

YEMEK VE
SOFRA KÜLTÜRÜ
DERGİSİ

YIL: 5
SAYI: 2010/9
EYLÜL

DIABETIC LIVING EKi İLE



2 DERGi
BİR ARADA

Leziz

dosya: ŞERBETLİ TATLILAR

AYIN MÖNÜSÜ; BAYRAM ÖZEL,
AYIN KONUĞU: ASLIHAN
KORUYAN SABANCI,
ViŞNELİ TARİFLER,
ÇAY SAATİNE
ÖZEL LEZZETLER

COŞKUN ARAL'IN
"ANNEMİN
YEMEKLERİ" KİTABI
450 OKURUMUZA
HEDİYE!



VEJETARYEN,
DİYET ve HIZLI YEMEKLER



2010 • SAYI 54 • 5 TL/KKTC 6.25 TL
ISSN 1306-4932
9 771306 493209

AYIN
MEYVESİ

en güzel kırmızı...

Mevsimin en narin meyvelerinden vişneyle yapılabilecek lezzetleri Klemantin Açık Mutfak Atölyesi'nin sahibi ve şefi Deniz Orhun sizin için derledi. Beğendiğiniz bir tarifi deneyin ya da tariflerden esinlenip kendi lezzetinizi yaratın... Ama ne olursa olsun mevsimi geçmeden bu güzel meyveden yararlanın.

+ Produksiyon: İnci Özgöz Fotoğraf: Hande Göksan Servis tabakları ve aksesuarlar: Habitat +

Suyu, şurubu, reçeli, marmeladı, kompostosu, likörü, içkisi yapılan narin bir meyve vişne... Yemeklere, pasta, kek ve tatlılara çok yakışıyor. Hafif mayhoş tadıyla yaz tatlılarını hafifletiyor, serinletiyor.

Türkiye’de en çok iki tür vişne ağacı bulunuyor. Biri uzun saplı, iri, ucu hafifçe sivri, koyu kırmızı renkte, ince kabuklu, sulu ve mayhoş Kütahya vişnesi, diğeri ise kısa saplı, koyu kırmızı renkli, kalın kabuklu, ekşi Macar vişnesi. İki ağaç da Temmuz ayıyla birlikte ürün vermeye başlıyor.

Vişnenin şeker oranı birçok meyveye göre daha düşük. A vitamini yönünden oldukça zengin olan vişnenin taze ya da kurutulmuş sapsız, tıpkı kiraz gibi sağlığa çok faydalı. Vişne sapsızının idrar söktürücü özelliği, kabuklarının ise ateş düşürücü özelliği bulunuyor, üstelik zengin bir antioksidan kaynağı. Melatonin içerdiği için uykuyu düzenlemeye yardımcı oluyor. Gut atakları ve eklem iltihaplanmalarından kaynaklanan ağrıların dindirilmesinde de etkili rol oynuyor. Biz de bu sayımızda bu çok yönlü zengin meyveyi ele aldık ve vişneyle yapılabilecek lezzetleri sizin için derledik. Beğendiğiniz bir tarifi deneyin ya da tariflerimizden esinlenip kendi lezzetinizi yaratın... Ama ne olursa olsun mevsimi geçmeden bu güzel meyveden yararlanın. Hatta dilerseniz kış günlerinde de kullanmak üzere paketleyerek dondurabilirsiniz, şimdi tam zamanı...



Dondurmanın içinde meyve parçaları olsun isterseniz bir avuç kadar vişneyi küçük parçalar halinde kesip ekleyebilirsiniz.

6 kişilik

vişneli dondurma

240 ml krema
100 gram toz şeker
1 tutam tuz
7 yumurtanın sarısı

220 gram suyu
süzulmuş vişne tanesi

Kremayı, şeker ve tuzu orta boy bir tencereye alın. Kaynatıp yumurta sarılarını ekleyin. Birkaç taşım kaynadıktan sonra ocaktan alın. Vişne tanelerini püre haline

getirerek ilave edin. Hızlıca karıştırın. Bu karışımı soğuğa dayanıklı bir kabin içine aktarın. 12 saat buzlukta beklettikten sonra servis yapın.



70 adet

vişneli meyve lokumu

70 gram nişasta
560 ml su
500 gram toz şeker
1 adet vanilya çubuğu
1 çay kaşığı vişne suyu
1 çay kaşığı limon suyu
400 gram taze
vişne püresi

Suyla nişastayı çırpma
teliyle iyice çırpın. Orta
ateşte dibi tutmayacak
şekilde 5 dakika
boyunca karıştırın.
Şekeri ve vanilyayı
ekleyin. Karıştırmaya
devam edin. Vişne
suyu ve limon suyunu
ilave edin. Birkaç
dakika sonra vişne
püresini ekleyin. Birkaç

dakika daha karıştırıp
ocaktan alın. Karışımı
düz bir tepsiye ya da
istediğiniz boyuttaki
silikon kalıplara
paylaştırın. En az 6
saat beklettikten sonra
isteğe göre şekere
bulayıp servis yapın.

AYIN MEYVESİ

8 - 10 kişilik

vişneli makaron

550 gram tozşeker
5 büyük yumurtanın
akı
500 gram badem
ezmesi
10 ml vanilya esansı
Bir tutam gıda boyası

arasına sürmek için:
100 gram vişne reçeli
veya püresi

Şekeri ve yumurta akını tencereye aktarın. Kısık ateşte şeker eriyinceye kadar (yumurta aklarının pişmemesine dikkat ederek) ısıtın. Kalan malzemeyi de ekleyip karıştırın ve hemen ocaktan alın. Karışımı sıkma torbasına aktarın. Yağlı kağıt serili fırın tepsisine aralıklı olarak yaklaşık 3 santim çapında yuvarlaklar halinde sıkın. Önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında 12 dakika pişirin. Fırından alın. Soğuyunca iki makaron arasına vişne reçeli veya püresi sürün. Servis yapın.





6 kişilik

beyaz çikolatalı vişneli mini tart

200 gram krema
200 gram beyaz
çikolata
Vişne likörü
Taze vişne
Hazır tartolet hamuru

Beyaz çikolatayı benmari usulü eritin. Kremayı sos tenceresine alın. Kaynama noktasına gelince beyaz çikolataya ilave edin. Küçük daireler şeklinde hafifçe karıştırın. Parlak bir görünüm elde ettiğinizde istediğiniz miktarda (1 çorba kaşığı geçmemeli) likör ekleyin. Tekrar küçük dairelerle birkaç kez karıştırın. Karışımı pişmiş tartolet kalıplarına paylaştırın. Vişne taneleriyle süsledikten sonra soğuk servis yapın.



40 adet

vişneli trüf

60 gram çekirdekleri
temizlenmiş vişne
100 gram badem
ezmesi
160 gram ganaj
çikolata
1 çay bardağı kakao
1 tatlı kaşığı vişne
likörü
1 çay bardağı
rendelenmiş Hindistan
cevizi

Çekirdekleri
temizlenmiş vişnelerin
suyunu süzüp küçük
küçük doğrayın. İsteğe
göre vişne likörü ile
tatlandırın. Badem
ezmesini ilave edin.
İyice karıştırın.
Çikolatayı benmari
usulü eritin.
Karışımdan fındıktan
biraz daha büyük
parçalar koparıp
avucunuzun içinde
yuvarlayın. Önce
eritilmiş çikolataya
sonra da isteğe göre
kakao ve rendelenmiş
Hindistan cevizine
bulayın. Servis yapın.



1 yumurta ortalama
olarak 50 gram
kadardır.

25 adet (50 gramlık)

Briyoş

2,27 kilo un
38 gram maya
907 gram yumurta
480 ml süt
220 gram toz şeker
40 gram tuz
1,36 gram tereyağı

üzeri için:

2 yumurtanın sarısı

Tereyağını oda ısısında
yumuşatın. Tereyağı
hariç tüm malzemeyi
yoğurma kabına
aktarın. Tereyağını
azar azar ilave ederek
karıştırmaya devam
edin. Karışımı streç
folyoya sarıp bir gece
buzdolabında bekletin.
Ertesi gün yağlanmış
kalıplara paylaştırın.
Mayalanması için oda
ısısında 25-30 dakika
bekletin. Bekleme
süreci bittikten sonra
üzerlerine yumurta
sarısı sürün. Önceden
ısıtılmış 200 dereceye
ayarlı fırında altın
sarısı rengine donene
kadar yaklaşık 15-20
dakika pişirin. Fırından
alın. Ilık servis yapın.

6 kişilik

reçel soslu cheesecake

4 adet yumurta
200 gram labne
peyniri
200 gram krem
peynir
1 çay bardağı krema
2 çorba kaşığı un
1 çay bardağı toz
şeker

tabanı için:

1,5 paket yulafli
bisküvi
Yarım paket pötibör
bisküvi
20 gram tereyağı

üzeri için:

Vişne reçeli

Kekin tabanı için bisküvileri mutfak robotunda ufalayın. Eritilip ılınmış tereyağını ilave edip ezin. İstedığınız boyuttaki kelepçeli kalıpların tabanına yayıp elinizle düzeltin. Buzlukta yarım saat kadar bekletin. Yumurtaları şeker ile iki misli olana dek çırpın. Peynirleri, kremayı ve unu ekleyin. Tahta bir kaşıkla karıştırıp kalıplara paylaştırın. Önceden ısıtılmış 160 dereceye ayarlı fırında peynirli kısmı hafif sertleşene dek pişirin. Fırından alın, oda ısısında soğuyunca buzdolabına aktarın. En az 6 saat belettikten sonra isteğe göre vişne reçeli ile servis yapın. **L**