

شماره چهارم ۱۴۰۱

مجله آشپزی

ویژه غذاهای ترکی



طرز تهیه اسکندر کباب اصل ترکی ۶ نفره

مواد اولیه برای تهیه اسکندر کباب

فیله گوساله یک کیلوگرم

پیاز ۲ عدد

روغن زیتون ۳ قاشق غذاخوری

فلفل قرمز ۳ قاشق چای خوری

پونه کوهی ۳ قاشق چای خوری

نمک نصف قاشق چای خوری

فلفل سیاه یک چهارم قاشق چای خوری

کره به اندازه لازم

گوجه فرنگی ۶ عدد

فلفل سبز ۶ عدد

مواد لازم برای تهیه سس اسکندر کباب

گوجه فرنگی متوسط ۳ عدد

رب گوجه فرنگی یک قاشق غذاخوری

کره ۵۰ گرم

نمک و فلفل سیاه به اندازه لازم

آموزش مراحل تهیه اسکندر کباب

مرحله اول: آماده سازی گوشت

برای تهیه اسکندر کباب ابتدا باید گوشت را برش دهید. برای این کار از یک چاقوی تیز استفاده کنید و فیله را به صورت ورقه های بسیار نازک درآورید. اندازه برش های گوشت باید حدود ۵ در ۶ سانتی متر باشد. ورقه ها را بر روی تخته گوشت قرار دهید و با بیفتک کوب به خوبی بکوبید تا نازک شوند. تکه های گوشت را در یک کاسه بزرگ بریزید.

مرحله دوم: مزه دار کردن گوشت

پیازها را پوست کنید و رنده شده را به همراه روغن زیتون، فلفل قرمز، پونه کوهی، نمک و فلفل سیاه به گوشت اضافه کنید و به خوبی مخلوط نمایید. دقت داشته باشید که ادویه جات به همه قسمت های گوشت برسد. سپس روی کاسه را با سلفون بپوشانید و آن را به مدت یک شب در یخچال قرار دهید.

مرحله سوم: درست کردن سس گوجه فرنگی

گوجه فرنگی ها را بشویید و پوست آن ها را جدا کنید. سپس گوجه ها را ریز کنید و با استفاده از غذا ساز به صورت پوره درآورید. یک ماهیتابه را بر روی اجاق قرار دهید و کره را در آن بریزید تا گرم شود. سپس رب گوجه فرنگی را در کره بریزید و کمی تفت دهید تا بوی خامی آن گرفته شود.

زمان بندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۳۰ دقیقه

۲۰ دقیقه

۵۰ دقیقه

۶ نفر

نکات مهم در سایت

پوره گوجه فرنگی را به رب اضافه کنید و کمی تفت دهید. سپس به اندازه دو لیوان آب در ماهیتابه بریزید و اجازه دهید بر روی حرارت جوش بخورد تا سس غلیظ شود. در انتها نمک و فلفل را به سس اضافه کنید و از روی اجاق بردارید.

مرحله چهارم: درست کردن اسکندر کباب

یک ماهیتابه مناسب را بر روی حرارت قرار دهید. مقداری روغن زیتون درون ماهیتابه بریزید و برش های گوشت را در آن بگذارید. هر طرف گوشت را به مدت ۳ دقیقه با حرارت زیاد سرخ کنید. در مرحله آخر، به اندازه یک قاشق بزرگ کره در ماهیتابه بریزید و با تکه های گوشت تفت دهید.

مرحله پنجم: سرخ کردن فلفل سبز و گوجه فرنگی

اسکندر کباب به همراه نان پیتا، گوجه فرنگی و فلفل سبز سرو می شود. پس از این که گوشت ها را از ماهیتابه خارج کردید، گوجه فرنگی ها را به دو نیم تقسیم کنید و درون ماهیتابه قرار دهید تا سرخ شوند. فلفل سبزها را نیز کنار گوجه فرنگی ها سرخ کنید و کنار بگذارید.

مرحله ششم: آماده کردن نان پیتا

نان پیتا را به اندازه ۳ در ۳ سانتی متر برش دهید. مقداری کره در ماهیتابه بریزید و تکه های نان را درون آن قرار دهید. اجازه دهید نان ها کمی برشته شوند. سپس آن ها را برگردانید تا طرف دیگرشان نیز طلایی شود.

مرحله هفتم: سرو اسکندر کباب

نان های تست شده را در ظرف مورد نظر قرار دهید. مقداری سس گوجه فرنگی بر روی نان ها بریزید. گوشت سرخ شده را بر روی نان قرار دهید و مقداری کره آب شده بر روی آن بریزید.





طرز تهیه اورفا کباب ترکیه ای اصل ۶ نفره

مواد اولیه برای تهیه اورفا کباب

گوشت چرخ کرده ۶۰۰ گرم

تخم مرغ بزرگ یک عدد

پیاز متوسط یک عدد

سیر ۵ حبه

پاپریکا یک قاشق غذاخوری

فلفل سیاه ۲ قاشق چای خوری

زیره آسیاب شده یک قاشق غذاخوری

جعفری خرد شده یک سوم فنجان

شوید خرد شده یک چهارم فنجان

نمک یک قاشق چای خوری

آموزش مراحل تهیه اورفا کباب

مرحله اول: مزه دار کردن گوشت

گوشت چرخ شده را در یک کاسه بریزید. پیاز و سیر را رنده کنید و به گوشت اضافه نمایید. جعفری و شوید را تمیز کنید و پس از شستن، خرد نمایید. سبزیجات خرد شده را به همراه ادویه جات به کاسه گوشت اضافه کنید. گوشت را با دست به خوبی ورز دهید.

زمان بندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۲۰ دقیقه

۲۰ دقیقه

۷۰ دقیقه

۶ نفر

نکات مهم در سایت

برای ورز دادن باید به گوشت فشار وارد کنید. سپس گوشت را از کناره های کاسه جمع کنید و به سمت مرکز پرتاب کنید. این کار را به مدت ۲۰ دقیقه انجام دهید تا گوشت حالت چسبندگی پیدا کند و منسجم شود. پس از اتمام کار، درب کاسه را با سلفون بپوشانید و به مدت ۳۰ دقیقه در یخچال قرار دهید.

مرحله دوم: سیخ کشیدن کباب ها

کاسه حاوی گوشت را از یخچال درآورید. یک کاسه آب در کنار دستتان قرار دهید. دست خود را کمی خیس کنید و مقداری از گوشت را بردارید. گوشت را به صورت گلوله درآورید و روی سیخ بگذارید. با انگشتان خود به آرامی گوشت را روی سیخ باز کنید و فرم دهید. سعی کنید گوشت به صورت یکنواخت بر روی سیخ کشیده شود. این کار را برای ۱۱ سیخ دیگر نیز انجام دهید.

مرحله سوم: پخت کباب

ذغال را آماده کنید. اجازه دهید ذغال کمی بسوزد و حرارت ملایم و یکنواختی پیدا کند. سیخ ها را بر روی منقل قرار دهید. حدود ۳ تا ۵ دقیقه صبر کنید تا یک سمت کباب بپزد. سپس آن را برگردانید تا سمت دیگر آن نیز گریل شود.

اورفا کباب آماده است. می توانید چند عدد فلفل و گوجه فرنگی را نیز به سیخ بکشید و کباب کنید. ترک ها اورفا کباب را به همراه نان پیتا سرو می کنند. اگر به پیتا دسترسی ندارید، می توانید کباب را به همراه نان لواش یا در کنار برنج سرو کنید و از خوردن آن لذت ببرید.



طرز تهیه بیتے بیف

ترکیه ای اصل ۴ نفره

زمان بندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۱۵ دقیقه

۳۰ دقیقه

۴۵ دقیقه

۴ نفر

نکات مهم در سایت

آموزش مراحل تهیه بیتے بیف

مرحله اول: ترکیب مواد گوشتی

حبه های سیر را به صورت ریز خرد کنید و برگ های جعفری را نیز ساطوری کنید. پیاز را پوست کنید، بشویید و رنده کنید. پیاز رنده شده را در یک صافی بریزید و آب آن را جدا کنید. تفاله پیاز را درون یک کاسه بریزید و سیر و جعفری را به آن اضافه کنید. گوشت چرخ شده، آرد سوخاری و ادویه جات را به کاسه اضافه کنید. تخم مرغ زده شده را به مواد دیگر اضافه کنید و ترکیب نمایید. مواد را به مدت ۵ دقیقه با دست ورز دهید تا مخلوط صاف و منسجمی به دست آید.

مرحله دوم: پچیدن بیتے بیف

کره را بر روی حرارت قرار دهید تا ذوب شود. ۲ لایه خمیر یوفکا را روی سطحی صاف پهن کنید. با یک برس سطح خمیر را با کره بپوشانید. یک چهارم از گوشت را به صورت لوله ای مانند درآورید و در ابتدای خمیر بگذارید. گوشت را به همراه خمیر یوفکا رول کنید. این کار را با مقداری فشار انجام دهید تا مطمئن شوید خمیر کاملاً دور گوشت را می پوشاند. سه چهارم باقی مانده گوشت را نیز به همین صورت در خمیر یوفکا پیچید.

مرحله سوم: پخت بیتے بیف

فر را بر روی ۱۹۰ درجه سانتی گراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت تنظیم کنید تا گرم شود. سینی فر را کمی چرب کنید. رول های آماده را به اندازه تکه های ۴ سانتی متری به صورت اریب برش دهید و درون سینی فر بچینید. باقی مانده کره را با برس بر روی تکه های بیتے بیف بمالید و سینی را درون فر قرار دهید. بیتے بیف باید به مدت ۲۰ دقیقه درون فر بماند تا بپزد.

مرحله چهارم: آماده کردن سس گوجه فرنگی

در حین پخت بیتے بیف، سس گوجه فرنگی را درست کنید. یک ماهیتابه بر روی اجاق قرار دهید و روغن نباتی را درون آن بریزید. اجازه دهید روغن کمی گرم شود. سپس رب گوجه فرنگی را به آن اضافه کنید و با قاشق چوبی هم بزنید تا کمی تفت بخورد و بومی خامی آن از بین برود. در این مرحله آب را اضافه کنید و به مدت ۲ دقیقه هم بزنید تا صاف و یک دست شود. سپس پوره گوجه فرنگی را به همراه شکر و نمک در ماهیتابه بریزید. اجازه دهید مواد به مدت ۵ دقیقه روی حرارت بماند تا جا بیفتد.

مرحله پنجم: اضافه کردن سس گوجه فرنگی

پس از گذشت ۲۰ دقیقه، سینی بیتے بیف را از فر خارج کنید و روی رول ها را کاملاً با سس گوجه فرنگی بپوشانید. سینی را مجدداً درون فر قرار دهید و اجازه دهید به مدت ۱۰ دقیقه دیگر بماند تا بپزد و مزه دار شود. بیتے بیف شما آماده است. می توانید چند عدد گوجه فرنگی را به همراه فلفل سبز سرخ کنید و در کنار بیتے بیف قرار دهید.

مرحله ششم: آماده کردن سس ماست

حبه های سیر را به صورت نگینی خرد کنید و در یک کاسه بریزید. ماست و نمک را به سیر اضافه کنید و خوب هم بزنید تا کاملاً مخلوط شوند.

مواد اولیه برای تهیه بیتے بیف

گوشت بره چرخ شده ۳۰۰ گرم

گوشت چرخ کرده گاو ۳۰۰ گرم

جعفری یک پیمانه

پیاز یک عدد

سیر ۳ حبه

تخم مرغ یک عدد

آرد سوخاری ۸۰ گرم

کره ۸۵ گرم

زیره یک قاشق چای خوری

فلفل سیاه دو سوم قاشق چای خوری

نمک یک قاشق چای خوری

خمیر یوفکا ۸ عدد

مواد لازم برای تهیه سس گوجه فرنگی

روغن نباتی ۲ قاشق غذاخوری

رب گوجه فرنگی یک قاشق غذاخوری

پوره گوجه فرنگی یک و نیم فنجان

آب یک سوم فنجان

نمک یک قاشق چای خوری

شکر مقداری

مواد لازم برلی تهیه سس ماست

ماست یونانی ۳۵۰ گرم

سیر ۲ حبه

نمک نصف قاشق چای خوری



طرز تهیه پیده اصل ترکیه ای ۸ نفره

زمانبندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۶۰ دقیقه

۱۵ دقیقه

۱۴۰ دقیقه

۸ نفر

نکات مهم در سایت

مواد را هم بزینید تا خوب باهم ترکیب شوند. درب ظرف را بگذارید و حدود ۱۰ دقیقه به آن استراحت دهید تا خمیرمایه فعال شود. آرد را الک کنید و کم کم به مواد اضافه کنید. هم زمان مواد را هم بزینید تا آرد با بقیه مواد ترکیب شود. در این مرحله روغن زیتون را به خمیر اضافه کنید و با دست به خوبی ورز دهید. خمیر آماده شده را در یک ظرف در بسته بگذارید و به مدت یک تا ۲ ساعت در یک جای گرم قرار دهید تا ور بیاید.

مرحله دوم: آماده کردن مواد پیده

یک ماهیتابه مناسب انتخاب کنید و مقداری روغن در آن بریزید. اجازه دهید روغن کمی گرم شود. پیاز را به صورت نگینی خرد کنید و به مدت ۲ تا ۳ دقیقه تفت دهید. وقتی پیاز نرم شد، حبه های سیر را رنده کنید و در پیاز بریزید. در مرحله بعد گوشت چرخ شده را به همراه ادویه جات به آن اضافه کنید. اجازه دهید گوشت کمی تفت بخورد و رنگ آن تغییر کند. سپس رب گوجه فرنگی را در گوشت بریزید و با هم ترکیب کنید تا کمی تفت بخورد و خامی آن گرفته شود. فلفل دلمه ای را به صورت نگینی و نازک خرد کنید و به مواد اضافه نمایید. مواد گوشتی را به مدت یک دقیقه تفت دهید و اجاق را خاموش کنید. در انتها جعفری خرد شده را به مواد گوشتی اضافه کنید و هم بزینید تا خوب مخلوط شوند.

مرحله سوم: آماده کردن پیده

فر را روشن کنید و روی دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد تنظیم نمایید تا گرم شود. روی سطح کار کمی آرد بپاشید و خمیر را بر روی آن قرار دهید. خمیر را به ۸ قسمت مساوی تقسیم کنید و شکلی بیضی مانند به آن ها بدهید. سپس خمیرها را با وردنه باز کنید. سینی فر را آماده کنید و کف آن را با کاغذ روغنی بپوشانید.

خمیرهای باز شده را بر روی سینی فر قرار دهید و مایه گوشتی را درون آن بریزید. مایه را با قاشق روی سطح خمیر به طور کامل پخش کنید. سپس کناره های خمیر را کمی تا کنید و ابتدا و انتهای آن را جمع کنید تا شکلی قایق مانند بگیرد. در انتها روی خمیر مقداری روغن زیتون بمالید.

مرحله چهارم: پخت پیده

سینی را به مدت ۱۵ دقیقه در فر از قبل گرم شده قرار دهید. اجازه دهید خمیر به خوبی بپزد و رنگ آن طلایی شود. در دقیقه آخر پخت، پیده را از فر درآورید و مقداری پنیر پیتزا بر روی آن بریزید. سپس به مدت یک تا دو دقیقه دیگر در فر بگذارید تا پنیر آن آب شود.

مواد اولیه برای تهیه پیده ترکیه

مواد لازم برای تهیه خمیر

آرد: ۳ پیمانه

شیر ولرم: یک پیمانه

خمیر مایه: یک و نیم قاشق غذاخوری

نمک: ۲ قاشق چای خوری

شکر: یک قاشق چای خوری

روغن زیتون: ۲ قاشق غذاخوری

مواد لازم برای داخل پیده

گوشت چرخ کرده: ۵۰۰ گرم

فلفل دلمه ای: یک عدد

پیاز: یک عدد

سیر: ۳ حبه

پنیر پیتزا: به اندازه لازم

پودر گشنیز: یک قاشق چای خوری

پودر زیره: یک قاشق چای خوری

پودر کاری: یک قاشق چای خوری

رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری

نمک و فلفل سیاه: به اندازه لازم

جعفری تازه: مقداری

آموزش مراحل تهیه پیده اصل ترکیه

مرحله اول: درست کردن خمیر

اولین مرحله برای تهیه پیده، درست کردن خمیر آن است. برای

درست کردن خمیر پیده، خمیرمایه و شکر را در یک کاسه بریزید و

شیر ولرم را به آن اضافه کنید. دقت داشته باشید که دمای شیر باید

چیزی حدود ۴۰ درجه باشد.



طرز تهیه چای ترکی اصل خوشمزه ۴ نفره

مواد اولیه برای تهیه چای ترکی

چای خشک ۲ قاشق چای خوری
آب جوش ۴ لیوان

آموزش مراحل تهیه چای ترکی

دم کردن چای ترکی با چای ما ایرانی‌ها تفاوت چندانی ندارد. برای تهیه چای ترکی، چای خشک را در قوری می‌ریزند و به آن کمی آب جوش اضافه می‌کنند.

مرحله اول: جوش آوردن آب

برای تهیه چای ترکی به یک کتری و قوری نیاز دارید. کتری را پر از آب کنید و بر روی اجاق دهید تا جوش بیاید.

زمانبندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۱۵ دقیقه

۱۰ دقیقه

۳۰ دقیقه

۴ نفر

نکات مهم در سایت

مرحله دوم: دم کردن چای

قوری را بردارید و برگ چای را در آن بریزید. سپس مقداری از آب جوش را به آن اضافه کنید. قوری را بر روی کتری قرار دهید و اجازه دهید به مدت ۱۰ دقیقه بر روی آن همانند تا دم بکشد.

مرحله سوم: سرو چای

لیوان‌های چای را آماده کنید. به اندازه یک سوم هر لیوان چای ترکی دم کرده بریزید و بقیه آن را با آب جوش پر کنید. میزان چای و آب جوش به سلیقه شما بستگی دارد. اگر دوست دارید چای کم رنگ‌تری داشته باشید، میزان آب جوش را بیشتر کنید.

چای ترکی را می‌توانید در کنار شکر یا قند سرو کنید و اگر در وعده عصرانه میل می‌کنید، در کنار آن شیرینی، بیسکویت، کیک و ... قرار دهید.



طرز تهیه مرجمک کوفته سه ترکیه ۴ نفره

مواد اولیه برای تهیه مرجمک کوفته سی

دال عدس : ۱ پیمانه

بلغور : ۱/۵ پیمانه

پیاز : ۱ عدد

جعفری : ۱/۲ پیمانه

روغن زیتون : ۲ قاشق غذا خوری

پیازچه : ۱/۲ پیمانه

رب انار : ۲ قاشق غذا خوری

رب فلفل : ۱ قاشق غذا خوری

رب گوجه فرنگی : ۲ قاشق غذا خوری

آب : ۳ پیمانه

نمک و فلفل سیاه : به مقدار لازم

زیره و فلفل قرمز : به مقدار لازم

لیمو ترش : به مقدار لازم

روغن : به مقدار لازم

نعناع خشک و ریحان خشک : به مقدار لازم (در صورت

تمايل)

زمانبندی

زمان آماده سازی

زمان پخت

مجموع زمان

تعداد سرو

۳۰ دقیقه

۶۰ دقیقه

۹۰ دقیقه

۴ نفر

نکات مهم در سایت

آموزش مراحل تهیه مرجمک کوفته سی

مرحله اول

برای تهیه کوفته عدس (مرجمک کوفتسی) دال عدس ها را بشوید و در یک قابلمه مناسب بریزید. ۳ پیمانه آب به قابلمه اضافه کنید و قابلمه را روی اجاق قرار دهید. شعله اجاق را ردی حرارت کم تنظیم کرده و اجازه دهید تا دال عدس به خوبی بپزد. در این فاصله اگر بلغور ها درشت هستند آن ها را کمی با غذا ساز خرد کنید.

زمانی که عدس پخت و آب درون قابلمه کم شد، بلغور را به قابلمه اضافه کنید و اجازه دهید تا به مدت ۲۰ دقیقه دیگر، عدس و بلغور با حرارت ملایم بپزد. مراقب باشید ترکیب بلغور و عدس ته نگیرد.

مرحله دوم

تا زمانی که آب عدس و بلغور به طور کامل تبخیر شود، پیازچه ها را بشوید و آب آن را بگیرید و سپس پیازچه های شسته شده را روی تخته اشپز خانه قرار دهید و خرد کنید. پیاز را نیز پوست گرفته و بشوید و به صورت نگینی ریز خرد کنید.

کمی روغن درون ماهیتابه بریزید و آن را روی حرارت قرار دهید. پس از داغ شدن روغن، پیاز های خرد شده را به ماهیتابه اضافه کنید و تفت دهید تا کمی سبک و طلایی شود.

مرحله سوم

زمانی که پیاز ها طلایی رنگ شدند، رب انار، رب فلفل، رب گوجه فرنگی، زیره، فلفل قرمز، فلفل سیاه و مقداری نمک به آن اضافه کنید و کمی تفت دهید تا بوی خامی رب گرفته شود. در فاصله سرخ شدن پیاز، جعفری ها را پاک کرده، بشوید و ریز خرد کنید. پس از اینکه بوی خامی رب گوجه فرنگی گرفته شد، ماهیتابه را از روی اجاق بردارید و کنار بگذارید. سپس جعفری های خرد شده و پیازچه خرد شده را به مواد اضافه کنید و هم بزنید.

مرحله چهارم

حدود ۱۵ دقیقه صبر کنید تا مواد درون ماهیتابه کمی خنک شوند. مخلوط عدس و بلغور را به مواد درون ماهیتابه اضافه کنید و به طور کامل هم بزنید. ۵ تا ۱۰ دقیقه مواد را با دست ورز دهید تا مایه ای خمیری شکل و چسبنده ایجاد شود. روغن زیتون، آبلیمو، نعناع خشک و ریحان خشک را نیز اضافه کنید و ۵ دقیقه دیگر ورز دهید تا روغن و آبلیمو به خورد مواد کوفته برود.

مرحله پنجم

از مواد مرجمک کوفته به اندازه نارنگی بردارید و در دست به آن شکل دهید. چند برگ کاهو را بشوید و خشک کنید و در ظرفی که قرار است مرجمک کوفته ها را سرو کنید قرار دهید. کوفته های شکل داده شده را روی برگ های کاهو قرار دهید. برای تزیین غذا می توانید از گوجه فرنگی خرد شده، پیازچه، تربچه و برگ های تازه ریحان و نعناع استفاده کنید.



