

Refika'nın Mutfak

YAZI
DİZİSİ 6

MANGAL VE ŞİŞLER

Mangala karşı inanılmaz bir tutkumuz var. Dört tarafında cadde bile olsa fark etmez, her yeşil alan her balkon mangal yapmaya elverişli gelir bize

Ö nlenemez bir arzudur bu bizim için. "Nedir bu tutku?" demeyin. Çok özgür, çok sade ve her bakımdan tatmin edici bir tecrübedir mangal yapmak. Hazırlarken ateşle ısınırız, çıtır çıtır sesini duyarız. Etlер konduktan sonra çıtır çıtır cızdırmalara bırakır yerini. Hem acıkıran, hem doyuran nefis bir koku yayılır. Mangal konusunda kendimi iyice kaybetmeden, mangalda yapılan yemeklerle ilgili birkaç öneriyе geçeyim en iyisi...

ETLERİ TERBİYE EDERKEN

Et terbiye ederken malzemelerin tadının birbirine geçmesi için kullandığımız tereyağı, zeytinyağı veya ayçiçeği yağı, lezzetlerin karışması için ortam hazırlar.

Temel olarak, süt ve yoğurt ete yumuşaklık verir, salça ve baharatlar renk ve kokusunu, yağlar da kızarma şeklini belirler ve parlaklığını artırır.

Soğanın suyu ette harikalar yaratır. Yoğurt gibi soğan da etin yumuşamasında etkilidir. Bunun için mutfak robotu veya rendeden geçirerek soğanın suyunu çıkarabilirsiniz. Taze kekik, hafif dövduğünüz biberiye, kişniş gibi yeşillikler ete farklı bir rayiha katar.

Her terbiye dinlendirmeye ister, tavuk bunu daha kolay benimserken etin terbiye olması biraz zaman alacaktır. Bir gün bekletmek bu hususta idealdir. Eğer etleri hemen yapamayacaksanız, terbiye ettikten sonra 3-4 saat buzdolabının alt kısmında tutun. Tatlar iyice birbirine geçtikten sonra derin dondurucuya atıp başka zaman tadını çıkarabilirsiniz.

- BİTTİ -

ATEŞİ YAKARKEN

● Tozsuz odun kömürü kullanmak iyi olur. Tozlar duman yapar ve ateş yakmayı zorlaştırır.

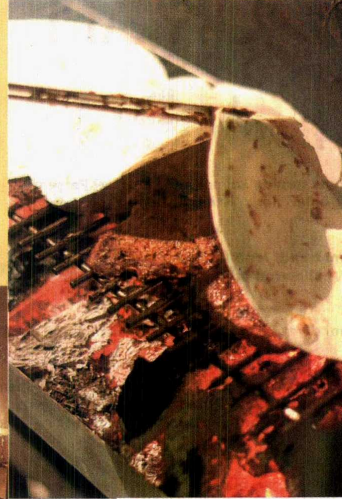
● Mangalın oturduğu yer sağlam olmalı, ayakları oynamamalı.

● Mangalın çevresinde veya tepesinde yeşillik olmamalı.

● Mangal rüzgarı arkaya alacak şekilde kurtmalı.

● Parmagınızı ısıtıp havaya kaldırın, hangi tarafı üşüyorsa rüzgar o taraftan geliyor.

● Pişirilecek malzeme miktarını hesaba katmalı ve fazla kömür kullanmamalı.



BONFILE ŞİŞ

● 1 kg. bonfile, (2 cm. kesilmiş ve dövülmemiş) ● 3 tatlı kaşığı bal ● 3 çorba kaşığı sirke ● 2 adet kırmızı soğan ● 4 diş sarımsak ● 4 adet veya 4 çay kaşığı pul biber ● 2 dal kişniş veya 1 tatlı kaşığı dövülmüş kişniş tohumu ● 3 dal maydanoz ● 1 limonun kabuğu (Rendelenmiş) ● 4 çorba kaşığı soya sosu ● 8 çorba kaşığı zeytinyağı, (Etin hiç yağı olmadığından) ● 1 tatlı kaşığı tuz.

PIRZOLA

● 1 kg. pirzola ● 3 tatlı kaşığı bal ● 7 çorba kaşığı zeytinyağı ● 1 adet soğan ● 3 diş sarımsak ● 2 adet kırmızıbiber veya 3 çay kaşığı pul biber ● 1.5 çay kaşığı karabiber ● 2 dal maydanoz ● 3 dal dereotu ● 2 tutam nane ● 1.5 limonun kabuğu ● 3 çorba kaşığı sirke ● 1/4 adet muskat ● 1 tatlı kaşığı tuz. Bu tarifteki en önemli olan şey pirzolanın çift kalem kesilmesi, böylece et daha kalın ve sulu kalır. Orta derecede, hatta biraz daha fazla piştğinde lezzeti yerinde olur.

ABİMİN ANTRİKOTU

● 1 kg. antrikot ● 2 adet 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 pul biber ● 1 çay kaşığı karabiber ● 1 çay kaşığı tuz.

HELLİM ŞİŞ

● Sade hellim peyniri ● Lavas pide ● Hellimi, kızarmaya başlayınca ya kadar ateşin az közlu tarafında tutun, sonra çevirin. Rengi değişip yumuşamaya başlayınca diğer tarafını çevirin. Sonra lavas pideyi hellimin etrafını saracak şekilde koyup biraz da böyle pişirin ve bu şekilde servis yapın.

TAVUK ŞİŞ

● 1 adet (500 gr.) tavuk göğsü ● 3 tatlı kaşığı biber salçası ● 3 tatlı kaşığı domates salçası ● 1 çay kaşığı pul biber ● 1/2 çay kaşığı karabiber ● 3 çay kaşığı kimyon ● 3 diş sarımsak ● 4 çorba kaşığı zeytinyağı ● 3 tutam kekik ● 2 tutam nane.

KALAMAR ŞİŞ

● 1 adet (Yaklaşık 250 gr.) kalamar ● Limon yaprağı veya defne yaprağı ● 1 limonun kabuğu (Rendelenmiş) ● 2 diş sarımsak ● 3 çorba kaşığı zeytinyağı ● 1 çay kaşığı karabiber ● 1 tutam kekik ● 2 çorba kaşığı soya sosu.



KARİDES ŞİŞ

● 200 gr. karides (Orta boy veya jumbo) ● 4 çorba kaşığı zeytinyağı ● 1 limonun kabuğu (Rendelenmiş) ● 6 dal maydanoz ● 1 adet soğan ● 4 çay kaşığı pul biber ● 3 tutam kekik ● 2 çay kaşığı bal ● 2 çay kaşığı tuz.