

Yayın Adı Hürriyet Cumartesi Moda&Yaşam
Referans No 33317797
Renk Renkli

Yayın Tarihi 02.11.2013
Etki Tarafsız
STxCM 16,67

Küpür Sayfa 1
Tiraj 427985
Sayfa 1



Refika usulü dayanılmaz içli köfte

Refika Birgül
S/14



Yayın Adı Hürriyet Cumartesi Moda&Yaşam
Referans No 33317797
Renk Renkli

Yayın Tarihi 02.11.2013
Etki Tarafsız
STxCM 289,17

Küpür Sayfa 2
Tiraj 427985
Sayfa 2



Patlıcanlı kajulu meze



Tahinli çiğ köfte



Hamsili bulgur pilavı



Çikolatalı bulgur helvası

Bir malzeme bin çeşit

Bulgur sadeliğiyle güçlü ve baş döndüren bir malzeme. Yoklukta da varlıkta da adil. Ve bir o kadar lezzetli. Yeter ki onunla farklı şeyler denemekten çekinmeyin. Nasıl mı?

Refika Birgül

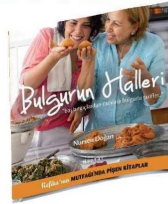
rbirgul@hurriyet.com.tr

REFİKA'NIN MUTFAĞI

Nur topu gibi bir kitabımız oldu. İsmi 'Başlangıçlardan Tatlılara Bulgurun Halleri'. Kitabımızın yazarı **Nursen Doğan**. Kendisi 66 yaşında özel bir kadın. Neredeyse Adana'da bir dibekte doğan diyebileceğimiz, ardından İstanbul'da evlenen sonra da kolu New York'lara uzanan özel bir insan. Nursen Teyze'yle tanışmamız 2010 yılının ekim

ayında başlayan bir tesadüfler zinciri. Bir yazımı hazırlarken internete içli köfteyle ilgili kim ne yapmış diye geziniyordum. Oturmuş internetteki yalan yanlış bilgilere kendime kızarken bir teyzenin içli köfte videosunu gördüm. Plastik eldivenleri dışında matematiği ve anlatış şekliyle çok güzel ve yerli yerindeydi her şey. Kendi çekip koyduğu fotoğraf ve tariflere bakıp "Vay be" dedim. Annemle, Google'da araştırma yapıyor diye gururlanırken, **WordPress'te içli köfteyi birleştirebilen, annemden de büyük birini bulmak büyük bir hazneydi**. Sonra gününe devam ettim.

Tesadüf bu ya, akşam ondan bir e-posta geldi. "Tuğrul Şavkay ile ilgili yazınızı okudum ağladım." diyerek başlıyordu. Tanışmak istediğini belirtince seve seve kabul ettim. Ziyarete elinde, en sevdiğim tariflerinden biri olan ve televizyon programına konuk olarak katıldığı bölümde yaptığımız 'rokalı ve yabannersinli salatasıyla



gelifirdi. O salatayı yediğimde hissettiğim şey, modern restoranların menülerinde görebileceğimiz hoşlukta bir tarifin yerel lezzetlerimizden çıkmış olmasının heyecanıydı.

NEDEN BULGURLA BAŞLADIK?

Nursen Teyze'yle geçen sohbetimizde, kimisi klasik kimisi de kendi yarattığı onlarca bulgurlu tarifi olduğunu öğrendim ve bir kitapta bunları derleyebilmeyi çok istediğini belirtti. İşte bu, tesadüfler zincirinin niye gerçekleştiğini anlattı bana.

Yerelliğin ön planda olduğu, incecik usulü bir yapım ve klasik modern bulgurun bu kitap ortaya çıktı. Yapım aşamasında Nursen Teyze'ye yemeklerin sunumu, onları netliği gibi hususlarda yardımcı olduk. Tarifler tamamen Nursen Teyze'nin eserleri, onun uzun yıllarda oluşturduğu damak yapısıdır.

Serinin başlangıcı, **buğdayın bu topraklardaki köklü tarihi ve en eski iki bulgur çeşidinin bu topraklardan olması nedeniyle olsa olsa bulgurla olur dedik**. Bulgur, sadeliğiyle güçlü ve baş döndüren bir malzeme. Yoklukta da varlıkta da adil. Bir nevi simit gibi. Bu sebepten bulgurla ilgili bir kitap oluşturmak fikri hepimiz için çok heyecanlandırdı. **Buğday, tarımın yapıldığı ilk tahl ve bunun anavatanı da bu topraklar, Anadolu**. Memleketimizde tarihi 12 bin yıl öncelere dayanan iki çeşit buğday var; biri Kastamonu'nun Siyezi, diğeri ise Kars'ın Kavilcası. Bu açıdan insanlığa dair önemini hissedebiliyoruz.



Kaymaklı bulgur pilavı

Yeşil mercimek ve bulgurun kaymakla bir arada kullanılması bu tarife inanılmaz bir lezzet katmış. Köpüren kaymağa ilave edilen baharat kaymağın o nefis tadını içine çekip, pilavla birleşince sonuç mükemmel oluyor. Ben de bu sebepten ayın tarifi olarak seçmek istedim. Önce 1 çay bardağı yeşil mercimeği üzerine geçene kadar suyla haslayın. 1 adet soğanı robotta çekin ve 1 adet kapağı biberi küp küp doğrayın. Tencereye 1 çorba kaşığı zeytinyağı ekleyip soğan ve biberleri kavurun. Daha sonra

içine 1 su bardağı pilavlık bulguru ve haslanmış mercimeği de ilave edip, üzerine iki buçuk bardak sıcak su ve az tuz ekleyin. Tencerenin kapağını kapatıp ocagın altını orta harlı ateşe getirin. Kaynamaya başladıktan sonra da altını kısın. Diğer yandan ufak bir tavada 2 çorba kaşığı kaymağı eritip, iyice köpürtün. Üzerindeki oluşan köpükleri almayın. Ocagın altını kapatıp 1'er çorba kaşığı nane ve pul biber ile 1 tatlı kaşığı karabiber ekleyin. Bu baharatları pişmekte olan pilavın üzerine gezdirin ve demlenmeye bırakın.

Malzemeler

1 su bardağı pilavlık bulgur
 üzerine 1 parmak geçene kadar su
 1 çay bardağı yeşil mercimek
 1 adet kırmızı kapağı biber
 1 orta boy soğan

1 çorba kaşığı zeytinyağı
 2 çorba kaşığı kaymak
 1 çorba kaşığı nane
 1 çorba kaşığı pul biber
 1 tatlı kaşığı karabiber



Refikaca içli köfte

Önce 250 gram kıymayı bir tavaya alın. Üzerine incecik doğranmış 3 adet soğan, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı şeker ve karabiberi ilave edin. Orta ateşte kıymayı bir kaşıkla dağda dağla soğanla karıştırın. Suyu tamamen çekinceye kadar iyice kavurun. 2 avuç cevizli kabaca parçalara ayrılarak yağsız bir tavada, hafif ateşte 3-5 dakika ısıtın. 2 avuç antepfistigini da cevizlerle beraber kıymaya ilave edin. 3 çorba kaşığı zeytinyağını da ekleyip, iyice soğuması için bir kenara koyun. Son olarak 1/3 demet maydanozu ince ince kıyarak kıyma ile karıştırın. Dış hamuru için malzemeleri mutfak robotunda 2-3 dakika çekin veya ellerinizle yoğurun. 1 çay bardağı un ve 1 su bardağı ılık suyu da azar azar ilave ederek, bulgur pişinceye kadar yoğurmaya devam

edin. Son olarak 3 avuç antepfistigini bıçakla kıyarak ilave edin. Yapışkan, yumuşak bir hamur haline gelene kadar iyice karıştırın. Kesme tahtasının üzerine streç filmi yaklaşık 40 santim uzunluğunda açın, fakat kesmeyin. Streç filmi kesme tahtasından aşağı doğru sarırtın, üzerine cevizden biraz büyük içli köfte hamurunu koyun. Hamurun üzerine kapatıp elinizle iyice bastırın. Daha sonra bir merdaneyle hamurunuzu incecik açın. Streç filmi hamurunuzun üzerinden kaldırın ve üzerine 1 çorba kaşığı iç malzemenizden ekleyin. Streç filmle tekrar kapatıp hamurunuzu yarım ay şekline getirip uçlarına bastırın. Kahve fincanı yardımıyla kenarlarını keserek fişlmasını alın. İstediğiniz göre haslayabilirsiniz ya da kızartabilirsiniz.

Malzemeler

2 su bardağı çiğ köftelik
 ince bulgur
 2 adet yumurta akı
 1 çay bardağı un
 1 su bardağı ılık su

(Hamuru için)

1 çorba kaşığı tatlı
 biber salçası
 1 çorba kaşığı kimyon
 1 çay kaşığı tuz
 3 avuç antepfistigini