

Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:1
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

■ mangal



Havaların ısınmasıyla birlikte, yemek kültürümüzün en yaygın ritüellerinden olan mangal sezonu da başlar. Her tarafı iştah açıcı, karşı konulmaz ve davetkar ızgara kokuları sararken, mangalda pişirilen her şeyde hissedilen is kokusu da eşsiz bir lezzet yaratır. Kendisi de bir mangal sevdalısı olan yemek yazarı Refika Birgül, hem mangal yapmanın püf noktalarını anlattı hem de bizimle birbirinden lezzetli tariflerini paylaştı...

Stilist: Mine NARTOP
Fotoğraflar: Erkin ÖN

Ateşin is kokulu lezzetleri...

Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:2
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 185,00

Küpür Sayfa:3
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

mangal

Refika'nın Mutfağı

Kuzguncuk'un en eski yapılarından Simotas Binası'nda açılan Refika'nın Mutfağı, Türk Mutfağı'nın gelişmesine hizmet eden her türlü projeyi desteklemek amacıyla çalışmalar yapıyor ve bu yöndeki faaliyetlere de destek veriyor.

En eski mutfak geleneklerimizden olan "imece"yi yeni nesle aktarmak ve tatlarımızın devamını sağlamak için imece usulü salça, turşu, sirke ve yufka gibi lezzetlerin yapımına yönelik atölyeler düzenlenen mekanda, yemek kitabı projeleri de hazırlanıyor.

Refika'nın Mutfağı'nın kurucusu ve yemek yazarı Refika Birgül, çalışmalarıyla hazır gıdaya karşı alternatif bir yaklaşım sergiliyor.

Amaçları arasında yerel ve çok eski tatları mutfağımıza yeniden kazandırmak da bulunan Refika'nın Mutfağı'ndaki atölye çalışmalarında yemek sevdalıları bir yandan öğrenirken bir yandan da anlatarak bilgilerini paylaşabiliyorlar.

Adres: Simotas Binası, Bıcan Efendi Sok. No: 10 K: 3, Kuzguncuk/ İstanbul
Tel: (0216) 532 33 10



Bonfile marinatta

Bonfile şiş (6 kişilik)

- 1 kg bonfile (2 cm kalınlığında kesilmiş ve dövülmemiş)
- 3 tatlı kaşığı bal ● 4 diş sarımsak
- 3 çorba kaşığı sirke
- 2 adet kırmızı soğan
- 4 çay kaşığı pulbiber
- 1 tatlı kaşığı dövülmüş kişniş tohumu ● 3 dal maydanoz
- 1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
- 4 çorba kaşığı **soya sosu**
- 8 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı tuz

ETİ iri parçalar halinde doğrayıp bir kaba alın. Kırmızı soğanı küp doğrayın. Sarımsak ve maydanozu ince kıyın. Eti üzerine soğan, sarımsak, maydanoz ve kalan tüm malzemeyi ilave edip, iyice harmanlayın. Eti buzdolabının alt gözüne koyup terbiyenin



Tavuk marinatta

içinde 3-4 saat bekletin. Daha sonra 1.5-2 saat suda beklettikten sonra çöp şişlere geçirin ve çevirerek mangalda pişirin. Limon-tahin sos ve hazır tatlı biber sosu eşliğinde servis yapın.

Tavuk şiş (3 kişilik)

- 500 gram tavuk göğsü
- 3 çorba kaşığı bal
- 5 çorba kaşığı **soya sosu**
- 2 diş sarımsak
- 2 çay kaşığı pulbiber
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı ● Tuz

TAVUK etini iri parçalar halinde doğrayın. Üzerine bal, **soya sosu**, kıyılmış sarımsak, pulbiber, zeytinyağı ve tuz ekleyin. Buzdolabının alt gözünde 3-4 saat bekletin. 1.5-2 saat suda beklettikten sonra çöp şişlere geçirin ve çevirerek mangalda pişirin. Limon-tahin sos ve hazır tatlı biber sosu eşliğinde servis yapın.

Limon - tahin sosu

- 4 adet limonun suyu
- 250 gram tahin
- 1 tatlı kaşığı hazır tatlı biber sosu
- 1 çay kaşığı dövülmüş kişniş tohumu

Limon suyu ve tahini birlikte robota alın. Yoğun bir çorba kıvamına gelinceye dek birlikte çekin. Bir kaba aktarın, üzerine tatlı biber sosu ve kişniş ilave ederek servis yapın.

Aşçının notu:

★ Sosun yapımı sırasında tahin önce kesilip sertleşecek daha sonra krema haline gelecektir.
★ Kullandığımız tahinden dolayı sosunuz istenilen kıvama gelmezse içine kıvam alana dek azar azar ılık su ilave edebilirsiniz.
★ Sosu mutfak robotu yerine elinizle karıştırarak da hazırlayabilirsiniz.
★ Limon-tahin sosuna mangalda yaptığınız et, tavuk, kalamar ya da köfteyi batırarak yiyebilirsiniz. Ayrıca kebab ya da balık mezesi gibi de düşünebilirsiniz.

Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 185,00

Küpür Sayfa:4
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:5
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

mangal



Pirzola

(4-6 kişilik)

- 1 kg pirzola (2'şer kalem kesilmiş dövülmemiş)
- 3 tatlı kaşığı bal
- 7 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet ince kıyılmış soğan
- 3 diş kıyılmış sarımsak
- 2 dal kıyılmış maydanoz
- 3 dal kıyılmış dereotu
- 2 tutam nane
- Bir buçuk limonun rendelenmiş kabuğu
- 3 çorba kaşığı sirke
- 1/4 rendelenmiş muskat
- 3 çay kaşığı pulbiber
- Bir buçuk çay kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz

PIRZOLALARI geniş bir kaba alın. Tüm malzemeyi üzerine ilave edin. Karıştırarak etin her tarafına buluşmasını sağlayın. Bu şekilde buzdolabının alt rafında 3-4 saat bekletin. Daha sonra mangala koyun ve çevirerek her tarafını pişirin.

Aşçının notu: Pirzola'yı çift kalem kestirirseniz et daha kalın ve sulu olur. Pişirirken orta derecede hatta biraz daha fazla pişirdiğinizde daha çok lezzet alır.



Antrikot (6 kişilik)

- 1 kg antrikot
- 2 adet rendelenmiş soğan
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- 2 çorba kaşığı biber salçası
- 7 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 çorba kaşığı sirke
- 1 çorba kaşığı yoğurt

- 3 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı pulbiber
- 1'er çay kaşığı karabiber ve tuz

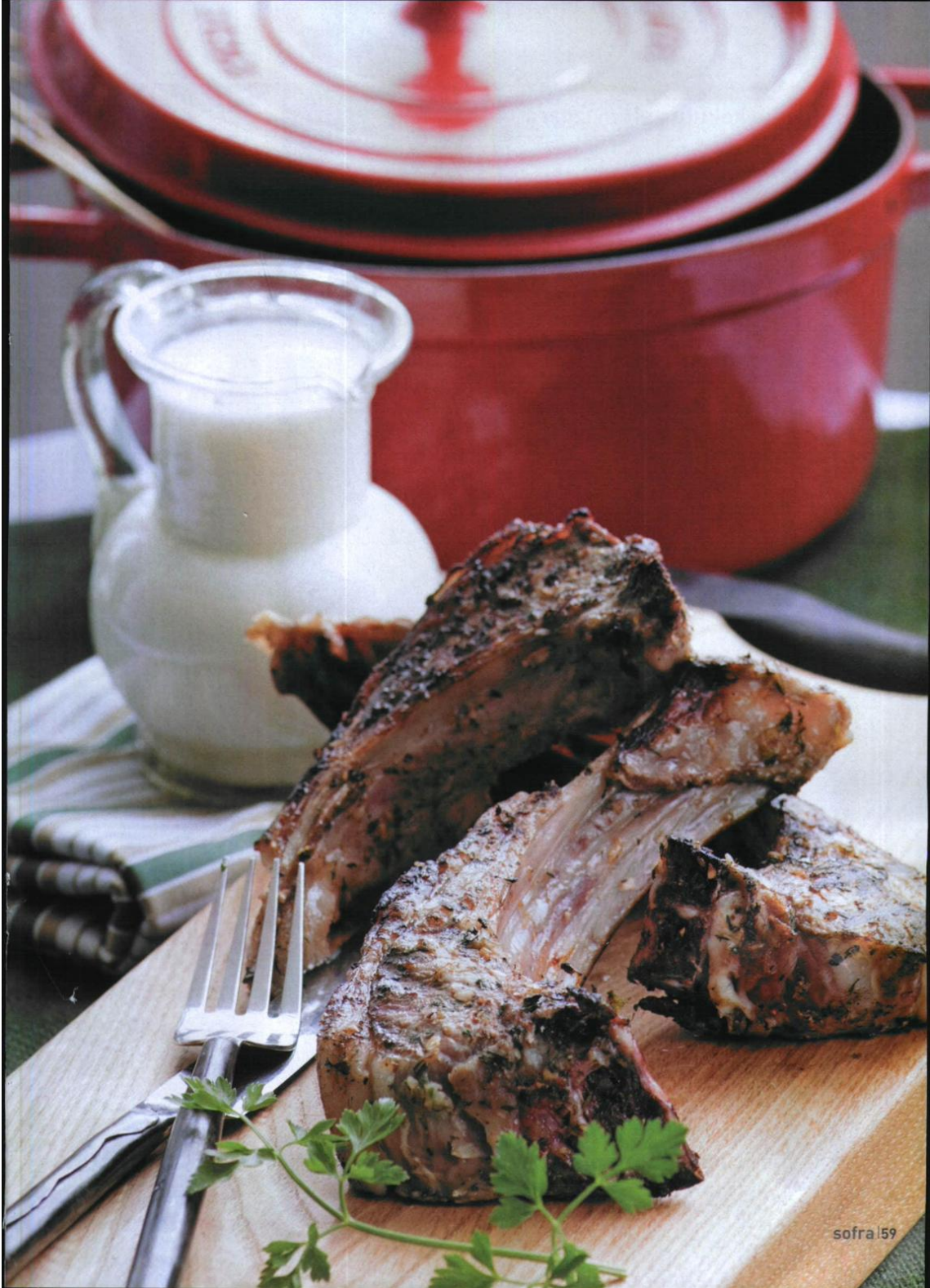
ET'i geniş bir kaba alın. Üzerine tüm malzemeyi ilave edin ve harmanlayın. Eti buzdolabının alt rafına koyup, bu terbiye içinde 3-4 saat bekletin. Daha sonra mangala koyup önlü arkalı pişirin.



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:6
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 185,00

Küpür Sayfa:7
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

mangal

Biberiye kokulu hellim ızgara (3 kişilik)

- 250 gram hellim peyniri
- 6 adet biberiye dala
- Yeteri kadar zeytinyağı
- Pulbiber

HELLIM peynirini iri küpler halinde doğrayın. Elinizi önce zeytinyağına sonra pulbiber batırıp peynirin üzerine sürün. Daha sonra peyniri biberiye dallarına geçirin. Mangalda çevirerek pişirin.

Biber ızgara (2 kişilik)

- 2 adet kırmızı biber
- 2 adet çarliston ya da dolmalık biber
- 200 gram dil peyniri
- Yarım su bardağı tuzlu yer fıstığı

BİBERLERİN üst kısımlarını kapak şeklinde kesip, çekirdeklerini çıkarın. Peyniri elinizle didikleyin. Yer fıstığının kabuklarını soyup, dövün ve peynirle karıştırın. Daha sonra biberlerin içine paylaşın. Kapak olarak kestiğiniz parçaları üzerlerine koyun. Mangalda önlü arkalı pişirin.



Et tütsüleme

Mangalda farklı bir lezzet yakalamak için, pişireceğiniz ürünleri tütsüleyebilirsiniz. Et, tavuk, balık, peynir gibi malzemeleri, biberiye, defne yaprağı, kekik gibi taze baharatlar ve meyve ağacı dalları kullanarak tütsüleyebilirsiniz. Bunun için ateşe dayanıklı bir kabın içine pişireceğiniz eti koyup üzerine taze baharatları ve meyve dallarını koyun. Daha sonra kabı ters çevirerek mangalın üzerine yerleştirin ve pişirin. Üzerine koyduğunuz kap, dumanı hapsederek etin iyice füme tadı almasını sağlayacaktır.

Aşçının notu: Meyve dallarını ateşe koyarak eti pişirmek için de kullanabilirsiniz.



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:8
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

Kalamar şiş (1-2 kişilik)

- 1 adet dilimlenmiş kalamar (250 gram)
- 2 dilim limon
- 4 adet defne ya da limon yaprağı
- 1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
- 2 diş kıyılmış sarımsak
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 çorba kaşığı soya sosu
- Birer tutam karabiber, kekik ve tuz

KALAMARI bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş limon kabuğu, sarımsak, zeytinyağı, **soya sosu**, karabiber, kekik ve tuz ilave edip karıştırın. Buzdolabının alt rafında birkaç saat bekletin. Daha sonra kalamar dilimlerini aralarına limon yaprağı ve dilimleri koyarak 1.5- 2 saat suda beklettığınız çöp şişlere geçirin. Mangala koyun ve çevirerek pişirin.



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:9
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

■ mangal

Mangalda yufkaya sarılı tahin (6-8 kişilik)

- 2 adet yufka
- 150 gram tahin
- 1 su bardağı ceviz
- 4 çorba kaşığı esmerşeker
- 200 gram kakaolu ve sade karışık tahin helvası

1 CEVİZİ dövüp bir kaba alın. Üzerine tahin ve esmerşeker ilave edip karıştırın. 1 adet yufkayı mutfak tezgahına serin. Tahinli karışımdan 2 çorba kaşığı kenara ayırın. Kalanını yufkanın yarısına öbekler halinde koyun. Yufkanın boş kısmını diğer yarının üzerine kapatın. Yufkayı 15 cm'lik kareler şeklinde kesin. Helvayı kibrit kutusu büyüklüğünde dilimleyin.

2 Kestiğiniz yufka parçalarının üzerine birer dilim helva koyun. Her parçayı önce sağ ve sol taraftan daha sonra yukarıdan ve aşağıdan bohça şeklinde kapatın. Açılmalarını önlemek için kurdanla tutturun. Ayırdığınız tahinli karışımı üzerlerine sürün.

3 Kalan yufkayı da aynı şekilde hazırlayın. Hazırladığınız bohçaları alüminyum folyoya sarın. Mangalın üzerine yerleştirip helva eriyene dek pişirin. Daha sonra folyodan çıkarın. Bu şekilde mangalın üzerinde 30 saniye daha tutup tatlıların köz kokusunu iyice almalarını sağlayın. Sıcak servis yapın.



Yayın Adı: Sofra
Referans No:15337556
Renk: Renkli

Yayın Tarihi: 01.06.2011
Etki: Tarafsız
STxCM: 186,00

Küpür Sayfa:10
Tiraj: 21320
Reklam Eşdeğeri: 129990,00

Mangal yakma ve yapma

Mangal yeri seçerken:

- ★ Mangal yerini, ateşi yaktığınızda oturduğunuz yere dumanı gelmeyecek şekilde seçmeye özen gösterin.
- ★ Pişirme işlemi sırasında bir kazaya neden olmamak için, mangalı sağlam ve ayakları düz duracak bir zemine oturtun.
- ★ Rüzgarlı bir havada mangal yapıyorsanız, mangalı rüzgarı arkadan ya da yandan alacak şekilde yerleştirin.
- ★ Mangalın çevresinde ve üzerinde yeşillik olmamasına dikkat edin.

Mangalı hazırlamanın püf noktaları:

- ✓ Mangal alırken ızgarası ince telli olanları tercih edin.
- ✓ Gazete, çıra, tahta parçası ve kömürü mangalın üzerine hava alacak şekilde yerleştirin.
- ✓ Kullandığımız tahtalarda çivi olmamasına dikkat edin. Isının etkisiyle fırlayabilir.
- ✓ Mangaldaki kömürün alevi kalmamış, tamamen köze dönmüşse artık kullanıma hazırdır.
- ✓ Kömür torbalarının dibinde kalan tozlu kısmı kullanmayın.

Mangalda pişirmenin püf noktaları:

- ✓ Pişirdiğiniz etlerden damlayan yağ mangalı alevlendirir ve ateşin daha çabuk bitmesine neden olur. Bu yüzden ateşin mangal boyunca canlı kalması için pişirme işlemine en az yağlıdan, yağlıya doğru devam edin.
- ✓ Tavuk, yağsız et, daha yağlı et (bonfile, antrikot, pirzola), köfte ve sucuk sıralamasıyla pişirebilirsiniz.
- ✓ Deniz ürünlerinde ise kalamar, karides, balık ve midye şeklinde bir sıra izleyebilirsiniz.
- ✓ Mangala koyduğunuz etin bir ucundan maşa ile tutup kaldırın. Izgaradan kolayca ayrılıyorsa o yüzü pişmiş demektir. Kaldırıp diğer tarafını pişirin.

Mangal için çöp şiş hazırlama:

Mangal yaparken çöp şiş kullanacaksanız, en az 1.5-2 saat suda bekletin. Bu şekilde hazırladığınız şişler pişirme işlemi sırasında yanmazlar.



Mangal malzemeleri:

- Gazete kağıdı • Çıra
- Tahta parçaları • Odun kömürü
- Yellemek için karton • Maşa • Baca



Mangal yakma:

- Mangalda önceden kalan kül varsa tozu temizleyin. Gazeteleri küçük parçalar halinde yırtıp, buruşturun ve mangalın en altına koyun.
- Gazetelerin üstüne çıra ve tahta parçalarını koni şeklinde koyun.
- En üste odun kömürünü koyun.
- Birkaç yerden tutuşturun.
- Mangal biraz tutuşunca üzerine bacayı yerleştirin.
- Arada bir kalın bir kartonla mangalı yelleyip ateşi alevlendirin.
- Izgara telini mangalın üzerine yerleştirin.
- Pişirdiğiniz malzemelerin ızgaraya yapışmasını önlemek için bir adet soğanı ikiye bölüp, ızgara tellerine sürün. Bu işlemi birkaç kez tekrarladıktan sonra soğanı sıvıyağa batırıp yeniden ızgaraya sürün, daha sonra malzemeleri yerleştirin.