

Y E M E K

A Ş K I

Erinç RUSÇUKLU

İçindekiler

ÇORBALAR	4
Yeşillikli Brokoli-Patates Çorbası	5
Yaban Havuçlu Sebze Çorbası.....	7
Havuç Çorbası	9
Makarnalı ve Sebzeli İtalyan Çorbası.....	11
MAKARNA-PİLAV ve ATIŞTIRMALIKLAR.....	14
Balkabaklı Makarna.....	15
Sarımsaklı Brokolili Makarna	17
Sebzeli Noodle.....	19
Sonbahar Meksika Pilavı	22
Fırında Kolay Sosisli Patates	24
Domates Soslu Kabak Çekirdekli Makarna.....	26
Tavuklu Hamur	28
Asya Usulü Tavuk Salatalı Sandviç.....	33
Kolay Peynir Topları	35
Çıtır Tavuk Nagıt.....	37
Kokteyl Köfteler.....	39
Sıcak Ispanaklı Dip Sos.....	41
ANA YEMEKLER.....	43
Ekşi Elma Soslu Pirzola	44
Tayland Usulü Şiş Köfte.....	47
Mantarlı Biftek	49
Hindi Köfte.....	51
Tavuklu Makarnalı Kiş	53
Kolay Dana Güveç	55
Coq Au Vin.....	58
Karnıbaharlı Soğanlı ve Yeşillikli Risotto	60
Yumurtalı ve Adaçaylı Brüksel Lahanası	62
Kıymalı Burrito Güveç	64
Marine Edilmiş Sebzeli Levrek	66
Fasulye ve Hindili Çili.....	69
Hindi Sosisli Lazanya.....	72
Wokta Zencefilli Et.....	75
Parmesanlı Patlıcan	78
Pazar Gecesi Yahnisi	81
Orman Körisi	84
Mantarlı Tavuk Sote	86
Tavada Sosis, Patates ve Lahana	88
Kolay Ton Balıklı Güveç	90
Sırlı Köfte	92
Elma Dolgulu Tavuk Göğüs	94
Fırında Peynirli Çipura Fileto.....	97
TATLILAR	99
Bal Kabaklı Cheesecake	100
Karamelli Creme Brulee.....	103
Fıstık Ezmeli Turta	106
Kızılıçık Çubukları	108
Şekerli Tarçınlı Kurabiye Sandviç.....	111
Çilek Meleği	114

ÇORBALAR

Yeşillikli Brokoli-Patates Çorbası

Merhabalar. Kış yaklaşıyor. Sağlıklı ve sıcak bir çorba içmek her türlü derdinize çözüm getiremeyebilir ancak içinizi ısıtacağı kesin. Bu kolay tarifi hızlıca uygulayabilecek ve çorbanız yeterince sağlıklı ve doyurucu olacaktır. Patatesler çorbanıza gereken sıcaklığı ve içtenliği verirken, kışlık yeşillikleriniz lezzet ve renk katacaktır.

Malzemelerimiz:

- 2 orta boy doğranmış patates
- 300-400 gram kadar mümkünse az tuzlu tavuk suyu
- 3 kase kadar küçük brokoli yaprakları
- 2 kase süt
- 3 yemek kaşığı un
- 2 kase rendelenmiş Gouda peyniri (biraz yağlı ve yoğun kaşar da olabilir)
- Karabiber
- 2 kase kışlık yeşillik (acı marul, marul, ıspanak vb.)

Büyük bir tencerede patates ve tavuk suyunu karıştırın. Kaynamaya yakın altını kısın. Ağız kapalı bir şekilde 8 dakika kadar pişirin. Patatesleri suyun içinde hafifçe, çok püre kıvamına gelmeyecek şekilde ezin. Brokoli ve sütü ekleyip biraz daha kaynatın.

Orta boy bir kasede un ve peynirleri karıştırın ve yavaş yavaş çorbaya ekleyin. Peynirler iyice eriyene kadar karıştırın. Karabiber ile lezzet katın. Sıcak çorbanızı servis ederken kışlık yeşillikleriniz ile süslemeyi ihmal etmeyin.

Yaban Havuçlu Sebze orbası

Yemeğın adındaki yaban havucunu görünce hemen “aaaaa nereden bulacağız öyle havucu” telaşına girmenize gerek yok. Karakavza veya yaban havucu, zor bulunan ve egzotik bir ürün değildir. Aksine bu daha kalın ve açık renkli havuçların bulunduğ manavlar, hepsi aynı tip ve renkte havuçların bulunduğ manavlardan daha güvenilirdir. Taze ve temiz ürünler satan herhangi bir yerde greceğınız şekli biraz bozuk, kalın ve beyaza kaçan açık bir rengi olan her havuç yaban havucudur. Gönül rahatlığı ile alıp kullanabilirsiniz. Malzemelere geçelim.

Malzemeler (6 kişilik):

- 4 kase soyulmuş ve ufak ufak doğranmış yaban havucu
- Damak tadınıza göre oranı değışebileceğ kadar tereyeğ veya 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 5 parça pastırma (arzu edilirse)
- 1 adet küp küp doğranmış soğan
- 3 adet küp küp doğranmış patates (tercihe göre kabukları üzerinde kalabilir)
- 2 bardak kaynar su
- 4 bardak süt
- 3 yemek kaşığı margarin veya tereyağı
- 1 adet krema
- Tuz, karabiber
- 2 yemek kaşığı maydanoz

Yaban havuçları çok büyükse, kalın ve sert olan göbek kısmı ile uğraşmak zorunda değilsiniz. Ayırabilirsiniz. Pastırma kullanmak istiyorsanız malzeme listesinin tepesindeki tereyağını veya zeytinyağını kızdırıp pastırmaları tır olana kadar kızartın. Pastırmalar

kızarinca kağıt havluya koyun ve yağını süzdürün. Kalan yağ ile (veya pastırma istemiyorsanız yine aynı şekilde zeytinyağı içinde) soğanları hafifçe kahverengileşene kadar kavurun.

Çorbayı yapacağınız tencereye kavrulmuş soğanları alın. Yaban havuçlarını ve patatesleri soğanın yanına ekleyip 2 bardak kaynar suyu ekleyin. Biraz kaynadıktan sonra altını kısın ve yavaş yavaş pişmeye bırakın. Tencerenin ağzını kapatıp 30 dakika pişirin. Havuçlar ve patatesler yumuşadıktan sonra sütü ekleyip kısık ateşte kaynatmaya devam edin. Yağ ve kremayı ekleyin. Tuz ve karabiber ile tatlandırın. Tadı ve kıvamı yerine gelene kadar pişirin (çok uzun süre yüksek ateşte sütü ve kremayı tutmak çorbanın tadını bozabilir).

Çorbayı kaselere alın. Eğer pastırma kullanmayı tercih etmişseniz, kızarttığınız pastırmaları küçük parçalar halinde çorbanın üzerine serpin. Kıyılmış maydanoz ile süsleyin.

Afiyet olsun.

Havuç Çorbası

Havaların soğuması, sofralarımızda çorba için fazladan yer açılmasını sağlıyor ancak bu çorba mevsim ve hava durumu fark etmeden favori çorbalarınızdan olmaya aday. Adından anladığımız üzere çorbada kullanılan malzeme havuç. Ancak sadece normal taze havuçlardan kullanmıyoruz. Bunun yanında daha önceki tariflerde bahsi geçen yaban havucu da tarifte önemli bir yer tutuyor. Bu yüzden malzemeleri hazır ederken yaban havucunu da eklemeyi ihmal etmeyin. Malzemelere hemen geçelim:

MALZEMELER:

2 yemek kaşığı zeytinyağı

2 buçuk kase kadar doğranmiş kuru soğan

3 kase doğranmiş yaban havucu

3 bardak su

2 buçuk kase doğranmiş havuç

2 paket yağsız ve sodyumu azaltılmış tavuk suyu (tavuk haşlıyorsanız suyundan 400 gr. kadar ayırabilirsiniz)

Yarım ay kaşığı tuz

Yarım ay kaşığı karabiber

Yarım kase ince ve düzgün doğranmiş yaban havucu (orba hazır olduktan sonra üzerini süslemek için özenle kesin)

Ayrıca süsleme için arzu ettiğiniz malzemeleri hazırlayabilirsiniz.

HAZIRLANIşI:

Orta ateşte 1 yemek kaşığı zeytinyağını ısıtmayla başlayalım. Soğanı ekleyip, sık sık karıştırarak pembeleşene kadar 10 dakika civarı kavuralım. Doğranmiş 3 kase yaban havucunu, suyu, havucu ve tavuk suyunu ekleyelim. Kaynamaya başladıktan sonra altını kısıp 50 dakika civarında (veya sebzeler iyice yumuşayana kadar) pişirelim. Ateşten alıp 5 dakika kadar dinlendirelim.

Sebzelerin orba içinde tam erimesini istiyorsanız dinlenen çorbayı azar azar blender yardımı ile yumuşatabilirsiniz. Parçaların orba içinde olması hoşunuza gidiyorsa zaten çorbanız hazır. Tuz ve karabiber ile tatlandırabilirsiniz.

Süsleme için ayırdığımız yaban havucunu ise kalan 1 yemek kaşığı zeytinyağında 5 dakika kadar kavurarak hafif kahverengi bir şekilde çorbanın zerine ekleyebilirsiniz. Tercihinize göre tavadan aldıktan sonra yağlarını kurulayabilirsiniz.

Afiyet olsun.

Makarnalı ve Sebzeli İtalyan Çorbası

Havalar soğuk, üşüyoruz ve bünye doğal olarak çorba istiyor. Hazır çorba lezzet ve sağlık açısından dert. Doyurucu ve sağlıklı bir sebze çorbası yapmak zaman zaman bu soğuk ve insanı yavaşlatan havada yorucu olabiliyor. Bol sebzeli ve bol makarnalı bir çorba yapmayı kim istemez? Yapımı oldukça kolay ve soğuk havalar için ideal. Malzemelere geçelim ve hemen hazırlamaya başlayalım.

MALZEMELER

1 adet küçük kuru soğan, doğranmış

2 adet küçük havuç, doğranmış

2 adet kereviz sapı, doğranmış

4 diş sarımsak, dövülmüş

1 buçuk bardak taze fasulye, her parçası iki veya üçe bölünmüş

800 gram kadar doğranmış domates, sulu sulu

6 bardak su

1 adet konserve kırmızı barbunya, yıkanmış

1 adet konserve kuru fasulye

2 adet defne yaprağı

1 çay kaşığı kuru kekik

1 ay kaşığı kuru fesleğen

Yarım ay kaşığı kurutulmuş biberiye

ay kaşığının ucuyla kırmızı pul biber

1 küçük boy kabak, doğranmış

Yarım bardak makarna (küçük boy makarna olursa daha rahat edersiniz)

1 bardak doğranmış taze ıspanak

Tuz ve karabiber

Opsiyonel olarak rendelenmiş kaşar veya parmesan peyniri

HAZIRLANIşI

Soğan, havuç, kereviz, sarımsak, taze fasulye, domatesi (suyu ile birlikte), barbunya ve kuru fasulyeyi ve 6 bardak suyu tencereye koyalım. zerine defne yapraklarını, kekiği, fesleğeni, biberiyeyi ve kırmızı pul biberi serpelim. Ağzını kapatıp, ocağı da mmkn olduğu kadar çok kısıp uzunca sürecek pişirme işlemine başlatalım.

orba altı kısık ve oldukça ağır bir şekilde pişerken ağzını açmadan ara ara suyunu kontrol edelim. 1 saat kadar piştikten sonra kabak, makarna ve ıspanakları ekleyelim. Makarna biraz yumuşayana kadar pişirelim. Tuz ve karabiber ile tatlandıralım. Defne yapraklarını orbamızdan ayıralım. Pişirme süremizi makarnaya göre ayarlamamızın

nedeni, makarna yumuşayana kadar geçen sürede kabak ve ıspanakların istenilen kıvama gelmesi ve vitaminini kaybetmesidir.

Çorbamız piştikten sonra kaselere boşaltıp, eğer vegan değilseniz kaşar peyniri veya parmesan peyniri ile süsleyip servis edebilirsiniz. Bu çorbanın diğerlerinden farkı, yavaş pişirirseniz ve makarna-kabak-ıspanak üçlüsünü mümkün olduğu kadar geç eklerseniz, o kadar lezzetli olmasıdır.

Afiyet olsun.

MAKARNA-PİLAV ve ATIŞTIRMALIKLAR

Balkabaklı Makarna

Tatlı ve lifli balkabağınız pişmek için sabırsızlanıyor! Emin olun; bolca protein, lif, C vitamini, potasyum ve elbette beta karoten ile balkabağı süper yiyecekler listesinde ilk sıraları zorluyor. Düşük kalorili oluşu da sağlıklı bir makarna için eşi bulunmaz bir malzeme seçeneği sunuyor. Biraz da şımarmak için kavrulmuş cevizler ise yaparken de yerken de kendimizi kaybetmemizi sağlıyor.

Heyecana gerek yok, işte malzemeler:

- Yarım, küçük boy balkabağı
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- Büyük taneli tuz ve karabiber
- 2 yemek kaşığı bal
- En sevdiğiniz makarnadan bir paket
- 2 adet ince ince kıyılmış sarımsak
- Yarım kase ince doğranmış kavrulmuş ceviz
- 1/4 kase kıyılmış maydanoz
- Yarım kase güzelce rendelenmiş parmesan peyniri (veya kaşar peyniri)

Nasıl oluyor?

Fırını 220 dereceye ayarlayın ve ısıtın. Balkabağını 2 cm kadar küçük parçalara doğrayın. 2 yemek kaşığı zeytinyağı, yarım çay kaşığı tuz ve 2 yemek kaşığı bal ile iyice karıştırın. Yanmaz fırın kağıdınızın üzerine serin ve 45 dakika kadar fırında pişirin.

Kabaklar fırındayken lütfen televizyona dalmayın ve güzelce tuzladığınız suyu kaynatın. Makarnanızı istediğiniz kıvamda haşlayın. Makarna haşlanırken yine boş durmayın ve kalan 2 yemek kaşığı zeytinyağını kızdırın. Sarımsakları 1 dakika kadar kavurun ve içine cevizleri ve fırında pişmiş kabaklarınızı ekleyin. Karıştırıp kenara alın.

Makarnanızı süzerken 1 bardak makarna suyunu ayırın. Makarnayı bu su, maydanoz ve peynir ile karıştırın. Tuz ve karabiber ekleyin. Üzerine çok az zeytinyağı gezdirin. Servis kasenize alın ve kabak-ceviz

karışımınız ile karıştırın. Soğumadan servis edin. Artık yerken televizyon izleyebilirsiniz.

Afiyet olsun.

Sarımsaklı Brokolili Makarna

“Ben makarnayı dümdüz haşlayıp yemem” diyenler, brokolinin tatsız tutsuz halini sevmiyor olsanız bile az sonra ortalığı karıştıracanız. Mutfağı toparlayın ve hazır olun:

Tarifin orijinali aslında spagetti makarna ile ancak küçük boy farklı makarna çeşitleri eklediğiniz tüm malzemelerin makarna ile daha iyi karışmasını sağladığı için, tercih yine size ait olsa da, spagetti yerine onları kullanmanızı tavsiye ederim. Bir küçük uyarı daha; iyotlu sofrata tuzu sarımsağınızın değişik renklere bürünmesine neden olabilir. Sağlık açısından ve tat açısından sorun teşkil etmese de görüntüsü farklı olabileceği için iyotsuz tuz kullanmanızı tavsiye ederim. Geçelim malzemelere:

- Bir paket makarna
- Yarım kilo brokoli (kocaman büyük ve ağır saplarını ayırın, kalan yaprak ve sapları makarnanız ile eş boyutta olacak şekilde doğrayın)
- Yarım su bardağı zeytin yağı
- 5 diş sarımsak (minik minik doğranmış veya dövülmüş)
- Yarım yemek kaşığı pul biber (damak tadınıza göre daha az veya fazla olabilir)
- 1 yemek kaşığı kadar iyotsuz tuz (iyotlu için yukarıya bakınız)

Makarnayı her zaman olduğu gibi 5 dakika kadar haşlayın. Haşlama sürenizin sonlarına doğru brokolileri ekleyin. Tencerenin çok dolmasına aldırmayın, biraz karıştırdıktan sonra brokolilerin makarna ile birlikte haşlanmaya başladığını görüp rahatlayacaksınız. Haşlanan makarna ve brokolileri süzüp servis kasesine alın.

Aynı tencerede yağı kızdırıp sarımsakları hafif altın sarısı renge gelene kadar iyotsuz tuz ve pul biber ile birlikte 3-4 dakika kadar sürekli karıştırarak pişirin. Makarna ve brokolileri ekleyip iyice karıştırın. Servis için üzerine kaşar veya parmesan peyniri rendeleyebilirsiniz.

Afiyet olsun.

Sebzeli Noodle

Uzakdoğu mutfağından gittiğim doğru ancak Türk mutfağının klasik yemeklerini yapmayı bilmeyen yok. Bu yemekler ile ilgili yeni ve orijinal bir tarif ise hiç yok

Bu sefer için derinine inmeden son derece basit ve besleyici sebzeli noodle tarifi var elimde. Aynı sebzeleri kullanarak ama noodle yerine makarna olur mu dersiniz bence olmaz hehe. Ancak noodle'ın tadını (ya da tatsızlığını) pek sevmeyenler spagetti makarnalar ile olayın tadını biraz daha değiştirmeyi tercih edebiliyorlar. Kısacası tercih sizin.

Her şeyden önce Wok'unuz yoksa gidin alın ya da yemek yapmayı bir zevk olarak görmediğinizi kabul edin, makarneks yiyin.

Malzemeler

4 parça noodle (çin eriştesi) noodlelar küp küp bütün bütün oluyor biliyorsunuz.

5 yemek kaşığı zeytinyağı (mısır yağı niyeyse tat bozuyor, ayçiçek yağı kullanılabilir)

10 mantar (mantarlarınız bazı manavlarda pazarlarda satılan kafa boy mantarsa tek haneli sayılarda kullanmakta fayda var)

1 havuç

1/2 kabak

1/2 kırmızı biber

1/2 sarı biber

1/2 yeşil biber (üç renk biberi ayrı ayrı bulup almak yerine Superfresh'in donmuş kesilmiş biberlerinden de alabilirsiniz)

4-5 taze soğan (ne düşündüğünüzü biliyorum. Hayır. Kuru soğan olmaz)

1 su bardağı ince doğranmış lahana (mutlaka gerekli bir sebze değil, olmasa da olur)

1/2 çay bardağı soya sosu

2/3 su bardağı tavuk suyu (yemeğin biraz daha tuzlu olmasını istiyorsanız kullanın)

Tuz

Taze çekilmiş karabiber

HAZIRLANIŞI

– Mantarları ince dilimleyin. Taze soğanları temizleyip yarım parmak uzunluğunda ince ince kesin. Kabak, havuç ve biberleri ince şeritler halinde doğrayın. Noodle'ları kaynayan tuzlu suda 5-6 dakika haşlayın ve süzün. Makarna yapıyor gibi iyice yumuşatmamaya özen gösterin.

– Zeytinyağını wok tavaya alıp ısıtın ve taze soğanları birkaç dakika soteleyip tavadan çıkartın. Mantarları ekleyip rengi koyulaşıncaya kadar soteleyin. Ardından havuç, lahana, kabak ve biberleri ekleyerek sebzeler yumuşayıncaya kadar sotelemeye devam edin. Tuz, karabiber ve soya sosu ile tatlandırın.

– Haşlanmış noodleları ekleyip iyice karıştırın. Tavuk suyunu ilave edin (ya da etmeyin) ve kısık ateşte üzerine kapak kapatarak suyunu çekinceye kadar pişirin. Sotelediğiniz taze soğanları ekleyip karıştırın. Gerekirse bir kez daha soya sosu ekleyebilirsiniz.

Sebzeli noodle hazır. Elbette tüm malzemeleri ince şeritler halinde doğradığımız için ve noodle yapısı buna uygun olduğu için bambu çubuklar kullanmak en mantıklısı. Rahat olmadığını, alışık olmadığımızı düşünmeyin çubuk kullanmaya alışmak için en uygun yemek noodle. Yine de çatal tercihini cepte bulundurun, tamam

Makarna gibi ağır olmadığı için bol bol tereyağları doldurmadığımız için ve içinde envai çeşit sebze olduğu için sağlıklı bir öğün noodle. Bunun dışında lezzeti ve eğlenceli görünüşü ile sebze düşmanı çocuklarınız için de ideal bir öğün olabilir. Afiyet olsun.

Sonbahar Meksika Pilavı

Sonbahara uygun lezzetli ve her çeşit damak tadına uyabilecek, esnek bir pilav tarifi sizi rahatlatacaktır eminim. Ortalığı karıştırmadan malzemelere geçelim, ayrıntıları sonra konuşuruz.

Malzemeler:

Pilav için:

1 1/4 kase pirinç (mümkünse baldo veya osmancık)
2 bardak su
1/2 kase salsa sosu
Yarım kuru soğan, ince kıyılmış
250 gr. küçük küpler halinde doğranmış patates
1/2 çay kaşığı kimyon
3/4 çay kaşığı kırmızı biber
100 gr.doğranmış kara lahana
1 adet konserve barbunya, iyice süzölmüş
1 adet konserve börölce, iyice süzölmüş
Tuz ve karabiber

Tavuk için:

Yarım kilo kemiksiz, derisiz, küp küp doğranmış tavuk göğsü
Tuz ve karabiber
1/2 çay kaşığı kimyon
1/2 çay kaşığı kırmızı biber

Süsleme için ilginç fikirler:

Yeşil limon dilimleri
Avokado dilimleri
Salsa sosu
Doğranmış biberli otlu peynir

Küçük bir tencereye suyu, salsa sosunu ve pirinci ekleyin. Kaynadıktan sonra ağzını kapatın, ateşi iyice kısın ve 15 dakika kadar pişirin.

Pirinç pişerken büyük çelik bir tencerede 2 çay kaşığı kadar zeytinyağını kızdırmaya başlayın. Doğranmış kuru soğanlarınızı ekleyin ve pembeleşene kadar soteleyin.

Soğanlar pembeleştikten sonra patatesleri, kimyonu ve kırmızı biberi ekleyip patatesler biraz yumuşayana kadar soteleyin. Sonrasında kara lahanayı ekleyip lahanalar solana kadar pişirin. Bakliyatları (barbunya ve börülce) boşaltın, altını iyice kısın ve tavukla ilgilenmeye başlayın.

2 yemek kaşığı zeytinyağını kızdırın ve tavukları baharatları ile birlikte ekleyip iyice pişirin. Tavuklar piştikten sonra kenara alın.

Büyük bir kasede pişmiş pilavınız ile sebzeleri iyice karıştırın. Servis için bu karışımın üzerine pişirdiğiniz tavukları ekleyin. Süsleme fikirlerini kullanmak zorunda değilsiniz ama arzu ederseniz herhangi birini seçebilir ve yemeğinize ilginç tatlar katabilirsiniz.

Notlar:

Bu tarif oldukça esnek bir tariftir. Mevsimsel olarak (her ne kadar adı sonbahar pilavı da olsa) veya damak tadınıza göre sebzeleri değiştirebilirsiniz. Arzu ederseniz taze kırmızı biber, doğranmış mantar, balkabağı, ıspanak veya domates kullanabilirsiniz. Vejetaryen iseniz tavuktan vazgeçebilirsiniz. Lezzette önemli bir değişiklik olmayacaktır.

Fırında Kolay Sosisli Patates

Bu sefer, malzemesi alengirli olmayan, yapımı kolay, lezzetli ve aynı zamanda sağlıklı bir tarif var önümüzde. Her zaman olduğu gibi malzemeleri bire bir aynen görüldüğü gibi kullanmak zorunda değilsiniz. Damak tadınıza göre veya keyfinize göre dramatik olmayan değişiklikler yapabilirsiniz.

Malzemeler:

- 1 paket dana sosis (300 gr.lık paketler uygun olabilir, sofrada sizi heyecanla bekleyecek kalabalığa göre değişebilir. Arzu ederseniz hindi sosis veya füme sosis kullanabilirsiniz)
- 6 adet küçük boy patates, kuşbaşı doğranacak.
- 1 yeşil biber, patates ile aynı boyda doğranacak
- 1 kırmızı biber, patates ile aynı boyda doğranacak
- 1 orta boy kuru soğan, ince ince kıyılacak
- 2 diş sarımsak, dövülecek
- 1/4 kase mümkünse sodyumu azaltılmış tavuk suyu
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kurutulmuş biberiye,dövülecek
- 1 çay kaşığı kuru kekik
- 1/4 çay kaşığı karabiber

Nasıl yapılıyor?:

1. Fırını 200 derecede ısıtın. Sosisleri arzu ettiğiniz gibi dilimleyin.

2. Patatesleri orta boy bir tencereye koyun, üzerini kapatacak kadar su ekleyin ve su kaynadıktan sonra altını kısıp 10 dakika kadar haşlayın. Suyunu süzün.

3. Sosis, patates, biberler, soğan, sarımsak, tavuk suyu, zeytinyağı ve baharatları fırın tepsisinde karıştırın.

4. Patatesler hafif renk değiştirene ve sebzeler yumuşayana kadar 30 dk. civarı pişirin.

Not: Daha çıtır patatesler için 10-15 dakika daha fazla fırında tutabilirsiniz.

Afiyet olsun.

Domates Soslu Kabak Çekirdekli Makarna

Yemek yapmayı çok seviyoruz. Makarna yemeyi de çok seviyoruz. Doğal olarak makarnayı olduğu gibi haşlayıp yemektense değişik lezzetler katmayı da seviyoruz. Domates sosu herhangi bir günde makarnanın en iyi dostudur. Yapılan her 10 makarnadan en az yedisinde mutlaka domates sosu kullanırız. İkisi birlikte çok uyumludur. Bu sefer yine domates bizimle ancak değişik bir lezzet almak için kabak çekirdeklerinden de güzel bir yardım alacağız. Hemen malzemelere geçelim ve sonrasında nasıl bir yardım olacağını öğrenelim.

MALZEMELER

1 paket makarna (arzu ettiğiniz herhangi bir çeşit)

Yarım kase kabak çekirdeği

2 adet orta boy domates

1 yemek kaşığı kırmızı pul biber

1 yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz

Yarım bardak yarım yağlı süt (normal süt de kullanabilirsiniz)

1 yemek kaşığı un (tercihen kullanılmayabilir)

Parmesan peyniri veya kaşar peyniri (tercihen kullanılmayabilir)

Zeytinyağı

2-3 diş sarımsak, dövülmüş

Tuz

HAZIRLANIŞI

Bir tencereye makarnayı haşlamamıza yetecek kadar su ekleyip kaynatmaya başlayalım. 2 yemek kaşığı kadar tuz ve 1 yemek kaşığı kadar zeytinyağını kaynamakta olan suya ilave edip makarnayı içine dökelim. Aşırı yumuşatmadan, al dente kıvamına gelecek kadar haşlayalım.

Domates salçasını ve kabak çekirdeklerini iyice çırparak krema kıvamına getirelim. Makarna haşlanırken 1 yemek kaşığı zeytinyağını tavada kızdırmaya başlayalım. Sarımsak ve kırmızı pul biberi ekleyelim. Altını açıp sarımsağın altın sarısı renge kavuşmasını bekleyelim. Sarımsak renk değıştirdiğimiz domates salçasını ve kabak çekirdeklerini ilave edelim. Tavanın altını kısıalım ve domates salçasının suyu uçana kadar karıştırarak pişirelim.

Şimdi sütü ve arzu ederseniz unu ilave edelim. Eğer un kullanacaksanız sütün iyice piştiğinden emin olduktan sonra iyice karıştırarak unu ekleyin ki topaklaşma olmasın. Tercihen hangisini kullanırsanız kullanın, sosun yeteri kadar kıvama geldiğinden emin olunca ocaktan alabilir ve makarna ile karıştırabilirsiniz.

Maydanoz ile güzelce süsledikten sonra arzu ederseniz rendelenmiş peynir de ilave edebilirsiniz.

Afiyet olsun.

Tavuklu Hamur

Türkçe'si hamur veya mantı olsa da orijinal adı “dumpling” olan bu yiyeceğe artık alışmamız gerektiğini düşünüyorum. Zira tek başına pek bir anlam ifade etmese de aklınıza gelebilecek her türlü yiyeceklerle gidebilen, onlara lezzet katan ve doyurucu hale getiren bir şeyden bahsediyoruz. Bu sefer hamuru, tavuk ve çok lezzetli bir sosla deneyeceğiz. Hazırlaması vakit alacağından ve özellikle enfes kokular yüzünden acıkma sorunu yaşayacağımız için biraz zahmetli bir hazırlık süreci olacak. Malzemelere geçelim hemen:

MALZEMELER

Tavuk suyu için:

2 bütün tavuk

2 soğan

4 sap kereviz (tencereye sığması için ikiye bölebilirsiniz)

4 havuç (soyduktan sonra tencereye sığması için ikiye bölebilirsiniz)

4 adet yaban havucu

1 demet maydanoz

4 buçuk çay kaşığı tuz

2 ay kaşığı karabiber

Tavuk sosu için:

8 yemek kaşığı tuzsuz yağ (margarin olabilir ama tereyağı olacaksa mutlaka tuzsuz olmalı)

1 bardak un

7 bardak tavuk suyu

2 ay kaşığı tuz

Yarım ay kaşığı karabiber

2 büyük havuç, doğranmış

5 sap kereviz, doğranmış

Hamur için:

2 bardak un

1 buçuk çay kaşığı kabartma tozu

1 tutam tuz

1 yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz

3 yemek kaşığı tuzsuz yağ, küp küp ayrılmış

2/3 bardak süt

Dikkat ederseniz buraya kadarki malzemelerde tavuk yok. Servis ederken kuşbaşı tavuk eti kullanmanız gerekiyor. Tavuk suyu hazırlarken kullanacağınız tavukların derilerini ve kemiklerini ayırdıktan sonra onları az miktar yağda kısa süre pişirdikten sonra kullanabilirsiniz.

YAPILIŞI:

Önce tavuk suyunu yaparak başlayalım. Koca koca tavukları alabilecek kadar büyük bir tencereye tavukları yerleştirelim. Yanına soğan, kereviz, havuç, yaban havucu ve maydanozları ekleyelim. Tencerenin derin olması tüm malzemelerin sığması açısından önemli ancak ayrıca geniş bir tencere olursa tavukları kaplamak için çok fazla suya ihtiyaç duyabilirsiniz. En ideal olanı derin ancak ağzı çok geniş olmayan, hatta dar bir tencere kullanmak. Tüm malzemeleri yerleştirdikten sonra tavukların üzerini örtecek kadar soğuk su ekleyin ve yüksek ateşte kaynatmaya başlayın.

Kaynarken suyun yüzeyine çıkan her türlü köpük, pislik, ıvır zıvır her şeyi ayırmayı ihmal etmeyin. Altını kısın (sürekli kaynatmak tadını ve rengini bozar). 2 çay kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ile tatlandırın. Buradaki baharatlama işleminin asıl amacı kaynayan tavukları daha sonra kullanacak olmamız. Tavuk suyuna daha sonra ayrıca baharat ilave edeceğiz.

Altı kısık ve ağız açık şekilde en az 3 saat pişirin. Ateşten almadan önce 2 çay kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ile yine tatlandırın. Suyu tadın. Su ağızınızda 1 parça tavuk yemiş gibi bir lezzet bırakıyorsa, hazırdır. Eğer tavuk tadı yoksa bir süre daha pişirin ve ara ara tadın. Bu şekilde 1 saat daha pişirebilirsiniz. Ancak 4 saatten daha uzun süre pişirmek tavuğu kurutacağı için bundan kaçının.

Tavuk suyu hazır olunca altını kapatın. Tavukları tencereden çıkarıp elinizle dokunabilecek sıcaklığa gelene kadar dinlendirin.

Kalan suda bulunan katı malzemelerin hepsini temizleyin. 10 dakika kadar dinlendirin ve yüzeye çıkan yağların hepsini kaşıkla ayırın.

Sırada tavuk sosu var. Büyük bir tencerede orta ateşte yağı eriterek başlayalım. Unu ekleyip iyice karıştırıp beyaz bir sos elde edelim. İyice karıştırarak rengi sararana kadar ve ıslak kum gibi görüne kadar unu kavuralım.

Hazırladığımız tavuk suyundan 7 bardak alıp tencereye dökelim. Topaklaşmayı önlemek için unun suyu her seferinde çekmesini bekleyerek azar azar dökelim. Tuz, karabiber, havuç ve kerevizi ekleyelim. Sebzeleri ve baharatları ekledikten sonra altını açalım, iyice karıştıralım ve kaynamaya başlaması ile birlikte altını iyice kısıp 15-20 dakika kadar pişirelim (hazırlayacağımız hamurları bu süre içerisinde pişireceğimiz için bu kısımdan itibaren hamurları hazırlamaya geçebilirsiniz). Sürekli karıştırmaya devam ederken, yüzeye çıkan ıvır zıvırları yine ayırmayı ihmal etmeyelim. Bu fazlalıklar undan gelir ve sosu sakız kıvamına getirebilir.

Şimdi hamura geçebiliriz. Büyük bir kasede un, kabartma tozu, tuz ve maydanozu iyice karıştıralım. Yağı ekleyip blender veya arzu ettiğiniz herhangi bir karıştırıcı kullanarak malzemeler ufalanana kadar karıştırın.

Sütü ekleyin ve un karışımını nemlendirene kadar karıştırın. Aşırı karıştırırsanız gluten oluşumuna neden olur ve hamurunuz sakız kıvamına gelir. Hazırladığınız nemli hamuru top haline getirin ve bekletin.

Büyük bir kaşık ile veya ellerinizi kullanarak hamurdan parçalar koparıp avuç içinde yuvarlayarak arzu ettiğimiz şekli vererek pişmekte olan sosa atın. Sosun içine batsa da batmasa da sorun değil, telaş yapmayın. Birbirlerine değmemesine özen gösterin. 20 dakika, hamurlar olana kadar ağzı kapalı pişirin. (hamura bıçak batırdığınızda üstü başı pis değil, temiz bir şekilde içinden çıkabiliyor olması gerekiyor) Tencerenin ağzının kapalı olması önemli, çünkü ağzı her açıldığında hamurların pişme süresi uzuyor.

Hamurlar, sos hazır. Servis öncesi derileri ve kemiklerini çıkarttığınız tavukları arzu ettiğiniz şekilde (kuşbaşı, küp küp, jülyen nasıl isterseniz) doğrayıp 5 dakika daha hamurların yanında tencereye atıp ısıtın. Derin tabak veya kaselere tavuk ve hamurları servis için koyalım. Sosu üzerlerinde gezdirelim ve maydanoz ile süsleyelim.

Afiyet olsun.

Asya Usulü Tavuk Salatalı Sandviç

Tarifin pita sandviç tarifi olması mutlaka gidip pita ekmeği bulmanız gerekiyor anlamına gelmiyor elbette. Yarım somun ekmekle de sandviçiniz oldukça lezzetli olabilir. Önemli olan içindeki tavuk salatası ve

tarifin asya usulü yapan yardımcı elemanlar. Bu tarif bir akşam yemeği veya alternatifi değil doğal olarak ancak acıktığınızda abur cubur ile sağlıksız yiyecekler arasında dolanmak yerine hem lezzetli, hem doyurucu hem de sağlıklı bir sandviç hazırlamak için ihtiyacınız olan her Őey burada. Yani aşağıda;

Malzemeler:

- 2 yemek kaşığı tuzsuz susam yağı (normal sıvı yağ kullanacaksanız miktarı 1 yemek kaşığı olarak deđiŐtirin)
- 2 yemek kaşığı sodyumu azaltılmış tavuk bulyon
- 1 yemek kaşığı elma sirkesi
- 2 yemek kaşığı sodyumu azaltılmış soya sosu
- Yarım yemek kaşığı kırmızı pul biber (daha az da olabilir)
- 1 yemek kaşığı öđütölmöŐ zencefil
- Arzu ettiğiniz kadar tavuk göğsü (sandviin içine ne kadar koymak isterseniz ona göre ayarlayabilirsiniz)
- 2 adet ince ince dilimlenmiŐ taze soğan
- 1 havuç, rendelenmiş
- Yarım kase dilimlenmiŐ salatalık
- 2 yemek kaşığı kiŐniŐ
- Ekmek

Hazırlanışı:

Bir kasede yağ, tavuk bulyon, sirke, zencefil, soya sosu ve kırmızı biberi iyice çırpın. Tavuk göğüslerini arzu ettiğiniz gibi doğrayıp güzelce pişirin. Bööük bir kaseye ayırın. Kasedeki tavukların özerine soğan, havuç, salatalık ve kiŐniŐi ekleyin. Diğer kasede çırpıp hazırladığınız yağlı karışımı da ekleyin ve malzemeleri birbirine iyice karışmasını

sağlayın. Ekmeğin içine tavuklu karışımdan istediğiniz kadar koyup servis edin. Afiyet olsun.

Kolay Peynir Topları

Malzemesi az, hazırlaması kolay ve aşırı lezzetli bir atıştırmalığa “evet!” diye koşacak birçok insan tanıyorsunuzdur. Peynir toplarımızı hazırlarken, içinde kullanacağımız çiftlik çeşni karışımını diğer yemeklerinizde de kullanabilir ve hoş bir lezzet yakalayabilirsiniz. Malzemelere geçelim.

MALZEMELER

250 gram krem peynir

3 yemek kaşığı çiftlik çeşni karışımı (tarifi aşağıda)

2 buçuk bardak gelecek şekilde rendelenmiş kaşar peyniri (çedar, parmesan veya mozzarella da olabilir)

1 bardak dövülmüş fındık

Çiftlik Çeşni Karışımı

1/3 bardak tam yağlı süt

2 yemek kaşığı kuru maydanoz

1 buçuk yemek kaşığı kuru dereotu

2 yemek kaşığı sarımsak tozu

2 yemek kaşığı gelecek kadar çok ince kıyılmış soğan

1 yemek kaşığı karabiber

1 yemek kaşığı tuz

Tüm malzemeleri bir kapta iyice karıştırıyoruz. Mikser de kullanabilirsiniz. Sütün miktarını biraz azaltıp artırarak arzu ettiğiniz kıvamı yakalayabilirsiniz. Bu karışımı hava almayan bir kapta 3 aya kadar saklayabilirsiniz.

Peynir Topları HAZIRLANIŞI

Orta boy bir kasede krem peyniri iyice ezin. Rendelenmiş peyniri ve çeşni karışımını krem peynirin içine güzelce karıştırın. İyice karıştırdıktan emin olduktan sonra arzu ettiğiniz boyutta top şekli verin. Bu topları dövülmüş fındık üzerinde yuvarlayın. Bu arada tam bu noktada belirtmek isterim ki, fındık yerine damak tadınıza uyan ve peynir topları ile güzel gidebileceğini düşündüğünüz başka bir yemiş de kullanabilirsiniz elbette. Fındıkla kaplanmış topları da buzdolabında soğuttuktan sonra servis edebilirsiniz.

Afiyet olsun.

Çıtır Tavuk Nagıt

Sadece çocukların değil hepimizin çok sevdiği çıtır çıtır tavukları ya hazır alırız ya da fast food restoranlarında yeriz. Pek azımız gerçekten hakkını vererek yapmayı bilir, zaten onları da saygıyla selamlarım. Orijinal adı olan “nugget” sözcüğünün Türkçe karşılığı küçük parça veya külçe anlamına geliyor. Tavuklu olanına da genelde Nagıt demeye alıştık artık. Ben de adını öyle yazdım. Malzemelere geçelim hemen bu isim mevzusu fazla uzamadan.

MALZEMELER:

1 yumurta

Tuz ve karabiber

2 buçuk bardak dövülmüş tır pirinç gevreği veya sade mısır gevreği

750 gram tavuk bonfile, 20 nagıt parçasına bölünmüş (daha az veya fazla tavuk da kullanabilirsiniz ancak malzeme oranları 20 parçaya göredir)

eyrek bardak zeytinyağı

2 yemek kaşığı margarin

HAZIRLANIşI

Yumurtayı çırpıp tuz ve karabiber ekleyin. Başka bir kasede ise mısır veya pirinç gevreklerini parçalayın. Tavuk parçalarını yumurta karışımına batırıp sonra gevreklerle bulayıp kenara ayırın.

Zeytinyağını ve margarini birlikte orta ateşte kızdırın. 5-7 dakika arası tavuk parçaları pişene ve gevrek kaplamaları altın sarısı renge kavuşana kadar kızartın.

Arzu ettiğiniz herhangi bir sos ve patates kızartması ile sıcak servis edin.

Afiyet olsun.

Kokteyl Köfteler

Bugünü saymazsak artık sadece bir gün kaldı ve yılbaşı akşamı sofralarımızı güzel yemeklerle donatacağız. Aklımızda bir sürü yemek, meze ve salata çeşidi vardır eminim ancak yemek öncesi veya sonrası az sonra tarifini okuyacağınız kokteyl köfteler ile misafirlerinizi ve en önemlisi midenizi sevindirmek istersiniz kesinlikle. Hemen malzemelere geçelim.

MALZEMELER:

Yarım kilo kıyma

1 yumurta

2 yemek kaşığı su

Yarım bardak bayat ekmek kırıntısı

3 yemek kaşığı kıyılmış soğan

200 gram kızılıçık sosu

3/4 bardak çili sosu veya barbekü sosu

1 yemek kaşığı kahverengi şeker

1 buçuk çay kaşığı limon suyu

HAZIRLANIŞI: