, su ilave edilip bir taşım kaynatılır ve köftelerin üzerine dökülerek servis edilir.

Not: Nohut köftesi kuru fasulye kullanılarak da aynı malzemelerle kuru fasulye köftesi olarak yapılabilir.



21- YEŞİL MERCİMEK YATAĞINDA ALI NAZİK

Malzemeler (1 kişiliktir)

Alınazık:

50 g yeşil mercimek, beşamel sos: (10 g. bakliyat unu*, tereyağı 5 g, 1 yumurta, 1 su bardağı süt, tuz, karabiber)

Üst Malzeme:

120 g kıyma, 10 g kuru soğan, 5 g salça, 20 g tereyağı, toz kırmızıbiber, tuz.

***Not:** Bakliyat unu olarak tercihe göre kuru fasulye veya nohut unu kullanılabilir.

Yapılışı

Yeşil mercimek ıslatılır, ertesi gün tencerede haşlanır. Haşlanmış yeşil mercimek telle ezilir. İçine tuz ver karabiber ilave edilir. Başka bir tencerede tereyağı eritilir, bakliyat unu ilave edilir, sırasıyla soğuk su ve süt eklenerek beşamel sos yapılır. Ayrıca başka bir tencerede

ince doğranmış kuru soğan kavrulur ve üzerine kıyma ilave edilir. Tuz, karabiber ve kırmızıbiber eklenir. Daha önce hazırlanmış olan beşamel ile ezilmiş yeşil mercimek karıştırılarak tabağa alınır. Üzerine kıyma sos ilavesiyle servis edilir. Arzu edilirse tereyağı kırmızıbiberle ısıtılarak üzerine dökülür.



22-NOHUT EZMELİ MANTI

Malzemeler (1 kişiliktir)

İç malzeme:

80 g haşlanmış, kabuklarıyla birlikte blenderdan geçirilmiş nohut, 10 g un, 1 adet yumurta, tuz karabiber.

Üst malzeme:

200 g yoğurt, 25 g tereyağı, haşlanmış kırmızı pancar.

Yapılışı

Nohut püresi, baharat, un ve yumurta ile yoğrulur. Küçük toplar yapılır kaynayan suya atılır. 2 dakika tutulup, çıkarılır. Tabağa konur, üzerine çırpılmış yoğurt dökülür ve eritilmiş tereyağı ile birlikte küp doğranmış kırmızı pancar ilave edilerek servis edilir.



23- TARATOR SOSLU MERCİMEK KÖFTE PANE TOPLARI

Malzemeler (1 kişiliktir)

Mercimek Köftesi:

50 g kırmızı mercimek, 30 g patates, 50 g havuç, 20 g ince bulgur, 20 g salça, 250 g kuru soğan, 25 ml zeytinyağı, ½ limon suyu, tuz, karabiber.

Pane:

10 g un, 10 g galeta unu, 1 yumurta, 100 ml sıvıyağ.

Tarator Sos:

50 g yoğurt, 30 g mayonez, 1 tutam dereotu, tuz, karabiber.

Yapılışı

Kırmızı mercimek, patates, havuç birlikte pişirilir. Pişmeye yakın bulgur ilave edilir. Baharatlar ilave edilerek dinlendirilir. Jülyen doğranmış soğanlar yağ ile

kavrulur, salça ilave edilir, dinlenen bulgur karışımının içine konup karıştırılır. Misket yapıp, un, çırpılmış yumurta ve galeta unu sıralaması ile panelenip, hafif kızgın yağda kızartılır. Tabağa alınır üzerine tarator sos ile servis edilir.



24-PANELENMİŞ HARDALLI TARATOR SOSLU NOHUT EZMESİ TOPLARI

Malzemeler (1 kişiliktir)

Nohut topları malzemeleri:

60 g nohut, 30 g patates, 20 g havuç, 60 g kuru soğan, 25 ml zeytin yağ, 5 g ince doğranmış suyu sıkılmış kornişon turşu, 1 tutam maydanoz, ½ limon, tuz, karabiber.

Pane Malzemesi:

10 g un, 10 g galeta unu, 1 yumurta, kızartmak için 100 ml sıvıyağ.

Hardallı Tarator Sos:

20 g yoğurt, 20 g mayonez, 10g hardal, 1 tutam dereotu, 200 ml sıvıyağ.

Yapılışı

Nohut, patates, havuç, soğan üzerini iki parmak geçen suda haşlanır malzeme blender ile püre yapılır, baharat, turşu ilave edilir, toplar halinde yuvarlanır, un, çırpılmış yumurta, galeta ununa sıra ile bulanıp panelenir, hafif kızgın yağda kızartılır. Tabağa alınır, üzerine hardallı tarator sos dökülür.



25- BAKLIYAT UNLU REVANİ

Malzemeler

10 adet yumurta, 200 g un, 100 g karışık pişirilmiş bakliyat unu(sarı mercimek, kuru fasulye ve nohut unu) , 100 g irmik, 300 g şeker, 5 g vanilya

Şerbeti için:

1250 g şeker, 1500 ml su, biraz limon suyu

Yapılışı

Yumurta ve şeker mikser ile kabartılır, kabarmış olan ürüne kaşık yardımıyla diğer ürünler sırayla ilave edilir. 170 dereceli fırında 30-35 dakika pişirilir. Soğumuş olan revaniye hazırlanılan ılık şerbet ilave edilir.



26-BARDAKTA BAKLİYAT UNLU MEYVELİ MUHALLEBİ

Malzemeler

1 lt karışık meyve suyu, 50 g nişasta, 50 g pişirilmiş karışık bakliyat unu(kuru fasulye ve sarı mercimek unu), 250 g şeker, 250 g meyve (çilek, muz, kivi), üzeri için çekilmiş yeşil fıstık.

Yapılışı

Bütün ürünler ocakta karıştırılarak pişirilir. İstenilen kaplara koyulup meyve ile süslenip servis edilir.



27- NOHUT UNLU ŞEKERPARE

Malzemeler

400 g un, 100 g pişirilmiş nohut unu, 200 g margarin, 50 g tereyağı, 15 g kabartma tozu, 1 paket vanilya, 2 adet yumurta, 150 g pudra şekeri, 75 g irmik

Şerbeti için:

750 g şeker, 850 ml su, biraz limon suyu.

Yapılışı

Bütün ürünler hamur haline getirilir. 18-20 g ağırlığında istenilen şekiller verilir tepsiye dizilir. İsteğe göre üzeri nohut ile süslenir. 170 derecede 25-30 dakika pişirilir. Hazırlanmış olan sıcak şerbet fırından çıkan şekerpareye dökülür.(iki üründe sıcak olmalıdır)



28-SARI MERCİMEK UNLU HELVA

Malzemeler

100 g un, 100 g pişirilmiş sarı mercimek unu, 150 g tereyağı, 50 g zeytinyağı, 400 g şeker, 300 ml su, 100 ml süt, 5 g vanilya, 1 portakal rendesi ve suyu.

Yapılışı

Unlar ve tereyağı rengi pembeleşinceye kadar kavrulur. Şeker, su ve süt ayrı bir kapta kaynatılır, bu karışım kavrulmuş olan una ilave edilir. Sırayla zeytinyağı, portakal rendesi, portakal suyu ve vanilya ilave edilip kıvama gelene kadar pişirilir. Şekil verip servis yapılır.



29- YEŞİL MERCİMEKLI ÜZÜM SALKIMI

Malzemeler

Yeşil mercimekli üzüm salkımı için:

150 g un, 50 g yeşil mercimek ezmesi, 150 g tereyağı, 50 g zeytinyağı, 400 g şeker, 300 ml su, 100 ml süt, 5 g vanilya, 1 portakal rendesi ve suyu.

Kreması için:

150 ml çiğ krema, 50 g esmer şeker, 25 g tereyağı, 10 g nişasta

Yapılışı

Un, tereyağı ve yeşil mercimek ezmesi ocakta rengi pembeleşinceye kadar kavrulur. Şeker, su ve süt ayrı bir kapta kaynatılır, bu karışım kavrulmuş olan malzemeye ilave edilir. Sırayla zeytinyağı, portakal rendesi, portakal suyu ve vanilya ilave edilip kıvama gelene kadar pişirilir. Elde yuvarlanan küçük toplar üzüm salkımı şeklinde süslenir, tercihe göre krema ile servis edilir.

Krema yapılışı:

Tüm malzemeler bir tencereye konup çırpılarak koyulaşınca kadar kaynatılır. Soğutulup servis edilir.



30- BEYAZ ÇİKOLATA KAPLAMALI NOHUT

Malzemeler:

200 g eritilmiş beyaz çikolata, 200 g haşlanmış kurutulmuş nohut.

Yapılışı

Haşlanmış ve kurutulmuş nohut eritilmiş çikolata kabına ilave edilir, iyice karıştırılır. Tatlı kaşığıyla yağlı kağıdın üzerine şekil verilerek dökülür. Buzdolabında 1 saat bekletilerek servis edilir.

31-BİTTER ÇİKOLATA KAPLAMALI FASULYE

Malzemeler

200 g eritilmiş bitter çikolata, 200 g haşlanmış kurutulmuş kuru fasulye.

Yapılışı

Haşlanmış ve kurutulmuş fasulye eritilmiş çikolata kabına ilave edilir, iyice karıştırılır. Tatlı kaşığıyla yağlı kağıdın üzerine şekil verilerek dökülür. Buzdolabında 1 saat bekletilerek servis edilir.



32-MERCİMEKLİ KEK

Malzemeler

6 adet yumurta, 300 ml sıvı yağ, 100 ml süt, 350 g şeker, 300 g un, 150 g mercimek unu, 30 g kabartma tozu, 1 paket vanilya, 50 g haşlanmış mercimek, 1 adet portakal kabuğu rendesi ve suyu veya 50-100 g fındık-fıstık.

Yapılışı

Şeker ve yumurta 3-4 dakika kabartılır. Haşlanmış mercimek hariç diğer malzemeler sırayla karıştırılır. İstenilen kalıplara doldurulur. Üzeri haşlanmış mercimek tanesi ile süslenir. 160-170 derecede 40-50 dakika pişirilir.



33-FASULYELİ KURABİYE

Malzemeler

400 g un, 100 g fasulye unu, 100 g haşlanmış fasulye, 300 g şeker, 300 g margarin, 200 g süt, 30 g kabartma tozu, 1 paket vanilya, 1 adet limon rendesi.

Yapılışı

Haşlanmış fasulye hariç bütün malzemeler karıştırılır hamur haline getirilir. İstenilen büyüklüklerde şekil verilir haşlanmış fasulye taneleriyle süslenir. 160-170 derecede 15-20 dakika pişirilir.



34- NOHUTLU KURABİYE

Malzemeler

400 g un, 100 g nohut unu, 100 g haşlanmış nohut, 1 adet portakal kabuğu rendesi ve suyu, 15 g kabartma tozu, 250 g margarin, 250 g toz şeker, 2 adet yumurta, 3 kaşık kakao.

Yapılışı

Haşlanmış nohut hariç bütün malzemeler karıştırılır hamur haline getirilir. İstenilen büyüklüklerde şekil verilir haşlanmış nohut taneleriyle süslenir. 160-170 derecede 15-20 dakika pişirilir.



35- MERCİMEKLİ SÜPANGLE

Malzemeler

1 litre süt, 30 g kakao, 300 g şeker, 40 g nişasta, 50 g mercimek unu, 1 adet portakal kabuğu rendesi ve suyu, 100 g haşlanmış mercimek.

Yapılışı

Bütün malzemeler muhallebi gibi pişirilir. İstenilen kaplara doldurulur. Soğuduktan sonra üzeri fıstık veya portakal rendesiyle süslenir.



36- FASULYELİ KEŞKÜL

Malzemeler

1 litre süt, 300 g şeker, 40 g nişasta, 40 g fasulye unu, 100 g haşlanmış fasulye.

Yapılışı

Bütün malzemeler muhallebi gibi pişirilir. İstenilen kaplara doldurulur. Soğuduktan sonra üzeri çilek ve fıstıkla süslenir.



37-MERCİMEKLİ BÖREK

Malzemeler

500 g milföy hamuru, 250 g haşlanmış mercimek, 250 g haşlanmış patates, 50 g zeytinyağı, 50 g ince doğranmış biber, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı baharat.

Yapılışı

Bütün malzemeler karıştırılır. Milföy hamurunun içine doldurulup şekil verilir. 180 derecede 20-25 dakika fırında pişirilir.



38-FASULYELİ BÖREK

Malzemeler

500 g milföy hamuru, 150 g beyaz peynir, 100 g rendelenmiş kaşar peyniri, 200 g haşlanmış fasulye, 1 çay kaşığı tuz

Yapılışı

Malzemeler karıştırılıp milföy hamurunun içine koyulur istenilen şekiller verilir. 180 derecede 20-25 dakika pişirilir.



39-NOHUTLU BÖREK

Malzemeler

500 g milföy hamuru, 250 g kıyma, 250 g haşlanmış nohut, 1 adet havuç rendesi, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı baharat, 1 tatlı kaşığı salça.

Yapılışı

Börek içi tüm malzemeler eklenerek ocakta pişirilir. Milföy hamurunu içine doldurulup şekil verilir. 180 derecede 20-25 dakika pişirilir.



40-MERCİMEKLİ GÜL BÖREĞİ

Malzemeler

3 adet yufka, 100 ml süt, 1 adet yumurta, 50 g ayçiçek yağı, 250 g mercimek, 250 g kavrulmuş kıyma, yarım demet maydanoz, tuz, baharat.

Yapılışı

Yufka 4 parçaya bölünür. Süt, yumurta ve Ayçiçek yağı karıştırılıp yufkaların üzerine sürülür. Dolgu malzemesi yufkanın arasına doldurulup sarılır. Yumurta sarısı sürülüp 170-180 derecede 30 dakika pişirilir.



41- NOHUTLU GÜL BÖREĞİ

Malzemeler

3 adet yufka, 100 ml süt, 1 adet yumurta, 50 g Ayçiçek yağı, 250 g haşlanmış nohut, 2 adet ince doğranmış havuç, yarım demet maydanoz, 200 g beyaz peynir, tuz.

Yapılışı

Yufka 4 parçaya bölünür. Süt, yumurta ve Ayçiçek yağı karıştırılıp yufkaların üzerine sürülür. Dolgu malzemesi yufkanın arasına doldurulup sarılır. Yumurta sarısı sürülüp 170-180 derecede 30 dakika pişirilir.



42- FASULYELİ GÜL BÖREĞİ

Malzemeler

3 adet yufka, 100 ml süt, 1 adet yumurta, 50 g Ayçiçek yağı, 250 g fasulye, 250 g haşlanmış patates, 2 adet yeşil soğan, yarım demet dereotu, tuz, baharat.

Yapılışı

Yufka 4 parçaya bölünür. Süt, yumurta ve Ayçiçek yağı karıştırılıp yufkaların üzerine sürülür. Dolgu malzemesi yufkanın arasına doldurulup sarılır. Yumurta sarısı sürülüp 170-180 derecede 30 dakika pişirilir.



43-MERCİMEKLİ KRUVASAN

Malzemeler

Hamuru için:

500 g milföy hamuru, 40 g şeker, 20 g yaş maya

Dolgusu için:

250 g haşlanmış mercimek, 250 g doğranmış ıspanak, 100 g beyaz peynir, 1 çay kaşığı tuz.

Yapılışı

Milföy hamuru, şeker ve maya 2-3 dakika yoğrulur. Üçgen şekilde kesilir. İçerisine dolgu malzemeleri doldurulur, üzerine yumurta sürülüp 15 dakika bekletilir. 170-180 derecede 25-30 dakika pişirilir.



44- NOHUT UNLU EKMEKTEN SANDVİÇ

Malzemeler

Ekmeği için:

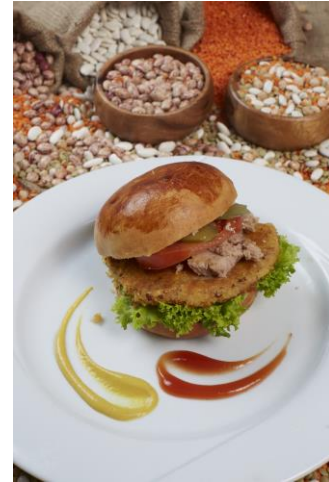
400 g un, 100 g nohut unu, 100 g Ayçiçek yağı, 350 g su, 25 g yaş maya, 13 g tuz.

Yapılışı

Tüm malzemeler hamur haline getirilir. 10 dakika dinlendirilir. Hamurlar 80-100 g ağırlığında kesilir şekil verilir. Üzerine yumurta sarısı sürülüp 40 dereceli fırında 15 dakika mayalandırılır. 180 dereceli fırında 20 dakika pişirilir.

Sandviç içi:

İsteğe göre beyaz peynir, kaşar peyniri, yeşillik, domates, salam, biber vb... malzemelerle doldurulabilir.



45-MERCİMEK UNLU EKMEKTEN HAMBURGER

Malzemeler

Ekmeği için:

400 g un, 100 g mercimek unu, 50 g zeytinyağı, 100 ml süt, 250 ml su, 25 g yaş maya, 12 g tuz, 1adet yumurta sarısı.

Köftesi için:

250 g kıyma, 2 kaşık mercimek unu, 200 g haşlanmış mercimek, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı baharat, 1 yumurta.

Yapılışı

Ekmek için:

Bütün malzemeler hamur haline getirilir. 10 dakika dinlendirilir. Hamurlar 80-100 g ağırlığında kesilir şekil verilir. Üzerine yumurta sarısı sürülüp 40 dereceli fırında 15 dakika mayalandırılır. 180 dereceli fırında 20 dakika pişirilir.

Köftesi için:

Bütün malzemeler yoğrularak köfte haline getirilir. Köfteler kızartılıp hamburger ekmeğinin arasına konulur. Arzu edilen sebzelerle servis edilir.



6- BAKLİYATLI AKDENİZ SALATA

Malzemeler (1 kişiliktir)

50 g Akdeniz yeşilliği, 30 g haşlanmış nohut, 30 g haşlanmış yeşil mercimek, 100 g küp doğranmış domates.

Sosu için:

50 ml zeytinyağı, ¼ limon, tuz, karabiber.

Yapılışı

Tüm malzemeler bir kaba alınıp karıştırılır ve salata tabağına konulur, üzerine sos dökülüp servis edilir.



47- NOHUT HUMUS

Malzemeler(1 kişiliktir)

60 g haşlanmış ve püre haline getirilmiş nohut, 30 g tahin, ½ limon suyu, 20 ml zeytinyağı, tuz.

Sos için:

20 g tereyağı, kırmızı toz biber.

Yapılışı

Malzemeler bir kaba alınıp, blenderdan geçirilip servis tabağına konulur. Tereyağı, toz biber eritilip üzerine dökülür, servis edilir.



48-KURU FASULYE FAVA

Malzemeler(1 kişiliktir)

60 g haşlanmış ve püre haline getirilmiş kuru fasulye, 20 g patates püre, 20 g haşlanmış havuç rendesi, 1 tutam dereotu, tuz, karabiber, zeytinyağı.

Yapılışı

Tüm malzemeler bir kaba alınır, çırpma teli yardımıyla birbiri ile özleştirilip tabağına konup soğuk hava dolabında 15 dakika bekletilir, servis tabağına alınır üzerine zeytinyağı dökülüp servis edilir.



49- YUVALAMA

Malzemeler(1 kişiliktir)

50 g haşlanmış nohut, 30 g kıyma, 20 g ince bulgur, 10 haşlanmış pirinç, 10 g haşlanmış kırmızı mercimek, 20 g ince kıyım kuru soğan, 20 g tereyağı, 10 g salça, 400 ml su, pul biber, tuz, karabiber.

Yapılışı:

Bir kaba kıyma, ince bulgur, haşlanmış pirinç, haşlanmış mercimek konulur. Yoğurduktan sonra nohut büyüklüğünde toplar haline getirilip beklemeye alınır.

Ayrı bir tencerede tereyağı, kuru soğan, salçayı kavurup suyunu ilave edip, baharatlarını koyup, nohut ve yapmış olduğumuz topları ilave edilir. 30 dakika pişirilir ve çukur servis tabağına alınıp servis edilir.



50-KIRMIZI MERCİMEKLİ İÇLİ KÖFTE

Malzemeler(1 kişiliktir)

Köftesi için:

50 g kırmızı mercimek, 20 g ince bulgur, tuz, karabiber, 10 ml zeytinyağı.

İç Harç:

30 g kıyma, 30 g kuru soğan, 3 g salça, 20 g tereyağı, 5 g kuş üzümü, 10 g ceviz, yarım çay bardağı su, tuz, karabiber.

Pane için:

10 g un, 1 adet yumurta, 20 g galeta.

Kızartmak için:

100 ml sıvı yağ.

Yapılışı

Kırmızı mercimek, bulgur bir tencerede pişirilir. İçine tuz, karabiber, zeytinyağı, kırmızı toz biber ilave edilip karıştırılır. Yumurta büyüklüğünde toplar haline getirilip bekletilir.

İç harç için:

Tereyağı ile kıyma ve soğan kavrulur, salça ilave edilip suyu koyulup bir taşım kaynatıp. Kuş üzümü, ceviz, tuz, karabiber ilave edilip soğutulur. Soğutulan harç yumurta büyüklüğündeki toplar içli köfte gibi açılır, harç içine konulup kapatılır. Yapılan köfteler sırası ile un, yumurta, galeta ununa bulanıp hafif kızgın yağda kızartılıp, servis edilir.



51- YEŞİL MERCİMEK SALATASI

Malzemeler (1 kişiliktir)

50 g yeşil mercimek, 30 g ince kıyım karpas biber, 20 g ince kıyım çarliston biber, 20 g akdeniz yeşillikleri, 1 tutam maydanoz, 100 g ince kıyım domates.

Sosu için:

20 ml nar ekşisi, 20 ml zeytinyağı, ¼ limon suyu, tuz, karabiber, pul biber.

Yapılışı

Tüm malzemeler kaba alınır, karıştırılır, salata kasesine konulur. Sosu üzerine dökülüp servis edilir.



52-KURU FASULYELİ İSPANAK BASTI

Malzemeler (1 kişiliktir)

50 g haşlanmış kuru fasulye, 30 g ıspanak, 50 g kuru soğan, 1 diş sarımsak, 100 g küp doğranmış domates, 20 g küp doğranmış yeşil biber, 30 ml zeytinyağı, 400 ml su, 5 g salça, tuz, karabiber.

Yapılışı

Bir tencerede yağ, sarımsak, kuru soğanı kavurup, salça ve suyu ilave edip tüm malzemeleri içine koyup 30 dakika kısık ateşte pişirilir. Çukur tabakta servis edilir.



53-NOHUT BASTI

Malzemeler (1 kişiliktir)

60 g haşlanmış nohut, 30 g haşlanmış dana eti, 30 g patlıcan, 30 g küp doğranmış kapyra biber, 20 g küp doğranmış yeşil biber, 100 g küp doğranmış domates, 20 g küp doğranmış kuru soğan, 10 g salça, 400 ml su, 10 g tereyağı, 10 g sıvıyağı, tuz, karabiber, pul biber.

Yapılışı

Bir tencerede sıvıyağ, et, kuru soğan kavrulur. Biberler ilave edilip karıştırılıp salça, tuz, karabiber, pul biber ilave edilir ve su ilave edilip kalan malzeme içine konur. Kapağı kapalı bir şekilde kısık ateşte 30 dakika pişirilir ve çukur tabağa alınıp servis edilir.



54-BAKLİYATLI BEYHAZ LAHANA SALATASI

Malzemeler (1 kişiliktir)

30 g haşlanmış nohut, 30 g haşlanmış kuru fasulye, 60 g ince doğranmış beyaz lahana, 20 g kuru üzüm, 5 g şeker.

Sos için

50 g mayonez, 20 ml nar ekşisi, 10 ml zeytinyağı.

Yapılışı

İnce kıyım lahanayı, toz şeker ile 1 dk ovalım. İçine nohut, fasulye ve kuru üzümünü ilave edip zeytinyağı, nar ekşisini koyup karıştırılır. Mayonez ilave edilir, salata tabağına konulur, servis edilir.



55- NOHUT PİLAKİ

Malzemeler(1 kişiliktir)

60 g haşlanmış nohut, 30 g küp doğranmış havuç, 30 g küp doğranmış patates, 100 g küp doğranmış domates, 1 diş ince doğranmış sarımsak, 50 g ince kıyım kuru soğan, 20 ml zeytinyağı, 5 g domates salçası, 400 ml su, tuz.

Yapılışı

Bir tencereye yağ konur, kuru soğan ve havuç kavrulur. Salça ilave edilip, su ve diğer malzemeler içine konur ve 30 dakika kısık ateşte pişirilir. Çukur tabakta servis edilir.



56- NOHUT FİLİSTİN TOPLARI

Malzemeler(1 kişiliktir)

60 g nohut, 1 adet yumurta, 15 g nişasta, 30 g akdeniz yeşillikleri, 1 tutam kişniş, 1 tutam maydanoz, kırmızı toz biber, karabiber, tuz.

Sos:

20 ml zeytinyağı, ¼ limon, 10 ml balzemik sirke.

Yapılışı

Nohut bir gün öncesinden ıslanır, bir tencereye konulup blenderdan çekilir. Kişniş, yumurta, nişasta, tuz, karabiber, kırmızı toz biber, maydanoz konulup karıştırılır. Köfte gibi yoğurup, misket topar, haline getirilir hafif kızgın yağda kızartılır. Bir tabağa Akdeniz yeşillikleri konulur, üzerine kızartılan topar konulup üzerine sos dökülüp servis edilir.



57- YEŞİL MERCİMEKLİ KÖZLENMİŞ PATLICAN SALATASI

Malzemeler (1 kişiliktir)

40 g haşlanmış yeşil mercimek, 100 g küp doğranmış közlenmiş patlıcan, 50 g akdeniz yeşilliği, 1 diş ince kıyım sarımsak.

Sosu için:

¼ limon, 50 ml zeytinyağı, 30 ml nar ekşisi, tuz, karabiber.

Yapılışı

Tüm malzemeler bir kaba alınıp karıştırılır, salata tabağına konulur. Üzerine sos için; sırasıyla zeytinyağı, nar ekşisi, limon, tuz ve kara biber karıştırılıp üzerine dökülür ve servis edilir.



58-BAKLİYATLI BEŞ KARDEŞ SALATASI

Malzemeler (1 kişiliktir)

15 g haşlanmış nohut, 15 g haşlanmış kuru fasulye, 15 g haşlanmış yeşil mercimek, 15 g haşlanmış kırmızı mercimek, 15 haşlanmış barbunya, 30 g akdeniz yeşilliği, 20 g ince kıyım kuru soğan.

Sosu için

20 ml zeytinyağı, 50 ml nar ekşisi, 20 g ceviz, kuru nane, tuz karabiber.

Yapılışı

Tüm malzemeler bir kaba alınır, karıştırılır salata kasesine konulur. Sos malzemesi birbiri ile karıştırılır, salatanın üzerine dökülüp, servis edilir.



59- KURU FASULYE PİYAZI

Malzemeler(1 kişiliktir)

60 g haşlanmış kuru fasulye, 1 tutam maydanoz, 100 g küp doğranmış domates, 60 g piyaz doğranmış kuru soğan, tuz, karabiber.

Dekor için

Haşlanmış yumurta.

Sosu için

20 ml zeytinyağı, 10 ml nar ekşisi, ¼ limon suyu

Yapılışı

Malzemeler bir kaba alınır, karıştırılır. Salata tabağına alınır. Haşlanmış yumurta dörde bölünüp, salatanın üzerine konulur ve sos üzerine dökülüp, servis edilir.



60-YOĞURT AŞI

Malzemeler(1 kişiliktir)

50 g haşlanmış nohut, 20 g haşlanmış ince bulgur, 1 tutam taze nane, tuz karabiber, 200 ml yoğurt.

Üzeri için sos

20 g tereyağı, kırmızı toz biber, kırmızı pul biber.

Yapılışı

Nohut, bulgur, nane, tuz, karabiber bir kaba konulur, karıştırılır çukur tabağa alınıp üzerine çırpılmış yoğurt döküp tereyağı, kırmızı toz biber, pul biber eritilip üzerine dökülür ve servis edilir.