



Yoğurt Uygarlığı

Süleyman Dilsiz



**T.C. KÜLTÜR VE TURİZM
BAKANLIĞI**

KÜTÜPHANELER VE YAYIMLAR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

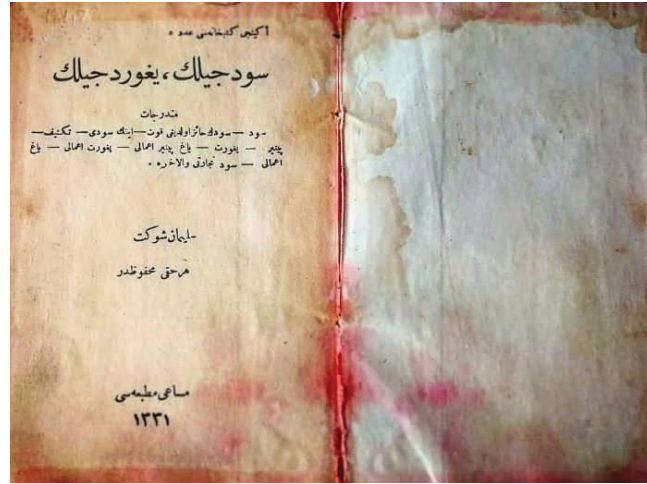
*Yöğurdun keşfinde Altaylar ana rotalarından
biriydi. Altay Türkleri günümüzde Güney
Sibirya'da yaşıyorlar. 2017 yılında 24 gün
kaldığım, 8000 km yol yaptığım, üç Türk
boyunun yurtlarında kaldığım bir keşif
coğrafyasıydı. Novosibirsk'den başlayan
yolculuğumda, Barnaul, Biysk şehirleri,
Kemerova Oblastı ve Karakol Vadisi rotamı
oluşturdu. Moğolistan'da son bulmuştum.
(Süleyman Dilsiz Altaylar keşif gezisi,
2017)*

Ülkemizden ve Farklı Coğrafyalardan Yoğurtlu Tarifler

Tarifleri Uygulamadan Önce Bilinmesi Gerekenler

Kitapta derlenen tarifler tarihsel olarak belirtilen kaynakların yanında illerin yemek envanterleri, çeşitli internet siteleri, günümüzün yemek dergileri, yöresinde tarif uygulayan yöre sakinleri ve Kültür ve Turizm Bakanlığının web portalından her tarifte referansı belirtilerek alınmıştır. Yurt dışı kaynaklarda ise çeşitli ülkelerin geleneksel yemek kitaplarından, yemek sitelerinden ve o ülkelerin vatandaşlarından alınarak yapılmıştır.

Göçlerle, komşuluk ilişkileriyle uğradığımız, konakladığımız farklı coğrafyalarda uygulanan yoğurtlu tarifleri seçerken bizlerdeki tariflerin yapılış yöntemi benzerliği kadar kullanılan malzemelerin özellikle yoğurt ve ürünlerinin kalitesi ve çeşitliliği tarifin kıvamı ve lezzeti için çok önemlidir. Bu bölümde paylaştığımız tariflerin gelenekselliği ve seyahat ettiğimiz coğrafyalarda benzerliği kadar küresel lezzetlere yerel tatlarla farklılık katıp yaratıcı olanlarını özellikle sunmak istedim. Örneğin cacık bizde, Türkmen coğrafyasında, Yunanistan'da, Kafkaslarda, Ermenistan'da, Mısır'da, Orta Doğu'da, İran'da, Kuzey Afrika'da ve Balkanlarda farklılık gösterdiği için her birinin tariflerine kitapta yer verildi. Kıvam, malzeme, yapılış yöntemi farklılıklarını ama esas olan benzerliklerini vurgulamak adına bu yol seçildi. Kültürün en önemli izlerinden birisinin de tarif benzerliği olduğunu belirtmek isterim.



(Süleyman Şevket, Sütçülük, Yoğurtçuluk, İstanbul: Mesai Matbaası, 1331. Süleyman Dilsiz yemek kitapları koleksiyonu).

Kitapta söz ettiğim coğrafyalardan tarifleri seçerken:

Kitapta kullanılan yoğurtlu tarifler bulunduğumuz ve komşuluk ettiğimiz coğrafyalardan seçilirken aşağıda belirtilen kriterler dikkate alındı.

1. Kullanılan tarifiñ ülke mutfağında varlığı, yerel kültürde etkisi, geleneksel değeri; o ülke halklarında kültürel, tarihsel varlığı ve bilinirliğini, bizdeki ve bulunduğumuz coğrafyalarda benzerlikleri dikkate alındı. İlgili tariflerin bizdeki benzerliklerini ortaya koymak için bulunduğumuz coğrafyadan benzer tarifler de paylaşıldı. Tariflerin benzerliği sizi şaşırtmasın.
2. Yoğurt ve yoğurt ürünlerinin kullanımına “küresel lezzetlere yöresel yorumlar” getirerek paylaştım.
3. O tarifiñ bulunduğu coğrafyanın halkları arasında tüketim sıklığı yani mutfaklarında ne kadar yer aldığı dikkate alındı.

Porsiyon miktarları:

1. Süt, yoğurt, kefir: 200 ml
2. Ayran: 350 ml
3. Yaş çökelek- lor peyniri: 150 g ve Kurut-keş: 50 g

Kitapta kullandığım tariflerdeki ölçüler

- 1 su bardağı(bardak) = 240 ml= 128 g = 16 yemek kaşığı = 48 çay kaşığı
- * Tariflerde aksi belirtilmedikçe bardak su bardağıdır.
- 1 sürahi= 4 su bardağı
- 1 yemek kaşığı= 3 çay kaşığı

4. O tarifte kullanılan malzemelerin özgünlüğü olduğu kadar, alternatiflerini de göstererek bizdeki uygulanabilme potansiyeli de önemsendi.
5. Hangi tarifiñ hangi öğünde kullanıldığı kültürlere göre değişiklik gösterebiliyor. Kahvaltılık olarak alınan bazı tarifler meze ya da ana yemek eşlikçisi, ya da salata olarak alınanlar meze olarak coğrafya kültürlerine göre değişiklik gösterebilir.
6. Yemek farklı sosyo-ekonomik geçmişlerden gelen insanlar için ne kadar erişilebilir? Belirli bir yemek ne kadar kapsayıcı ve erişilebilir olursa, popüleritesi de o kadar yüksek olacaktır.
7. Tariflerde kullanılan farklı malzeme çeşitliliği, sağlıklı olması o tarifi seçme kriterlerinde etkili oldu. Çünkü inovatif ulusal mutfağımızı geliştirmek için malzeme çeşitliliğiyle yenilikçi mutfak altyapımızı geliştirmek amaçlandı.

8. Bu yemek bulunduğu coğrafya dışında ne kadar tanınıyor? Bir yemeğin popülerliği ve çekiciliği, küresel erişiminden ve uluslararası mutfaklarda tanınmasını sağlayabilir.
9. Tarif malzemelerinde alabildiğince un kavramı, tarifte belirtilen hamur kıvamını elde etmek için kullanılmıştır.
10. Aksi belirtilmedikçe tüm tarifler 4-6 kişilik olarak reçetelendirildi.



Çorbalar

Sıcak Çorbalar

Yayla Çorbası (Anonim)



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 3 kaşık pirinç
- 3 kaşık tereyağı
- 5 bardak su
- 3 kaşık un
- 1 adet yumurta sarısı
- ½ bardak su
- ½ limonun suyu
- 3 çay kaşığı kuru nane
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:¹

1. Suyu derin bir tencerede kaynatın. Pirinci ekleyin ve yumuşayana kadar 5-6 dakika haşlayın.
2. Terbiyesini hazırlamak için: Unu, yoğurdu, yumurta sarısını küçük bir kaptan iyice çırpın. Suyu ve limon suyunu ekleyin, karıştırmaya devam edin.
3. Bu karışımı bir kevgir yardımıyla süzerek tencereye aktarın. Kevgir ile karıştırarak pişirmeye devam edin.
4. Ayrı bir küçük tavada tereyağını eritin. Eridikten sonra naneyi üzerine serpererek bir dakika kadar karıştırın.
5. Hazırladığınız naneli karışımı tencerenin altını kapatıp ilave edin. Çorbayı sıcak olarak servis edin.

Toyga Çorbası (Amasya)²



Malzemeler

- 1 çay bardağı nohut (haşlanmış)
- 1 çay bardağı buğday(haşlanmış) (yarma veya dövme)
- 8 bardak et suyu
- 2 çay kaşığı tuz
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 kaşık un
- ½ limon suyu
- 1 orta boy kuru soğan (ince doğranmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı nane
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:³

1. Çorba tenceresine buğday ve nohudu ilave edin. Suyunu da katın. Pişirmeye alın.
2. Terbiye için yumurtayla yoğurdu birlikte çırpın. Un ve limon suyu ilave edip pürüzsüz hale getirin. Bir çay bardağı soğuk suyla 2 çay bardağı kaynamış çorbanın suyundan alarak terbiyeye ilave edin. Böylece boza kıvamında akışkan bir terbiye elde edilmiş olacaktır.
3. Hazırladığınız terbiyeyi tencereye aktarın ve terbiyenin kesilmemesi için çorba kaynamaya başlayınca kadar karıştırmaya devam edin. Kaynamaya başlayınca karıştırmaya devam edin ve tuzunu atın. Altını kısın. 10 dakika daha pişirin ve ocaktan alın.
4. Soğanları erittiğiniz tereyağıyla rengi dönene kadar kısık ateşte kavurun.
5. Nane ve pul biber ekleyin, karıştırın. Sıcak olarak çorbanın üzerine dökün. Servis edin.

Ekmek Çorbası (Mersin)



Malzemeler

- 2 bardak bayat ekmek içi
- 2 bardak yoğurt
- 3 bardak et suyu
- 2 çay kaşığı kırmızıbiber



Yapılışı:⁴

1. Elde ufaladığınız bayat ekmek içlerini akşamdan yoğurtla bir kapta iyice karıştırın.
2. Ertesi gün yeniden iyice ezin.
3. Bir tencerede et suyu kaynatın. Yoğurtlu ekmek içini et suyuyla karıştırıp yedirin.
4. Tuzu da ekledikten sonra hafif ateşte beş dakika daha kaynatıp ocaktan alın.
5. Bir tavada kızdırılan tereyağında kırmızıbiberi çevirin. Ekleyip sıcak servis edin.

Dovga (Azerbaycan)



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 4 bardak su (eğer yoğurt daha kalınsa, daha çok su)
- ½ bardak nohut(haşlanmış)
- 2 bardak kişniş (ince kıyılmış)
- bardak dereotu (ince kıyılmış)
- ½ bardak ıspanak (ince kıyılmış)
- ½ bardak taze sarımsak (ince kıyılmış)
- ½ bardak nane (ince kıyılmış)
- ½ maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 kaşık un
- 1 yumurta
- 1/3 bardak pirinç (yıkamış)
- Tadımlık tuz
- Tadımlık karabiber



Yapılışı⁵

1. Orta büyüklükte bir tencerede yoğurdu, suyu, unu ve yumurtayı iyice çırpın. Pirinci de ilave edin ve sürekli aynı yönde karıştırmaya devam ederek orta ateşte 7-10 dakika pişirin.
2. Kaynadığında yeşillikleri ilave edin. Karıştırmaya 7-8 dakika daha pirinç pişinceye kadar devam edin.
3. Nohutları da ilave ederek çorbayı ocaktan alın. Oda sıcaklığına alıp dinlendirip karabiber serpererek servis edin. İsteğe göre soğuk olarak da servis edebilirsiniz.
4. Dovga çorbasının bekledikçe kalınlaşacağını unutmayın. Sıcak servis edin.

Girar (Ağrı)⁶



Malzemeler

- 4 bardak yoğurt
- 5 bardak su
- 1 bardak aşurelik buğday
- 1 çay bardağı haşlanmış nohut
- 1 yumurta
- 2 kaşık un
- 1 demet yarpuz ya da nane (ince kıyılmış)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:⁷

1. Derin bir kaptaki buğdayı yumuşayınca kadar pişirip ocaktan alın
2. Un, yumurta ve yoğurdu suyla çırpın. Hazırlanan karışımın içine iletılmış buğday ve nohut katın ve kaynayınca kadar tuz ilave ederek karıştırın.
3. Üzerine doğranmış yarpuz veya nane serpererek soğuk ya da sıcak servis edin.

Türkmen Çorbası (Türkmenistan)



Malzemeler

- 1 kg süzme yoğurt
- 1 kaşık un
- 3 bardak su
- 2 bardak yarma(haşlanmış)
- ½ bardak nohut(haşlanmış)
- ½ bardak mercimek(haşlanmış)
- 1 adet yumurta
- 3 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı:⁸

1. Yoğurda 2 çay kaşığı nane ile yumurta, un ve yumurtayı ilave edin ve iyice çırpın.
2. Yoğurda su ilave ederek ayran kıvamına getirin.
3. Çorbanın sıcakken kesilmemesi için içi su dolu kaba tencereyi oturtup ocağa alıp karıştırın.
4. Hafif ısındığında daha önceden haşladığınız nohut, mercimek ve yarmayı ilave edip ocağa alın. Sürekli karıştırarak fokurdatmadan pişirin.
5. Diğer taraftan bir tavada nane, tereyağı ve salçayı kızdırıp çorbanın üzerinde gezdirin.

Tutmaç Çorbası (Bingöl)⁹



Malzemeler

- 1 kg yoğurt
- 2 bardak un
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 200 g kavurma
- 1 çay kaşığı acı toz kırmızıbiber
- Tadımlık nane ve tuz



Yapılışı:¹⁰

1. Unu biraz tuz ile yoğurup hamur haline getirin. Yoğurduğunuz hamuru kağıt inceliğinde yufkalar haline getirin. Temiz bir bez üzerinde her birini istediğiniz büyüklükte kesin.
2. Yoğurda bir miktar su ilave edin ve hafif ateşte tencerede tıngırdıncaya kadar karıştırın. 5 dakika kaynadıktan sonra kestiğiniz yufkaları ilave edin.
3. Kavurmayı ilave edin ve 5 dakika sonra ateşten indirin.
4. Tavada eritilen tereyağıyla isteğe göre acı biber veya naneyi kavurun. Tabaklara koyduğunuz çorbaya bu sosu üzerine gezdirip sıcak servis edin.

Atala (Özbekistan)¹¹



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 2 bardak su
- 3 kaşık un
- 2 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Tereyağını eriterek unu hafif kahverengi kıvam alıncaya kadar kavurun. Ocaktan alın. Yoğurdu ilave edin. Karıştırın.
2. Ocağa tekrar alın suyu ilave edin. Suyu ekleyin ve sürekli karıştırarak kıvam elde edinceye kadar kaynatın.
3. Tuzunu serpererek kaselerde sıcak servis edin.

Keşşan (Irak)



Malzemeler

- 2 ½ bardak ekşi yoğurt
- 3 kaşık irmik
- 5 kaşık bulgur
- 1 l su
- 2 diş sarımsak
- 2 kaşık tereyağı



Yapılışı:¹²

1. Tencerede yoğurt, bulgur ve irmiği suyla iyice çırpılarak karıştırın. Orta ateşte fokurdatmadan sürekli karıştırmaya devam ederek pişirin.
2. Tereyağını küçük bir tavada sarımsakları ilave ederek hafice çevirin.
3. Sarımsaklı tereyağını boca ederek karıştırdıktan sonra servis edin.

Şar Tohin Çorp (Kuzey Kafkasya)



Malzemeler

- 2 bardak buğday yarması
- ½ kg yoğurt
- 6 bardak su
- 5 dal pazı (ince doğranmış)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Yarmayı haşladıktan sonra, pişmesine yakın pazıyı ilave ederek 5 dakika pişirin.
2. Yoğurdu ayran yaparak karışıma katın. Son olarak tuz ilave ederek, karıştırmaya devam edin.
3. Çorbayı kaselere alarak sıcak servis edin.

Zom (Yemen)



Malzemeler

- 1 ½ bardak süzme yoğurt
- 1 ½ bardak ekşi krema
- 2 kaşık un
- ½ bardak su
- 1 kaşık limon suyu
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:¹³

1. Bir tencerede yoğurt ile ekşi kremayı orta ateşte 2 dakika kadar çevirin.
2. Küçük bir kâsede de tuz ile unu karıştırın. Suyu ilave ederek hava kabarcıkları kalmayacak şekilde karıştırın.
3. Sonrasında yoğurda suyu ilave ederek 10-12 dakika ayran kıvamı elde edinceye kadar pişirin.
4. Ocaktan aldıktan sonra limon ve tuzunu ilave edin.
5. Sıcak olarak kubaneh veya challah¹⁴ ile servis edin.

Matsvnis Supi (Gürcistan)¹⁵



Malzemeler

- 4 bardak yoğurt
- ¼ bardak ekşi krema
- 2 bardak su
- 1 adet yumurta
- 1 adet soğan (ince kıyılmış)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık un
- Tadımlık tuz
- Üzerine: yeşil soğan veya kişniş veya dereotu (ince kıyılmış)



Yapılışı:¹⁶

1. Soğanları tavada iyice çevirin. Sarımsakları da ilave ederek soteleyin.
2. Bir kâsede de yoğurt, su ve yumurtayı tuzla birlikte iyice çırpın.
3. Soğanlar yumuşayınca yoğurtlu karışımı ve kremayla birlikte ilave edin.
4. 5 dakika kadar unun iyice kavrulduğundan emin olacak şekilde sürekli karıştırıp pişirin. Eğer kalın olduğunu düşünüyorsanız ılık su ilave edin.
5. Taze soğan ve aromatik otlarla birlikte üzerine serperek sıcak servis edin.

Tuzlu Yoğurt Çorbası (Hatay)



Malzemeler

- 1 çay bardağı pirinç
- 1 ½ bardak tuzlu yoğurt
- 2 l su
- 1 diş sarımsak (ikiye bölünmüş)
- 1 kaşık tereyağı
- 2 kaşık nane
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:¹⁷

1. Pirinci sarımsakla birlikte haşlayın. Suyu eksilirse su ilave edin.
2. Tuzlu yoğurdu da ekleyip özleşene kadar kaynatın. Özleşince tereyağı ilave edin.
3. Altına kapamaya yakın naneyle birlikte pul biber ilave ederek sıcak servis edin.

Andırın Tirşik Çorbası (Kahramanmaraş)¹⁸



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 kg tirşik (yılanotu) yaprağı (ince doğranmış)
- 1 kg nohut ile dövme karışımı
- 1 kaşık tuz
- 4 kaşık un
- 2 adet turp (ince doğranmış)
- 1 adet soğan (dörde bölünmüş)
- Yeterince su (malzemeye göre)



Yapılışı:¹⁹

1. Bir bardak yoğurdu çırpın ve nohut ile dövme karışımını yıkadıktan sonra yoğurda karıştırın.
2. Bir tencereye su koyarak ısıtın. Ilık suyun içine tirşik, yoğurt karışımı ve tuz ilave edin. İyice karıştırın ve üzerine un ekleyin. Bu hazırladığınız karışımı pişirilmeden önce bir gün bekletin.
3. Sonrasında yemeği ocağa koyun ve kaynatın.
4. Piştiğinde yemeği ocaktan indirin ve tabaklara koyup sıcak servis yapın.

Muradiye Çorbası (Bursa)²⁰



Malzemeler

- Yarım parça tavuk göğüs eti (küp doğranmış)
- 1 kabak (küp doğranmış)
- 1 havuç (küp doğranmış)
- 2 kaşık arpa şehriye
- 6 kaşık yoğurt
- 2 kaşık un
- 2 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 5 bardak su
- 1 çay kaşığı karabiber



Yapılışı:²¹

1. 1 kaşık tereyağıyla tavuk etlerini soteleyin. Havuç ve kabakları tavuk etine ilave edin. 5 bardak su ve arpa şehriyeyi ekleyip kısık ateşte pişirin.
2. Yoğurt ve unu bir kâsede iyice çırpın. Yoğurdun kesilmemesi için çorba suyundan yavaşça ekleyerek çırpmaya devam edin. Bu karışımı yavaşça çorbaya ekleyin.
3. Tuz ve karabiber ile tatlandırıp 15 dakika daha pişirin.
4. Üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirip servis yapın.

Tarhana (Arnavutluk)²²



Malzemeler

- 1 l tavuk suyu
- 200 g Hellim peyniri (dilimlenmiş)
- 400 g tarhana
- ½ kaşık tereyağı
- ½ limon suyu
- 2 çay kaşığı pul biber



Hazırlanışı:

1. Tarhanayı 1 saat kadar soğuk suda bekletin.
2. Suyunu süzün ve tavuk suyuyla bir tencereye alın.
3. Sıkça karıştırarak 40 dakika kadar pişirin.
4. Çorba pişerken tereyağını küçük bir tavada eritip pul biberle birlikte üzerine dökün.
5. Kızarmış hellim peyniriyle, sıcak olarak servis edin.

Ash-a-Doogh (İran)



Malzemeler

- 6 bardak ayran
- ¼ kg kıyma
- ½ kg kuru fasulye (haşlanmış)
- 3 kaşık soğan püresi (ince rendelenmiş)
- 1 çay bardağı pirinç (yıkamış)
- 1 adet yumurta
- ½ demet kişniş (ince kıyılmış)
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- 3-4 adet taze soğan (ince kıyılmış)
- 2 diş sarımsak, kalınca dilimlenmiş
- 1 çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı karabiber



Yapılışı:

1. Kıyma, soğan, tuz ve karabiberi iyice karıştırın. Fındık büyüklüğünde köfteler yapın.
2. Pirinci, yumurtayla karıştırıp iyice çırpın. Bir kenarda bekletin.
3. Ayrarı bir tencereye alın. İçine yumurta karışımını ilave edin. Ocağı yüksek ısıya alıp ahşap kaşıkla sürekli karıştırın.
4. Yaklaşık 20 dakika sürekli karıştırarak kaynatın. Isıyı orta ateşe düşürüp karıştırmaya devam edin.
5. Sonrasında diğer yeşillikli malzemeleri ekleyin. Eklediğiniz malzemelerin oda sıcaklığında olmamasına dikkat edin.
6. Köfteleri de ilave ederek pişirmeye devam edin. Piştikçe köfteler çorbanın yüzüne çıkacaktır.
7. Karıştırmaya devam ederken fasulyeleri de ilave edin.
8. Kaynamaya devam ederken servis etmeden önce sarımsağı ilave edin. Birkaç dakika daha pişirin, sıcak servis edin.

Bu tarif her ne kadar çorba olarak bilinse de, İran mutfağında ana yemek olarak da sofralarda yer alan geleneksel tariflerdendir. Kemikli koyun eti ve dövme buğdayla yapılan Gazi-antep'in Öz çorbasıyla benzerlik gösterir. Bulgaristan'da Topcheta adlı köfte ve sebzelerle aromalandırılmış genellikle yılbaşında yapılan yoğurtlu çorba da bulunuyor.

Nawrız Köje (Kırgızistan)



Malzemeler

- 1 litre ayran
- 3-4 adet kurut:(qurt), (suda bekletilerek yumuşatılmış)
- 2 l su
- 1 kg et (kuşbaşı doğranmış)
- ½ bardak buğday
- ½ bardak arpa
- ¾ bardak pirinç
- ¾ bardak darı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:²³

1. Eti haşlayıp et kaynadıktan sonra mutlaka ilk köpüğü süzün.
2. Et suyuna önceden güzelce yıkanmış buğday ekleyin ve 5 dakika kadar kaynatın. Sonra pirinç ve arpa ekleyip tekrar 5 dakika kadar pişirin ve üzerine darı, en son tuz ekleyip pişmeye bırakın.
3. Pişmiş et ve et suyuna ayran ve kurt ile birlikte katın ve karıştırın.
4. İsteyen erişte de katabilir ve damak tadına göre bazı baharatlar ekleyebilir. Sıcak servis edin.

Nevruz sofralarının en geleneksel yemeklerindendir. Köje.. Nevruz çorbası 7 farklı malzemeden yapılıyor. 7 sayısının uğuruna, bolluk ve refahın simgesi olduğuna inanıldığı için çorbayı oluşturan gıdaların en az 7 tane olması esas. Kazak halkı, çorbaya katılan malzemelere de manevi anlam yüklüyorlar. Örneğin su: ‘hayat bir nehir gibi, nesiller de nehir gibi yayılsın, gelişsin’ olarak, süt veya ayran: “ak” bol olursa gönlümüz de temiz olduğuna inanırlar. Kazakların yemeklerinin çoğu “qatık, qurt, qımız, şalap-sütten” yapılıyor. Qurt (kurutulmuş yoğurt): qurt mutfaklarında birçok yemeğe katılıyor. Çok ve az kurutulmuş olarak kullanılır. Qurtun, güç ve sağlık kaynağı olduğuna da inanılır.

Bu çorbanın benzeri İran’da Ash-a Doogh adıyla kıyman ve kuru fasulye, pirinç ile yapılıyor. Orta Doğu ülkelerinde özellikle de Suriye’de Shakriya adıyla dana eti ve nişasta ilave edilerek yapılıyor.

Paçık Çorbası (Afyon)²⁴



Malzemeler

- 1 kg paça eti (keçi ayağı veya dil paçası)
- 1 bardak yoğurt
- 10 bardak su
- ½ adet bayat Afyon ekmeği (küp doğranmış)
- 4 kaşık süzme yoğurt
- 2 adet yumurta sarısı
- 5 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı toz biber
- 2 çay kaşığı tuz



Hazırlanışı:²⁵

1. Paçık (paça) eti, düdüklü tencerede üzerini 3 parmak geçecek kadar suyla tuz ilave ederek harlı ateşte pişirin. Üzerinde çıkan köpüğü alın. Daha sonra ateşi kısın. Etler yumuşayana kadar pişirin. Pişen etin kemiklerini ayıklayıp didikleyin(tiftin).
2. Terbiyesi için: Yumurta sarısı ile 4 kaşık yoğurdu iyice çırparak birbirine özleştirin. Sürekli çırparak ve ağır ağır yedirerek terbiyesini çorbaya ilave edin. Bir iki taşım terbiyesi ile kaynatıp altını kapatın.
3. Sarımsakları biraz tuzla dövüp yoğurtla karıştırın.
4. Afyon ekmeklerini servis tabağına alarak, ekmeklerin üzerine paçanın suyunu ve etini gezdirin. Sarımsaklı yoğurdu ilave edin.
5. İsteğe göre üzerine kızdırılmış tereyağı da dökerek servis edin.

** Afyon'da yakın zamana kadar bol suyla top-rak kaplarda mahalle fırınlarına gönderilip pişirilir ve kahvaltılarda yenilirmiş. İran Tebriz ve Azerbaycan Bakü'de kahvaltılık işkembe çorbası gibi doyumluk çorba olarak karşılaştığım geleneksel tatlardan.

Gurati Kadhi (Hindistan)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- ½ bardak nohut unu
- 4 bardak su
- 1 kaşık şeker
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı taze zencefil (püre haline getirilmiş)
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 kaşık tereyağı (sadeyağ)
- 1 çay kaşığı hardal tohumu
- ½ çay kaşığı kimyon tohumu
- 1 adet küçük boy çubuk tarçın
- 1 adet bütün küçük boy acı biber
- 2 kaşık taze kişniş (ince kıyılmış)



Yapılışı:²⁶

1. Yoğurdu nohut unuyla birlikte suyu da ilave ederek iyice çırpın. Akışkan bir kıvam elde edin.
2. Tencereyi orta ateşte ısıttıktan sonra yağı ilave edin. Hardal ve kimyon tohumlarını, bütün kırmızıbiberi ve tarçını ilave edin.
3. Yoğurdu tencereye alın. Sonrasında şeker, acı biber ve zencefili de ilave edin. Ateşi düşürüp sürekli çevirerek 10-12 dakika kaynamaya bırakın.
4. Üzerine kişnişleri serperek servis edin.

*Anadolu'da düğün çorbası olarak kendine yer edinen bu çorba, Balkanlar, Kafkaslar, Tacikistan, Özbekistan, Altaylar, Bengal ve Pakistan ile Afganistan'da benzer ad ve yöntemle farklı malzemelerle de uygulanıyor.

Nuaimiah (Sudan)



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 1 bardak dana eti (ince kıyılmış)
- 3 kaşık yer fıstığı ezmesi (irice dövülmüş)
- 1 kaşık domates salçası
- 2 kaşık un
- 1 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı karabiber



Yapılışı:²⁷

1. İlk olarak soğanları kavurduktan sonra etleri ilave ederek ikisini tavada kavurun.
2. Sonrasında üzerine suyunu ilave ederek 15 dakika pişirmeye devam edin.
3. Ayrı bir kapta yoğurdu, unu ve fıstık ezmesini birlikte iyice çırpın. Çorbaya yavaş yavaş ilave edin.
4. Karabiber serperek kızarmış ekmekle servis edin.

Trahana Soupa (Yunanistan)



Malzemeler

- 2 kaşık tereyağı
- 4 bardak su
- ½ bardak trahana
- 1 ½ bardak Feta peyniri (ufalanmış)
- 1/3 bardak süt
- Tadımlık tuz



Yapılışı:²⁸

1. Tereyağını orta ateşte eritin.
2. Tarhanayı su ve tuzla birlikte karıştırıp çırpın.
3. Kaynamaya alın, ısıyı düşürüp yapışmaması için sürekli karıştırarak 15 dakika pişirin.
4. Sütü ve peyniri de ilave ederek 3-4 dakika daha pişirin ve karıştırmaya devam edin. Ocaktan alın ve sıcak servis edin.

Supa Topcheta (Bulgaristan)



Malzemeler

- 250 g kıyma
- 3 kaşık yoğurt
- 2 kaşık kırık pirinç
- 2 kaşık un
- 1 adet yumurta
- 1 adet havuç(ince rendelenmiş)
- 2 adet orta boy kuru soğan (ince rendelenmiş)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 ay kaşığı karabiber
- 1 ay kaşığı kimyon
- 1 ay kaşığı cıbrıka*
- 2 ay kaşığı tuz
- 3 bardak ılık su



Yapılışı:²⁹

1. Kıyma derin bir kaba alın. zerine 2 kaşık rendelenmiş soğan, pirinç, karabiber, kimyon, cıbrıka, tuz, yumurta akı ilave edin ve yoğurun. Misket büyüklüğünde parçalar alıp yuvarlayarak unun içine atın. Kıymalı karışımın hepsi bitince köfteleri iyice unlayıp elekten geçirin ve kenara alın.
2. Kalan rendelenmiş soğanı ve havuç tereyağıyla kavurun. ılık suyu ilave ederek kaynayan tencereye köfteleri yavaşça alın.
3. Pirincin piştiğini kontrol ederek, yumurta sarısı ve yoğurdu telle çırpın ve alıştırarak çorbaya ilave edin. İyice karıştırdıktan sonra ocağın altını kapatın.
4. Sıcak olarak, maydanozla serpererek servis edin.

Taze Bakla / Taze Fasulye Çorbası (Bolu)



Malzemeler

- 300 g. taze bakla veya taze fasulye (ayıklanmış)
- 1 ½ bardak yoğurt
- 4 kaşık un
- 1 adet yumurta
- 1 adet orta boy soğan
- 3 kaşık zeytinyağı
- 1 ½ litre sıcak su
- Tuz



Yapılışı:³⁰

1. Baklaları yıkayıp ayıklayın ve enine ince ince kıyın. Soğanı küçük küçük yemeklik doğrayın.
2. Tencereye zeytinyağı ve soğanı alıp orta ateşte 1-2 dakika kavurun.
3. Kavrulan soğanların üzerine baklaları ekleyin ve 2-3 dakika daha kavurun.
4. Tencereye sıcak suyu ekleyin ve yaklaşık 20 dakika baklalar yumuşayınca kadar kaynatın.
5. Küçük bir kâseye yumurta, yoğurt ve unu ekleyerek tamamen karışınca kadar çırpın.
6. Baklaların suyundan üzerine ilave edin ve tekrar karıştırın. Açtığınız un karışımını karıştırarak çorbanın içine ilave edin.
7. Tuzunu ekleyerek önce harlı ateşte, kaynadıktan sonra 5 dakika kısık ateşte pişirin.
8. Üzerine dereotu serperek servis yapın.

Yunanistan'da domatesle yapılan soupa yourti, İran'da çemenotu ve maydanoz kullanılarak yapılan Eshkeneş Shirazi çorbaları bilindik çorbalardandır. Çorum'un göğ domates çorbası da bu çorbanın benzeridir.

Köme Çorbası (Kırşehir)



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 1 bardak dövme (buğday)
- ½ bardak yeşil mercimek
- ½ bardak nohut
- 8 bardak su
- 2 kaşık un
- 1 yumurta
- 1 patlıcan (alaca soyulmuş, küp doğranmış)
- 2 sivri biber (ince kıyılmış)
- 2 domates (soyulmuş, küp doğranmış)
- 4-5 kaşık sıvıyağ
- 6 bardak su
- Tadımlık tuz ve nane



Yapılışı³¹

1. Dövme, yeşil mercimek ve nohudu ayrı kaplarda akşamdan ıslatın. Sularını değiştirip yine ayrı kaplarda haşlayın.
2. Yoğurt, yumurta, 3 kaşık sıvıyağ ve un bir kapta çırpılır, tencereye alınarak su eklenir.
3. Dövme, yeşil mercimek ve nohut ilave edilip karıştırılır.
4. Tencereyi ocağa yerleştirin ve kaynayınca kadar karıştırın. Patlıcan, domates ve sivri biber ilave edin. Arada bir karıştırın.
5. Tuzu çorbayı ocaktan almaya yakın atın.
6. Sıvıyağda naneyi kızdırıp çorbanın üzerine gezdirin.
7. Sıcak servis edin.

Cips Tarhana Çorbası (Kahramanmaraş)³²



Malzemeler

- ½ kg Maraş cips tarhanası
- 4-5 diş sarımsak
- Tadımlık tuz
- 2 çay kaşığı Maraş kırmızı pul biberi,
- 1 çay kaşığı kuru nane,
- 1-2 adet şalgam (küçük doğranmış)



Yapılışı:

1. Tarhana akşamdan ıslatın. Çorba pişirilmeden önce ekşiliği ayarlamak için ıslama suyunun bir kısmını dökün.
2. Islanmış tarhananın kaldıracağı kadar su ayarı yaparak orta ateşte 15 dakika kadar pişirin. Pişen çorbayı tahta kaşıkla özeyip ezin ve kıvam verin.
3. Çorbanın tuzunu ayarladıktan sonra çorbanın üzerine hafif kavurduğunuz sarımsak, kuru nane ile pul biberi gezdirip şalgamları içine ilave edip sıcak servis edin.

Tarhana (Kuzey Kıbrıs)



Malzemeler

- 2 adet mandalina büyüklüğünde tarhana
- 2 bardak et suyu
- 100 g Hellim peyniri(küp doğranmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 kaşık zeytinyağı
- 2 diş sarımsak(rendelenmiş)
- 6 bardak su
- Tadımlık tuz



Yapılışı:³³

1. Tarhananın üzerinden 2 parmak geçene kadar su ilave edin. Yumuşayınca tencereye alın.
2. Üzerine et suyu ve sarımsağı ekleyin. Devamlı karıştırarak pişirin.
3. Hellim peynirlerini yağda kavurun. Kızaran peynirleri çorbaya ilave edin ve sıcak servis edin.

Yaş tarhana Çorbası (Kastamonu)³⁴



Malzemeler

- 3 kaşık yaş tarhana
- 2 kaşık kıyma (kavrulmuş)
- 2 kaşık tereyağı
- 4 bardak su
- 1 kaşık salça (biber ve domates salçasıyla karıştırabilirsiniz)
- 2 çay kaşığı nane
- Tadımlık tuz



Yapılışı:³⁵

1. Tarhanayı bir kap içinde az su ile iyice eritin. Boza kıvamı elde edinceye kadar çırpın.
2. Tencereyi kızdırıp yağı eriterek salça ile kıymayı çevirin.
3. Tencereye 4 bardak su koyup kaynatın ve tarhanayı dökün ve karıştırın.
4. Sürekli karıştırmayı unutmadan, 5-10 dakika kaynatıp hazır hale getirin.
5. Nane serpererek sıcak servis edin.

Sıkıcık Çorbası (Kütahya)³⁶



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 3 bardak et suyu
- 2 kaşık salça
- 1 adet soğan (ince kıyılmış)
- 1 bardak bulgur
- 3 kaşık tarhana
- 1 adet yumurta
- 1 kaşık un
- 3 çay kaşığı nane
- 2 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı karabiber
- 4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 bardak un



Yapılışı:³⁷

1. Bulguru yoğurma kabına alın ve yumuşatmak için sıcak suyu ekleyin.
2. Soğanlar tereyağıyla kavurun. Kavrulan soğanlara salçayı ekleyin.
3. Bulgura nane, pul biber ve karabiberi dahil edin. Bir yumurta ve azar azar suyla harcı yoğurun. Harçtan cimdik köfteler yuvarlayın ve unlanmış bir tepsiye alın.
4. 3 kaşık tarhana, et suyu, bir miktar sıcak sudan yapılan çorba suyuna bulgur köfteleri dökün.
5. Derin bir servis kâsesiyle yanında sarımsaklı yoğurdu birlikte sunun.

Tarhana Çorbası (Uşak)³⁸



Malzemeler

- 1 çay bardağı toz tarhana
- 1 çay bardağı soğuk su
- 1 kaşık domates salçası
- 1 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı nane
- 2 çay kaşığı tuz
- 5 bardak ılık su



Yapılışı:³⁹

1. Bir kaba tarhanayı alın ve topaklanmasını önlemek için 1 çay bardağı soğuk suyla açın.
2. Tencereye tereyağını koyup eritin.
3. Üzerine salçayı ilave edip kavurarak açtığınız tarhanayı ilave edip çevirin.
4. Daha sonra içine 2 bardak suyu ilave edip sürekli karıştırarak pişirin.
5. Kaynayınca kısık ateşe alıp 15-20 dakika daha pişirmeye devam edin.
6. Suyun hepsini birden ilave ederseniz çorbanın kıvamını yakalamak için kalan sıcak suyu koyulaştıkça 1 bardak sıcak su olacak şekilde karıştırarak ilave edin.
7. Son olarak üzerine naneyle tuzu serpererek servis edin.

Top Tarhana Çorbası (Denizli)



Malzemeler

- 2 parça top tarhana
- ½ bardak nohut
- ½ bardak koyun eti (yağsız, kuşbaşı doğranmış)
- 1 adet iri domates
- 5 diş sarımsak
- 1 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz
- 6-8 adet tane karabiber (irice dövülmüş)
- 10 bardak su



Yapılışı:⁴⁰

1. Kurutulmuş tarhana ile nohudu bir gece önceden ıslatın.
2. Nohut, tarhana ve eti bir tencereye alarak, domatesi rendeleyin.
3. Karabiber taneleri ve 10 bardak suyu ekleyip, yumuşayana dek pişirin. Pişen çorbayı ateşten alarak etleri ezin. Üzerine dövülmüş sarımsakları ekleyin. Tereyağını tavada kızdırın ve karabiberi ekleyin. Yağı çorbanın üzerine gezdirerek servis yapın.
- 4 3 hafta gibi süre sonunda top top şekil verilerek güneşte kurutulan top tarhananın yapımı Isparta, Malatya, Konya da görülüyor.

Kikirdekli Çorba (Ankara)⁴¹



Malzemeler

- 1 bardak yeşil mercimek (haşlanmış)
- 1 bardak sarımsaklı yoğurt
- 6 bardak su
- 4 kaşık yağ
- 1 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 2 adet domates (rendelenmiş)
- 2 çay kaşığı nane
- Tadımlık tuz
- Hamuru için:
- 1 bardak un
- ½ çay bardağı yağ
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Hamuru için, un, tuz, yağ ve su ile yoğurup beze formu elde edin. Yarım saat kadar dinlendirdikten sonra yufkadan kalınca açın ve erişte için şerit kesin.
2. Az yağda soğanları soteleyip domatesleri ilave edin. 2 dakika kavurduktan sonra yıkadığınız mercimekleri ilave ederek suyunu ilave edin.
3. Yaklaşık 20 dakika pişirdikten sonra hamurun yarısı çorbaya ilave edin. Tuzu ve naneyi katın. Sıcak servis edin.
4. Diğer kalan erişteleri yağda sote yaparak kızartın. Çorbayı sarımsaklı yoğurt ve kızarmış erişte ile servis edin.

Andırın Tirşik orbası (K.Maraş)42



Malzemeler

- 1 kg tirşik (yılanotu) yaprağı (ince doğranmış)
- 1 bardak yoğurt
- 4 kaşık un
- ½ kg nohut ile dövme karışımı
- 1 kaşık tuz
- 2 adet turp (ince doğranmış)
- 1 adet soğan (dörde bölünmüş)
- Yeterince su



Yapılışı

1. Yoğurdu çırparak, nohut ile dövme karışımını yıkayın ve yoğurtla karıştırın.
2. Derin bir tencerede suyu ılıştırın. Ilık suya tirşik, yoğurt karışımıyla tuz ilave edin. İyice karıştırın ve üzerine un ekleyin. Bu karışımı pişirmeden önce üzerine tülbent sererek bir gün bekletin.
3. Sonrasında karışımı orta ateşte pişirin.
4. Piştiğinde yemeği ocaktan indirip sıcak servis edin.

Kibbe Blebni (Suriye)43



Malzemeler:

- 4 bardak tuzlu yoğurt
- 1 ½ l su
- 2 bardak köftelik bulgur
- ½ kg dana kıyma
- 1 ay bardağı pirinç
- 1 kaşık biber salçası
- 1 adet orta boy soğan (ince doğranmış)
- 2 ay kaşığı toz kimyon
- Tadımlik tuz

İç harcı için:

- 2 bardak i yağ (ince kıyılmış)
- 1 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 3 ay kaşığı pul biber
- 3 ay kaşığı kuru nane



Yapılışı:

1. Dış harç için: Bulguru ıslayıp kimyon, salça ve soğan ekleyin. İyice karıştırın. Kıymayı ilave edip özdeşleşinceye kadar yoğurun.
2. İ harç için: İ yağ baharat ve soğanla pişirin. Köfte harcı küçük yumrular halinde yuvarlanarak avuç içerisinde parmakla oyun.
3. Dış harcın içine 2-3 çay kaşığı hazırladığınız iç harcı koyun, diğer ucunu kapatın.
4. Tencereye tuzlu yoğurdu alın ve su ile açın. Pirinç ilave edin ve orta ateşte kaynatarak pişirin.
5. Pişen çorbaya daha önce hazırladığınız köfteleri ilave edin ve 10 dakika kaynatın.
6. Pul biber ve nane ile servis edin.

Çerkez Çorbası(Kafkasya)⁴⁴



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 200 g tavuk göğüs eti
- 1 bardak aşurelik buğday
- 1 bardak mısır(haşlanmış)
- 5 bardak ılık tavuk suyu
- 2 adet yumurta
- 1 kaşık un
- 1 kaşık kızartmalık yağ
- 2 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz
- 2 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı

1. Buğdayı bir gece suda bekletin. Suyunu süzüp yumuşayana kadar haşlayın. Süzüp bir kenara alın.
2. Tavuk etini bol suyla haşlayın. Haşlama suyundan 5 bardak kadarını ayırın. Tavuk etini tiftikleyin (didin)
3. Terbiyesi için: Yoğurt, 2 kaşık haşlama suyu ve yumurtaları bir kaptan çıkararak bir kenara alın.
4. Yağı tencerede ısıtın. Unu ilave edin ve çırpma teliyle sürekli karıştırın. Tavuk suyunu ilave edin. Akışkan kıvam elde edinceye kadar karıştırmaya devam edin. Buğday ve mısırı ekleyip bir taşım kaynatın.
5. Terbiyeyi çorbaya azar azar ilave ederek bir taşım daha kaynatın. Didilen tavuk etini ekleyip 5 dakika daha pişirin. Tuz ve kuru naneyi ilave edip tatlandırın.
6. Birkaç dakika daha pişirdikten sonra ocaktan alın. Sıcak servis yapın.

Şiveydiz (Gaziantep)⁴⁵



Malzemeler

- 3 bardak süzme yoğurt
- 250 g kuzu eti (kuşbaşı doğranmış)
- 1 kg taze sarımsak(ırice kıyılmış)
- 1 kg taze soğan (yeşil yaprakları ince kıyılmış)
- 1 bardak kadar nohut (haşlanmış)
- ½ çay bardağı pirinç
- 1 adet yumurta
- 2 kaşık zeytinyağı
- Tadımlık tuz
- 2 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı:

1. Tencerede eti kendi suyunu çekene kadar pişirin. Tuz ve 5 bardak su ilave edin ve haşlayın.
2. Nohudu, taze sarımsakla eti ilave edin ve yumuşayana kadar pişirin.
3. Ayrı bir tencereye süzme yoğurt, pirinç ve yumurta koyup sürekli çırpma yoğurdun kesilmemesi için yoğurt kaynayana kadar kesintisiz şekilde devam edin.
4. Piştikten sonra diğer tenceredeki malzemeyi yoğurda ilave edin. Biraz kaynatıp ocağın altını kapatın. Daha sonra bir tavada yağı kızdırın.
5. Kızan yağa nane ekleyip tavada biraz çevirdikten sonra üzerine gezdirerek sıcak servis edin.

Düğün Çorbası (Tekirdağ)⁴⁶



Malzemeler

- 200 g kuzu gerdan
- 3 kaşık un
- 3 kaşık yoğurt
- ½ limon suyu
- 1 yumurta
- 6 bardak et suyu
- 1 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Gerdan etini iyice haşlayın ve kemiklerinden diderek ayırın.
2. Tencereye etlerle birlikte et suyunu alın.
3. Diğer tarafta un, yoğurt, yumurta ve limon suyunu iyice çırparak bir terbiye yapın.
4. Üzerine soğuk su ilave edin.
5. Bu karışımı tenceredeki et suyuyla ılıştırarak tencereye sürekli çırparak ilave edin.
6. Tereyağını hafif kızdırıp kırmızıbiber ilave ederek çevirin. İsteğe göre sirke de ilave ederek sıcak servis edin.

Lebeniye Çorbası (Hatay)⁴⁷



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 6 bardak su
- 1 bardak nohut (haşlanmış)
- 1 çay bardağı pirinç
- 1 kaşık un
- 1 yumurta

Köftesi için

- 200 g kıyma
- Tadımlık tuz
- Tadımlık karabiber

Üzeri için

- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı:

1. Kıymaya tuz ve karabiber ekleyip yoğurun. Fındık büyüklüğünde köfteler hazırlayın. Az yağda kızartın.
2. Orta ateşte pirinci yumuşayana kadar pişirin. Pirinçler pişince nohutları ekleyin.
3. Terbiyesi için yoğurt, yumurta ve unu bir kâsede çırpın. Pirinç suyundan da ilave ederek inceltin. Tencereye yoğurtlu karışımı yavaş yavaş ilave edip sürekli çırpmaya devam edin.
4. Köfteleri çorbaya ekleyin.
5. Tereyağını eritip kuru nane ilave edin. Çorbanın üzerine gezdirin ve sıcak servis yapın.

Atala (Özbekistan)⁴⁸



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 2 bardak su
- 3 kaşık un
- 2 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Tereyağını eriterek unu hafif kahverengi kıvam alıncaya kadar kavurun. Ocaktan alın. Yoğurdu ilave edin. Karıştırın.
2. Ocağa tekrar alın suyu ilave edin. Suyu ekleyin ve sürekli karıştırarak kıvam elde edinceye kadar kaynatın.
3. Tuzunu serpererek kaselerde servis edin.

Oğmaç Çorbası (Kastamonu)⁴⁹



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 kaşık süzme yoğurt
- 5 bardak su
- 1 adet yumurta
- 2 kaşık un
- 1 kaşık tereyağı
- 2 kaşık kuru nane
- 1 kaşık tuz
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Düz bir tabağa unu alın. Unun üzerine elinizle su serpiştirin. Unu iki elinizin arasında küçük tanecikler (pirinç gibi) oluşturuncaya kadar ovuşturun.
2. Tencerenize 4 bardak suyu koyup kaynatın. Hazırlamış olduğunuz hamur parçalarını kaynayan suya ilave edin.
3. Yumurtayı iki ayrı kâseye sarısını, beyazından ayırarak kırın. Yumurta sarısını, yoğurt ve süzme yoğurdu koyup çırpın. Tencereden kâseye çorbanın suyundan alıp ılıklaştırın. Ardından kâsedeki karışımı yoğurdun kesilmemesi için tencereye azar azar ilave ederek karıştırın.
4. Tuzu koyup bir taşım kaynatın. Küçük bir yağ tavaında tereyağını eritin. Nane ve pul biberi koyup çorbanızın üzerine serperek servis yapın.

Çortan Aşı (Batman)⁵⁰



Malzemeler

- 1 bardak dövme (aşurelik buğday)
- 4-5 top cortan (kurut, peskutan, keşk) (yaklaşık 250 g)
- 2 kaşık sadeyağ
- 4 diş sarımsak
- 1 kaşık kuru nane



Yapılışı

1. Aşurelik buğdayı 1 gece önceden yıkadıktan sonra ıslayın.
2. Çortanları da bir gece önceden tuzundan arındırmak için suda bekletin.
3. Dövmenin üzerini iki parmak geçecek kadar su ilave ederek karıştırmadan haşlayın. Suyunu çekerse ılık su ilave edin. Dövmenin pişmiş hali pilav ile lapa arası kıvamda olmalı. Pişince de, altını kapatarak demlenmeye bırakın.
4. Çortanın koyu kıvamda ayran gibi olacak şekilde bir miktar suyla topak kalmayacak şekilde rondodan geçirin.
5. Sarımsakları az tuz ile havanda dövün. Yağı bir tavaya alın. Yağ cızırdamaya başlayınca naneyi ilave edin. Kararmadan ocağın altını kapatın.
6. Uygun bir servis tabağına dövmeyi alın. Dövmenin ortasının havuz gibi açın. Çortan ayranını bu boşluğa alın. Sarımsağı ilave edin.
7. Son olarak da naneli karışımı gezdirerek servis edin.

Yoğurt orbası (Abazya)⁵¹



Malzemeler

- 2 bardak dövölmüş buğday
- 2 bardak süzme yoğurt
- 8 bardak su
- 2 kaşıık tereyağı
- 1 kaşıık kuru nane
- Tadımık tuz



Yapılışı

1. Dövölmüş buğday çekilir, bulgur gibi olur.
2. Buğday süzme yoğurt ve tuzla karıştırın. Birkaç gün torbada bekletin ve süzölmesini bekleyin. Sonra sıkarak ince ıtalara üzerinde serip kurutun.
3. orba yapılacağı zaman akşamdan ılık suyla ıslatın.
4. Tencereye su ilave ederek ılıştırdıktan sonra kurutulmuş yoğurdu koyun, karıştırın ve pişirin. Tarhana kıvamında olması gerekir.
5. Üzerine tereyağı gezdirin ve kuru nane serpin. Sıcak servis edin.

Yoğurtlu Balkabağı Çorbası



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 150 g bal kabağı (rendelenmiş)
- 1 adet elma (küp doğranmış)
- 2 çay kaşığı nişasta
- 6 bardak su
- 1 çay kaşığı taze zencefil (rendelenmiş)
- 1 adet soğan (küp doğranmış)
- 2 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı kimyon tohumu
- 3 kaşık kabak çekirdeği



Yapılışı

1. Suyla birlikte zencefili ilave edip 20 dakika kadar kaynatın.
2. Başka bir tencerede tereyağıyla kabağı ve elmayı, 2 kaşık kabak çekirdekleriyle beraber soteleyin. Yoğurdu nişastayla birlikte iyice çırpıttıktan sonra sotelediğiniz karışıma ilave edin.
3. Küçük bir tavada kimyon tohumunu soteleyin ve havanda az tuzla dövün.
4. Yoğurtlu karışımı haşladığınız suya ilave ederek bir taşım kaynatın.
5. Sonrasında el mikseriyle pütürlük kalmayana dek karıştırın.
6. Sıcak olarak kabak çekirdekleriyle kimyonu serperek servis edin.

Ashe Mast (İran)⁵²



Malzemeler

- 4 bardak yoğurt
- ½ bardak pirinç
- ½ bardak mercimek
- 1 kaşık nişasta
- 1 kaşık zeytinyağı
- 1 orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 2 kaşık taze rezene (halka doğranmış)
- 5 bardak sebze suyu (stok)
- 1 adet yumurta
- 8 kaşık taze soğan (ince kıyılmış)
- 4 kaşık kişniş (ince kıyılmış)
- 2 bardak nohut (haşlanmış)
- 3 kaşık nane (ince kıyılmış)
- 4 kaşık tereyağı



Yapılışı:

1. Pirinci, mercimeği ve nohudu haşlayın.
2. Orta ateşte soğan ve rezene yumrusunu öncelikle, pirinci ve mercimeği de ilave ederek 5 dakika daha soteleyin.
3. Isıyı düşürerek sebze suyuyla karıştırın. Yumurtayı, nişastayı ve karabiberi yoğurtla birlikte çırpıp ilave ederek homojen kıvam elde edin.
4. Bu sıvı ılık kıvamda olmalı. Isıyı hafif yükselterek sürekli karıştırarak daha kalınlaşması için 15 dakika daha pişirin.
5. Nohudu, mercimeği ve 4 kaşık yeşil soğanı ve kişnişi ilave edin.
6. Küçük bir tavada da orta ateşte tereyağını eritin ve kalan soğan ve naneleri 3-4 dakika soteleyin. Çorbayla karıştırıp sıcak servis edin.

Tuzlu Yoğurt Çorbası (Hatay)⁵³



Malzemeler

- 1 çay bardağı pirinç
- 1 ½ bardak tuzlu yoğurt
- 2 l su
- 1 diş sarımsak (ikiye bölünmüş)
- 1 kaşık tereyağı
- 2 kaşık nane
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Pirinci sarımsakla birlikte haşlayın. Suyu eksilirse su ilave edin.
2. Tuzlu yoğurdu da ekleyin. Özleşene kadar kaynatın. Özleşince tereyağı ilave edin.
3. Altına kapamaya yakın naneyle birlikte pul biber ilave ederek sıcak servis edin.

Pazı Çorbası (Antakya)⁵⁴



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 demet pazı
- 1 çay bardağı pirinç
- 5 bardak et suyu
- 1 kaşık un
- Tuz



Yapılışı

1. Pazıları yıkayıp kalın sap kısımlarını kesin. Kaynar suda haşlayıp süzün ve soğutun. Pazıları kesme tahtası üzerinde doğrayın.
2. Pirinçleri yıkayıp süzün ve et suyu ile birlikte tencereye koyun.
3. Pirinçler yumuşayınca kıyılmış pazıları ilave edip tuzunu ekleyin ve 5-6 dakika pişirin. Yoğurdu unla çırpıp çorbaya ilave edin.
4. Bir taşım daha kaynatıp sıcak olarak servis yapın.

Kırdo Çorbası (Erzincan)⁵⁵



Mazlemeler

- 2 ½ litre ekşi ayran
- 1 bardak kalın bulgur
- 2 soğan (ince doğranmış)
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- ½ demet dereotu (ince kıyılmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 yumurta
- 1 kaşık un

Üzeri için:

- Çordik otu



Yapılışı

1. Bulgur ve unu derin bir tencerede harmanlayın.
2. Diğer tarafta ayranla yumurtayı çırpın ve tenceredeki karışıma yavaş yavaş ekleyin. Sürekli karıştırarak kaynatın.
3. Soğanları yemeklik doğrayıp tereyağında kavurun.
4. Dereotu ve maydanozu yağ tavasına ekleyin.
5. Karışımı çorbaya ekleyin.
6. Üzerine çordik otu serperek servis yapın.

Ayran Aşı (Van)⁵⁶



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 1 çay bardağı aşurelik buğday
- ½ çay bardağı kadar pirinç (isteğe göre)
- 1 adet kabak
- 1 adet yumurta
- 1 kaşık un
- 2 çay kaşığı nane
- Tadımlık tuz
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 2 kaşık kişnişotu (ince kıyılmış)
- 1 bardak su



Yapılışı:

1. Yoğurdu tencereye koyun. İçine yumurta, un ve tuz ekleyip çırpın. Ayran kıvamına gelinceye kadar su ekleyip karıştırın.
2. Ayrı bir tencerede 15 dakika kadar buğdayı haşlayın.
3. Yoğurtlu karışımın içine buğday, pirinç, maydanoz ve kabakları ekleyip sürekli karıştırarak pişirin.
4. Kaynadıktan sonra karıştırmadan ılımaya bırakın. Kabaklar pişince ocaktan alın. Üzerine az yağ gezdirin ve nane serpin.
5. Yemeklerden önce sıcak veya soğuk olarak servis edin.

Kulak orbası (Malatya)⁵⁷



Malzemeler

İ malzeme (köfte için):

- 200 g yağısız kıyma
- 1 ay bardağı ince bulgur
- 2 ay kaşığı tuz
- 2 ay kaşığı karabiber

Hamur

- 1 bardak un
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 adet yumurta
- ½ bardak ılık su
- ½ kg yoğurt

Pişirmek için

- ½ bardak nohut (haşlanmış)
- 3 bardak et suyu



Yapılışı:

1. Kıyma, bulgur, tuz ve karabiberi yoğurun. Nohut büyüklüğünde yuvarlayın. Kızgın tereyağında kızartın.
2. Hamuru için de un, tuz ve yumurtayı kararak hamur hazırlayın. 1 saat kadar dinlendirin. 3 mm kalınlığında oklava ile açın. 1 cm'lik karelere kesin.
3. Hazırladığınız aya köftesini ve et suyunu bir tencereye alın. Tuzla birlikte köfteyi ilave edin, kaymaklanmasını önlemek için ateşi kısarak ara sıra karıştırın.
4. Ilıyınca içine suyunu yoğurtla karıştırarak ilave edin.
5. Üzerine de kızgın tereyağında çevirdiğiniz pul biberi gezdirin ve nane serpererek servis edin.

Gurati Kadhi (Hindistan)⁵⁸



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- ½ bardak nohut unu
- 4 bardak su
- 1 kaşık şeker
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı taze zencefil (püre haline getirilmiş)
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 kaşık tereyağı (sadeyağ)
- 1 çay kaşığı hardal tohumu
- ½ çay kaşığı kimyon tohumu
- 2 kaşık taze kişniş(ince kıyılmış)
- 1 adet küçük boy çubuk tarçın
- 1 adet bütün küçük boy acı biber



Yapılışı:

1. Yoğurdu nohut unuyla birlikte suyla yoğurdu ilave ederek iyice çırpın. Akışkan bir kıvam elde edin.
2. Tencereyi orta ateşte ısıttıktan sonra yağı ilave edin. Hardal ve kimyon tohumlarını, bütün kırmızıbiberi ve tarçını ilave edin.
3. Yoğurdu tencereye alın. Sonrasında şeker, pul biber ve zencefili de ilave edin. Ateşi düşürüp sürekli çevirerek 10-12 dakika kaynamaya bırakın.
4. Üzerine kişnişleri serpererek servis edin.

Kadhi (Bengal)⁵⁹



Malzemeler

- 1 bardak ekşi yoğurt
- 3 kaşık nohut unu(besan)
- ½ çay kaşığı zencefil (ezilmiş)
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- ½ çay kaşığı acı toz biber
- 3 bardak su
- Tadımlık tuz
- 1 kaşık hardal yağı
- ½ çay kaşığı tane hardal
- 1 kaşık limon kıvrıkları
- 2-3 adet kuru kırmızı biber



Yapılışı:

1. Yoğurdu geniş bir kâsede unu topak olmayacak şekilde çırpın. Suyu ilave ederek karıştırmaya devam edin. Diğer malzemeleri de en son baharat ekleyip iyice çırparak kıvam elde edin.
2. Yağı bir tencerede ısıtın. Hardan tanelerini ilave edin. Sonrasında kırmızıbiberleri de ekleyin.
3. Yoğurt karışımını ilave edin. Kaynamaya başladığında ateşi kısarak dinlendirin.
4. Sıcak ya da soğuk servis edin.

Supa Topcheta (Bulgaristan)⁶⁰



Malzemeler

- 250 g kıyma
- 2 kaşık kırık pirinç
- 2 adet küçük boy kurusoğan (ince rendelenmiş)
- 1 adet yumurta
- 3 kaşık yoğurt
- 1 tepeleme kaşık tereyağ
- 1 adet havuç
- 2 yemek kaşığı un
- 1 çay kaşığı karabiber silme
- 1 çay kaşığı kimyon silme
- 1 çay kaşığı ciprisa
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 3 su bardağı sıcak su



Yapılışı

1. Kıyma derin bir kaba alınır. Üzerine 2 kaşık rendelenmiş soğan, pirinç, karabiber, kimyon, ciprisa, tuz, yumurta akı ilave edilerek yoğurun. Misket büyüklüğünde parçalar alıp yuvarlayarak unun içine atın. Kıymanın hepsi bitince köfteler iyice unlanıp elekten elenir ve kenara alınır.
2. Kalan rendelenmiş soğanı ve havuç tereyağıyla kavurun. 3 bardağı sıcak su ilave edilerek, kaynayan tencereye köfteler yavaşça atın.
3. Yarım saat kadar pirinçler piştiğini kontrol ederek, yumurta sarısı ve yoğurt telle çırpılır ve alıştırma alıştırma çorbaya dökün.
4. Güzelce karıştırdıktan sonra ocağın altı kapatın.
5. Sıcak olarak çorba servis edilir. Üzerine maydanozla süsleyip servis edin.

Shakriya (Suriye)⁶¹



Malzemeler

- 4 bardak yoğurt
- 1 kg dana eti (küp doğranmış)
- 3 bardak et suyu
- 2 kaşık nişasta, (2 kaşık soğuk suyla çırpılmış)
- 1 defneyaprağı
- 4 diş sarımsak (irice dövülmüş)
- 3 kaşık zeytinyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı

1. 2 kaşık zeytinyağını orta ısıda bir tencereye alın. Eti ilave edip kavurun. Yaklaşık 3 bardak et suyuyla birlikte defneyaprağını ilave edin. Etler yumuşayıncaya kadar haşlayın. Gerekirse ılık su ilave edin. Piştikten sonra yaklaşık 2 bardak su kalacağını dikkate alın.
2. Yoğurdu ve sulu nişastayı ete ilave edin. Orta ısıda aynı yönde sürekli karıştırarak pişirmeye devam edin.
3. Kalan 1 kaşık zeytinyağını da sarımsakları 2-3 dakika soteleyin. Çorbaya ilave edin.
4. Sıcak servis edin.

Soğuk Çorbalar

Soğuk Ayran Aşı (Tokat)⁶²



Malzemeler

- 1 kg süzme yoğurt
- 2 bardak su
- 3 bardak aşlık buğday ya da iri bulgur (haşlanmış)
- 1 çay bardağı nohut (haşlanmış)
- ½ demet dereotu
- 1 demet semizotu (isteğe göre)
- 4-5 adet taze nane
- 3 çay kaşığı kaya tuzu



Yapılışı:⁶³

1. Yoğurdu derin bir kaptan suyla birlikte çırpın.
2. Dereotu, semiz, reyhanı incecik doğrayıp yoğurda ilave edin.
3. Tuzu, kuru naneyi, buğday ve nohudu ilave edin. Hepsini karıştırın.
4. İçine buz koyarak soğuk servis edin.

Cacık (Anonim)⁶⁴



Malzemeler

- 4 adet salatalık
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak su (süzme yoğurt kullanılırsa 3 bardak su)
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:⁶⁵

1. Salatalıkları soyarak, bir tarafını koparmadan dörde bölün ve çok ince doğrayın.
2. Yoğurdu güzelce karıştırdıktan sonra salatalığı yeterli miktarda tuzla yoğurda karıştırın.
3. Sarımsağı tuzla döverek 1-2 çay kaşığı zeytinyağıyla birlikte yoğurdun üzerine dökün. İyice karıştırın.
4. Yoğurt çalkalandıktan sonra salatalığın eklenmesiyle koyulaşırsa su ilave edin.
5. Nane serpererek soğuk servis edin.

Raita (Hindistan)



Malzemeler

- 4 adet salatalık (incecik doğranmış)
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 bardak yoğurt
- ½ kırmızı soğan (ince doğranmış)
- ¼ bardak taze kişniş (incecik kıyılmış)
- 2 kaşık limon suyu
- ¼ çay kaşığı toz kişniş
- ¼ çay kaşığı kimyon
- ¼ çay kaşığı karabiber
- 1 fiske muskat
- Tadımlık tarçın ve/veya kakule



Yapılışı:⁶⁶

1. Salatalıkları tuzlayın iyice karıştırın, yarım saat kadar dinlendirin. Soğuk sudan geçirin. Süzün.
2. Salatalık, yoğurt ve tüm malzemeleri karıştırın.
3. Tarçın veya kakule serpererek soğuk servis edin.

Ab-dough Hyar (İran)⁶⁷



Malzemeler

- ½ bardak ceviz
- ¼ bardak kuru gül (öğütülmüş)
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 ½ bardak buz
- ½ bardak çekirdeksiz kuru üzüm
- 1 bardak salatalık (ince doğranmış)
- 3 kaşık nane (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı karabiber (isteğe göre)
- 3 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı toz sumak



Yapılışı:

1. Cevizleri tavada çevirin. Soğuduktan sonra irice kıyın.
2. Gül yapraklarını da küçük bir kâsede soğuk suyla yumuşayınca kadar 20 dakika kadar bekletin. Suyunu süzün.
3. Geniş bir kâsede de yoğurdu buzlu su ile karıştırın. Üzüm, salatalık, nane, dereotu, maydanoz, ceviz, tuz ve karabiberi gülleri de ilave edip buzdolabında bir saat kadar bekletin.
4. Derin kâselerde üzerine sumak serpererek servis edin.

Okroshka (Rusya)⁶⁸



Malzemeler

- 2 bardak yayık ayranı
- 8 adet bıldırcın yumurtası
- 4 adet salatalık (1 jülyen doğranmış, 1 ince dilimlenmiş)
- 2 bardak maydanoz, dereotu, kuzukulağı, kereviz yaprakları
- 1-2 kaşık turp (rendelenmiş)
- 1-2 kaşık acı Rus hardalı
- 4-5 adet turp (jülyen doğranmış)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:⁶⁹

1. Küçük bir kaptan buzlu su doldurun. Yumurtaları içine alın.
2. Orta ateşte yumurtaları 3 dakika haşlayın. Hızlıca haşladığınız yumurtaları sıcak sudan alarak bulu suya alın. İyice soğuduktan sonra soyun. İkiye bölün.
3. Bir kâsenin üzerinde kevgire salatalıkları alın ve bastırarak suyunu kâseye süzerek elde edin.
4. Bir mikserde yeşillikleri 2 kaşık suyla 20–30 saniye çekin.
5. Geniş bir kâsedede de yayık ayranını salatalık suyu, turp ve hardalla karıştırın. Yeşilliklerin püresini tuzlayıp ilave edin. Buzdolabına alın.
6. Jülyen doğradığınız salatalık, turpları kâselere paylayıp soğuk çorbayı dökün ve yumurta ve yeşilliklerle servis edin.

Chalop (Özbekistan)



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 8 bardak soğutulmuş buzlu su (kaynadıktan sonra buz yapılmış)
- 2 adet salatalık (ince doğranmış)
- 2 adet bebe turp (ince dilimlenmiş)
- 4 kaşık taze soğan (ince dilimlenmiş)
- 4 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 4 kaşık kişniş (ince kıyılmış)
- 4 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:⁷⁰

1. Yoğurdu, tuz ve pul biberle karıştırın. Buzlu su ilave ederek çırpmaya devam edin.
2. Salatalıkları, turpu ve ince doğradığınız yeşillikleri de ilave edin.
3. Buzdolabında dinlendirip soğuk servis edin.

Tarator orbası (Bulgaristan)⁷¹

Malzemeler

- 4 bardak yoğurt
- 1 bardak su
- 3 adet salatalık (soyulmuş, ince doğranmış)
- 1 diş sarımsak (incecik kıyılmış)
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 kaşıık dereotu (ince kıyılmış)
- 4 adet ceviz (irice dövölmüş)
- 1 kaşıık zeytinyağı

• Yapılışı

1. Tüm malzemeleri iyice karıştırın. Üzerine zeytinyağı gezdirin ve soğuk servis edin.

Gaspacho

Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 3 adet domates (soyulmuş)
- 4 kaşıık fesleğen(ince doğranmış)
- ½ kaşıık sirke
- 3 kaşıık taze soğan(ince doğranmış)
- 2 kaşıık ayekirdek (kavrulmuş)
- 2-3 parça buz
- İsteğe göre ½ bardak su

• Yapılışı:

1. Domates, soğan ve fesleğenin yarısını tuzla birlikte blendırdan geçirin.
2. Buzu, suyu(isteğe göre) sirke ve yoğurdu da ilave ederek ikinci kez blendırdan geçirin.
3. Karışımı kaselere alın ve ayekirdeklerini üzerine gezdirin.
4. Fesleğen ve soğanı serperek soğuk servis edin.

Madımak Cacığı (Sivas)⁷²



Malzemeler

- ½ kg süzme yoğurt
- ½ kg madımak
- 1 bardak kalın bulgur (haşlanmış)
- 2 adet salatalık (rendelenmiş)
- 2 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı:

1. Madımağın yapraklarını dallarından koparın. Sert olan yaprakları tuzla ovun ve yoğurarak yumuşatmaya çalışın veya 5 dakika kadar haşlayıp süzün.
2. Üzerine bulguru ve soyup rendelediğiniz salatalığı ilave edip iyice karıştırın.
3. Diğer taraftan, süzme yoğurt, su, tuzla dövülmüş sarımsağı derin bir kapta çırparak karıştırın.
4. Sosu madımağın üzerine aktarıp karıştırın. Kuru nane serpererek üzerine zeytinyağı gezdirin. Soğuk servis edin.

Mast Musir (İran)⁷³



Malzemeler

- ½ bardak ceviz
- ¼ bardak kuru gül (öğütülmüş)
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 ½ bardak buz
- ½ bardak çekirdeksiz kuru üzüm
- 1 bardak salatalık (ince doğranmış)
- 3 kaşık nane (ince kıyılmış)
- 3 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı toz sumak



Yapılışı

1. Cevizleri tavada çevirin. Soğuduktan sonra irice kıyın.
2. Gül yapraklarını da küçük bir kâsede soğuk suyla yumuşayınca kadar 20 dakika kadar bekletin. Suyunu süzün.
3. Geniş bir kâsede de yoğurdu buzlu su ile karıştırın. Üzüm, salatalık, nane, dereotu, maydanoz, ceviz, tuz ve karabiberi gülleri de ilave edip buzdolabında bir saat kadar bekletin.
4. Derin kâselerde üzerine sumak serpererek servis edin.

Chalop (Özbekistan)⁷⁴



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 8 bardak soğutulmuş buzlu su (kaynadıktan sonra buz yapılmış)
- 2 adet salatalık (ince doğranmış)
- 2 adet bebe turp (ince dilimlenmiş)
- 4 kaşık taze soğan (ince dilimlenmiş)
- 4 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 4 kaşık kişniş (ince kıyılmış)
- 4 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Yoğurdu, tuz ve pul biberle karıştırın. Buzlu su ilave ederek çırpmaya devam edin.
2. Salatalıkları, turpu ve ince doğradığınız yeşillikleri de ilave edin.
3. Buzdolabında dinlendirip soğuk servis edin.

Aka Jajuk (Ermenistan)⁷⁵



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 2 orta boy salatalık (çekirdekleri çıkarılmış, küp doğranmış)
- ½ bardak kırmızı soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 3 kaşık nane (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı limon suyu
- Tadımlık tuz ve beyaz biber



Yapılışı:

1. Yoğurdu salatalık ve soğanla iyice karıştırın.
2. Aromatik diğer malzemeleri de ilave ederek, buzdolabında 2-3 saat bekletip özdeşleşmesini sağlayın.
3. Soğuk olarak servis edin.

Mehir Çorbası (Mardin)⁷⁶



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 5 bardak et suyu
- ½ bardak dövme
- ½ bardak yarpuz
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı kuru nane



Yapılışı:

1. Dövmeyi 2-3 saat önceden ıslatın. Sabah et suyuyla yumuşayınca kadar pişirin.
2. Yoğurdu çorbanın ılık suyuyla ezin., çorbaya ilave edin. Pişirmeye devam edin. Sonrasında yarpuzu ilave ederek bir taşım kaynatın. Kaynayınca tuzunu atıp kâselere alın.
3. Yağı kızdırarak naneyi ilave edin. Hafif çevirerek ateşten alın. Çorbanın üzerine gezdirerek sıcak ya da soğuk servis edin.

Tzatziki (Yunanistan)⁷⁷



Malzemeler

- 3 adet salatalık (ince doğranmış)
- Tadımlık tuz
- 2 bardak süzme yoğurt
- 2-3 diş sarımsak (ikiye bölünmüş, ezilmiş, tuzla yedirilmiş)
- 2 kaşık taze nane (ince kıyılmış)
- Tadımlık karabiber
- 2 kaşık ekstra sızma zeytinyağı
- 6-8 parça buz
- 1 bardak su



Yapılışı:

1. İnce kıydığınız salatalıkları tuzlayın ve 15 dakika kadar süzgeçte bekletip kurulayın.
2. Yoğurt ve sarımsağı nane ve zeytinyağıyla tuzu iyice çırpın. Böylece meze elde etmiş olacaksınız.
3. Çorba olarak servis etmek için de cacığı çorba kâselerine eşit paylayıp her birini 1-2 buz ve biraz su katmanız yeterli olacaktır.



Ana Yemekler

Yuvarlama (Yuvalama) (Gaziantep)



Malzemeler

- 3 bardak süzme yoğurt
- ½ bardak nohut (1 gece önceden ıslatılmış)
- 1 kg kemikli et (kuşbaşı doğranmış)
- ½ bardak pirinç
- 1 adet yumurta
- 3 kaşık tereyağı
- 2 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 4 çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı karabiber
- 2 kaşık kuru nane
- 12 bardak su

Yuvarlama için

- 2 bardak pirinç
- 250 g kıyma (ince çekilmiş)
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:⁷⁸

1. Nohudu ve pirinci bir gece önceden ıslatın. Pirinci sonrasında yıkayın
2. Etleri 6 bardak su ve tuzla haşlayın. Kaynamaya başlayınca suyun

üzerinde oluşan köpükleri kevgirle alın. Sonrasında nohudu ilave edip yumuşayınca kadar pişirin.

3. Et pişerken yuvalamanın köftesini hazırlayın. Pirinci köftelik bulgur büyüklüğünde dövün. Pirinci kıyma, soğan, tuz ve karabiberle iyice karın. 1-2 kaşık su ekleyip orta yumuşaklıkta hafif elastik bir hamur oluşuncaya kadar 20 dakika kadar yoğurun. Üzerine kurumaması için nemli bir bez örtün.
4. Hamurundan elinizi ıslatıp nohut büyüklüğünde köfteler yuvarlayın.
5. Elde ettiğiniz kalan 5 bardak et suyunu tencereye alıp fokurdatmadan köfteleri ilave edin. Köfteleri ve haşlama suyunu nohutlu karışıma ekleyin. Kısık ateşte kapağı açık olarak 15-20 dakika pişirmeye devam edin.
6. Diğer tarafta yoğurt ve yumurtayı ayrı bir kapta haşlama suyundan 2 kaşık ilave ederek iyice çırpın.
7. Yoğurdu yemeğe ilave ederken sürekli karıştırın. Kaynamaya yakın ocaktan alın.
8. Yağı bir tavada eritip naneyi hafifçe kavurup yemeğin üzerine serperek sıcak servis edin.

Suriye’de bu tarife benzerlik gösteren *Kubbah labani-yah* adıyla kuzu etinden köfte, mısır unu, bulgur ve et suyu kullanılarak yoğurtla yapılıyor.

Elbasan Tava (Balıkesir)⁷⁹



Malzemeler

- 1 ½ bardak yoğurt
- 5 kaşık tereyağı
- 6 parça kuzu eti
- 1 orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 2 adet yumurtanın akı
- ½ çay kaşığı tuz



Yapılışı:⁸⁰

1. Eti ve soğanı tavada kendi suyunda kısık ateşte pişmesine yakın tuzu ilave ederek pişirin.
2. Eti bir tepsiye alın.
3. Yoğurdu bir kapta un ve yumurtayla çırpın ve etin üzerine dökün.
4. Önceden ısıtılmış fırında 180 derecede 20 dakika kadar pişirin.

Tave Kosi (Arnavutluk)



Malzemeler

- 1 kg yoğurt
- 1 kg kuzu eti
- 4 kaşık tereyağı
- 2 kaşık pirinç
- 1 kaşık un
- 4 kaşık tereyağı
- 5 adet yumurta
- Tadımlik tuz ve karabiber



Yapılışı:⁸¹

1. Eti tuz ve karabiberleyin. Fırında yarı pişmiş olarak hazır edin.
2. Eti yarı pişmiş olduğunda pirinci ekleyip bekletin.
3. Yoğurt sosu hazırlamak için: Unu tereyağında soteleyin. Yoğurdu ilave edip yumurta tuz ve biberle birlikte akıcı yumuşak bir kıvam elde edin.
4. Bu sos karışımını fırın kabına alın önceden ısıttığınız fırında yaklaşık 200 derecede 45 dakika pişirin.
5. Sıcak servis edin.

Simit Tiridi⁸² (Kastamonu)⁸³



Malzemeler:

- 2 adet Kastamonu simidi
- 1 bardak kemik suyu
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak kıyma (kavrulmuş)
- 2 kaşık tereyağı.



Yapılışı:⁸⁴

1. Simitleri bir tabağa küçük parçalar halinde doğrayın. Kemik suyu bu simitlerin üzerine dökün.
2. Bunun üstüne sarımsaklı yoğurt ve onun üstüne de kavrulmuş kıyma dökün.
3. En üste ise eritilmiş tereyağı dökerek servis edin.

Yogurtlitava (Makedonya)⁸⁵



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 250 g dana eti
- 5 yumurta
- 1 bardak pirinç (yıkamış)
- Tadımlık tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 adet soğan (ince doğranmış)



Yapılışı:⁸⁶

1. Et ile yapılacaksa, eti ayrı olarak hazırlayın:

Eti haşlayın (daha sonra pişmeye devam edeceği için tam pişmemelidir.), sonra parçalara ayırın, bir süre daha pişirmeye bırakın. Sığır ve dana etini bu şekilde hazırlayın. Eğer kuzu eti kullanırsanız, önce eti haşlayın, sonra biraz yağ, su ve baharatla kısa bir süre fırında pişirin.

2. Başka bir derin kapta yumurtaları iyice çırpıttıktan sonra yoğurdu ilave ederek iyice karıştırın.

3. Pilavın hazırlamak için: Soğanı bir tavada kavurun, pirinci ekleyin ve taneler birbirinden ayrılmaya başlayana kadar kavurun. Tuz ve karabiberi, 2 bardak suyu (etin piştiği) ekleyin ve ara sıra karıştırarak kaynayana kadar bekletin.

4. Üzerine yumurta ve yoğurt karışımı dökün, istenirse biraz tuz ve karabiber ekleyin. Önceden ısıtılmış fırında 220 derecede yarım saat kadar pişirin. Altın rengi aldığı anda fırından çıkarın. Varsa taze soğan ile yemeği dilimleyip sıcak servis edin.

Alenazik (Gaziantep)⁸⁷



Malzemeler:

- 4 adet patlıcan
- 250 g kıyma,
- 2 bardak yoğurt
- 1 kaşık salça
- 3 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz.



Yapılışı:⁸⁸

1. Yıkayıp kurulanmış patlıcanları bıçağın ucuyla delinerek kömür ateşinde, ocağın üzerinde veya fırında yumuşayıp kabukları yanıncaya kadar pişirin.
2. Közlenen patlıcanların kabuklarını soyup incecik kıyın ve servis tabağına alın.
3. Bir tavada kıymaya salça, tuz ve çok az zeytinyağı ilave edin ve kavurun.
4. Diğer bir kaptaki süzme yoğurt ezin ve dövülmüş sarımsak ve tuz ekleyin.
5. En üste de kıymalı sos ilave edin ve sıcak olarak servis edin.

Kumbursiye (Hatay)



Malzemeler

- 200 g tuzlu yoğurt
- 300 g kuzu eti (kuşbaşı doğranmış)
- 10-12 adet arpacık soğan (ikiye bölünmüş)
- 3 adet patates (küp doğranmış)
- 4-5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı kuru nane
- 2 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı kuru nane
- 5 bardak sıcak su
- Tadımlık tuz



Yapılışı:⁸⁹

1. Eti haşlayıp kabuğu soyulan soğanlar ve sarımsakla soteleyin.
2. İçine patatesleri ilave edin. Et haşlama suyuyla birlikte kavranan soğanların üzerine döktükten sonra tuzlu yoğurdu ilave edin. Bir taşım kaynatın.
3. Nane ve pul biberi tereyağında hafifçe çevirip üzerine dökerek servis edin.

Mansaf (Ürdün)



Malzemeler

- 1 kg kuzu eti (kuşbaşı doğranmış)
- 250 g keş (sıvılaştırılmış)
- 250 g süzme yoğurt
- 2 bardak Basmati pirinci
- 2 bardak nohut (haşlanmış)
- 3 adet yufka
- 1 adet soğan (dörde bölünmüş)
- 3 kaşık tereyağı
- 3 adet defne yaprağı
- 2 kaşık zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tane yenibahar
- 1 çay kaşığı tane karabiber
- 1 adet yumurta
- 1 çay kaşığı safran
- 4 kaşık file badem
- 2 çay kaşığı kırmızıbiber
- 1 kaşık limon suyu
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)



Yapılışı:⁹⁰

1. 1 kaşık zeytinyağıyla orta ateşte et dilimlerini ve soğanları hafifçe çevirin. Yarım litre su, defne yaprağı, yenibaharı, karabiber ve yarım çay kaşığı tuzu ilave edin.
2. Çok kısık ateşte, etler tamamen yumuşayınca kadar tencerenin kapağını kapatıp pişirin. Piştikten sonra yüzeyde biriken yağı alın.
3. Bu arada pirinci ılık suda beklettikten sonra durulayın. 2 kaşık tereyağı ve kalan zeytinyağıyla pirinci kavurun. Bir parmak geçecek şekilde su ilave ederek pişirin. Ocaktan alın ve nohudu ilave ederek tencerenin kapağını kapatın.
4. Keş peyniri, yoğurt ve yumurtayı et suyundan iki kaşık ekleyip iyice çırpın. Bu karışımı et suyu karışımına azar azar ilave edip en son olarak da safranı ekleyin. Kısık ateşte kaynamaya bırakın. Sos koyulaşınca kadar aralıklarla karıştırıp pişirin.
5. Pirinç piştiği sırada bademleri küçük bir tavada kalan tereyağı, kırmızıbiber ve bir tutam tuzla beraber kavurun. Ocaktan alın.
6. Yufka ekmeğini yuvarlak metal bir tepsiye her tarafını kaplayacak şekilde serin. Nohutlu pilavı kenarlarından ekmek görünecek şekilde üstüne dökün.
7. Limonu pilavın üstüne sıkın. Kuzu etini pilavın üstüne dizin.
8. Üzerine maydanoz ve bademli sosu gezdirerek servis edin.

Kirde (İzmir)⁹¹



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 kg dana bonfile(julyen doğranmış)
- 4 adet orta boy mantar (ince doğranmış)
- 4 adet kapya biber (halka doğranmış)
- 4 adet çarliston biber (halka doğranmış)
- 1 küçük boy soğan (ince kıyılmış)
- 1 bardak et suyu
- 1 çay kaşığı pul biber
- 2 kaşık tereyağı
- ½ çay bardağı sıvı yağ
- Tadımlık tuz
- Tadımlık karabiber
- 3 dil sarımsak

Akıtma hamuru için:

- 2 bardak un
- 1 bardak yoğurt suyu
- Tadımlık tuz



Yapılışı:⁹²

1. İlk önce lalanga hamurunu hazırlayın. Un, yoğurt suyu ve tuzu çırpın.
2. Krep tavaında krep gibi pişirin.
3. Dana etini tavada soteleyin.
4. Önce içine soğanı, mantar ve biberleri ilave edin. Biraz çevirdikten sonra et suyunu ilave edip pişirin.
5. Et piştikten sonra hazırladığınız lalanga hamurunu orta boy bir tepsiye yerleştirin. Üzerine pişen etli harcı bir sıra koyun.
6. Tekrar bir sıra hamur koyup bu işlemi 3 kat olana kadar tekrar edin. En üstte hamur olacak şekilde sonlandırın.
7. Önceden 200 derecede ısıttığınız fırında 10 dakika pişirin.
8. Fırından çıktıktan sonra üzerine sarımsaklı yoğurt koyun. Tereyağı ve pul biberi ilave ederek sıcak servis edin.

Tirit⁹³ (Konya)⁹⁴



Malzemeler:

- ½ kg et (kuşbaşı doğranmış)
- ½ kg yoğurt
- 1 adet kurutulmuş ekmek
- 2 adet kuru soğan (ince doğranmış)
- 1 demet maydanoz (yaprakları ince doğranmış)
- 2 kaşık tereyağı
- 4 diş sarımsak(ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı nane



Yapılışı:⁹⁵

1. Etler suyunu çekip iki parmak geçecek kadar suyu kalınca etleri yumuşayınca kadar pişirin.
2. Bayat ekmeği küçük kareler halinde doğrayıp fırınlayın. Servis tabağına yayın.
3. Tereyağında tuz, nane ve karabiberi kızdırın. Haşladığınız etleri suyuyla birlikte kızartılmış ekmeklerin üzerine alın.
4. Yemeğin üzerine sarımsaklı yoğurt dökün ve soğan ve maydanozları da yemeğin üzerine ekleyin ve servise sunun.

Çökertme⁹⁶ (Bodrum Kebabı) (Muğla)⁹⁷



Malzemeler

- 400 g antrikot (şerit kesilmiş)
- 1 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 3 büyük boy patates (ince, şerit kesilmiş)
- 2 kaşık zeytinyağı
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 3 çay kaşığı kırmızıbiber
- 2 çay kaşığı kekik
- 3 kaşık sirke
- Patates kızarması için sıvıyağı
- Tadımlık tuz

Domates sosu ve servis için

- 1 kaşık domates salçası
- 1 bardak rendelenmiş domates
- 2 kaşık zeytinyağı
- 4 adet sivri biber
- Sarımsaklı yoğurt



Yapılışı:⁹⁸

1. Sarımsak ve soğanı üzerine yağı ve sirkeyi de koyduktan sonra etleri ilave edin ve karıştırıp streç film ile kapatın. Etleri en az 1 saat olacak kadar dinlendirin.
2. Daha sonra zeytinyağını küçük bir tavada kızdırın ve salçayı ilave edip kavurun. Domates rendesini ilave ederek suyunu çekinceye kadar karıştırarak pişirin. Tuzunu ilave edin karıştırın ve ocaktan alın.
3. Patatesleri kibrit çöpü şeklinde doğrayın. Bol yağda kızartın.
4. Büyük ve geniş bir tavada yağı kızdırın. Etleri ilave edip sotelemeye başlayın. Etler kendini çekmeye başlayınca baharatlarını da ilave edin, 2 dakika daha pişirin.
5. Servis tabağına ilk olarak domatesleri alıp üzerine sarımsaklı yoğurt dökün.
6. Domates sosunu ve sotelediğiniz etleri ilave ederek servis yapın.

Laban Immo (Filistin)⁹⁹



Malzemeler

- 3 kaşık zeytinyağı
- ½ kg kırmızı et (kuzu, dana vb.) (kuşbaşı doğranmış)
- 6 bardak et suyu
- 1 defneyaprağı
- 4 diş sarımsak (püre edilmiş)
- 1 kg yoğurt
- 2 kaşık mısır nişastası (2 çorba kaşığı suyla seyreltilmiş)
- Tadımlık tuz
- Sunum için pirinç (pişmiş) ve ince dövülmüş ceviz veya fıstık



Yapılışı:¹⁰⁰

1. 2 kaşık zeytinyağını orta ateşte etleri mühürleyin. (yaklaşık 3-5 dakika) Sonrasında çevirip diğer yüzünü de mühürleyin. Yaklaşık 3 bardak su ilave edin. Defneyaprağını da ilave edip etler yumuşayınca kadar pişirin. Sıkça karıştırın. Suyu azalırsa ilave edin. Yaklaşık 2 bardak civarında et suyu kalmalı.
2. Yoğurt, sulandırdığımız nişasta ve etle karıştırın. Kısık ateşte fokurdatmadan sürekli karıştırarak pişirin.
3. Küçük bir tavada da 1 kaşık yağla sarımsağı 2-3 dakika soteleyin. Çorbanın üzerine gezdirerek pirinçle servis edin.

Yoğurtlu Kupes (İzmir)



Malzemeler

- 6 adet orta boy bütün kupes balığı (temizlenmiş)
- ¾ bardak mısır unu (elenmiş)
- 1 bardak kızartma yağı
- 1 çay kaşığı tuz

Sos için:

- 1 bardak yoğurt
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 kaşık tereyağı



Yapılışı:¹⁰¹

1. Tuz ve mısır ununu bir kabın içinde karıştırın. Eleyin.
2. Temizlenmiş kupes balıklarını elenmiş mısır unu tuzlu karışıma daldırıyoruz.
3. Kızartma yağın tavaya alın ve kızdırın.
4. Kızdırdığınız tavaya balıkları alın ve kızartın.
5. Sarımsağı dövüp, yoğurtla karıştırın.
6. Balıkların üstüne sarımsaklı yoğurdu dökün.
7. Tereyağını eritip pul biber ile sotelediğiniz karışımı balığın üzerine dökerek servis edin.

Batersh (Suriye)¹⁰²



Malzemeler

- 4 adet patlıcan(közlenmiş)
- 2 bardak yoğurt
- 2 kaşık tahin
- 3 diş sarımsak
- 2 kaşık limon suyu
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 kaşık zeytinyağı
- 450 g kuzu eti
- 3 kaşık tereyağı
- 2-3 adet arpacık soğanı (ince doğranmış)
- 2 kaşık domates salçası
- 1 bardak domates suyu
- ½ çay kaşığı karabiber (taze çekilmiş)
- 1 çay kaşığı zahter

Üzeri için:

- 3 kaşık çam fıstığı
- 1 adet sivri biber (ince kıyılmış)
- 1 adet taze soğan (ince kıyılmış)
- 2 kaşık sadeyağ (eritilmiş tereyağı)



Yapılışı:¹⁰³

1. Patlıcanları 200 derecede çatalla delerek yarım saat kadar pişirin. Kolay soyabilmek için fırından aldıktan sonra streç filmle sararak kabuklarını incecik soyun. Tahta kaşıkla tuzu ve sarımsağı da ilave edip iyice ezin.
2. Patlıcanlara tahin, zeytinyağı, yoğurt, limon suyunu ilave edip iyice karıştırın. Servis yapacağınız kaba yayın.
3. Orta ateşte de bir tavada tereyağını eritin. Soğanı da alarak soteleyin. Kuzu etini ilave ederek orta ateşte çevirin. Salça ve domates suyunu ilave edip etlerin yumuşamasını sağlayın. Karabiber ve zahteri ekleyin.
4. Bu karışımı servis tabağına yaydığınız patlıcanlı karışımın üzerine yayın.
5. Çan fıstıklarının kavurun, pul biber ve taze soğanı üzerine gezdirip erittiğiniz tereyağını üzerine dökerek servis edin.

Etli Pide (Konya)



Malzemeler

- 4 ½ bardak un
- 1 ½ bardak yoğurt
- ½ kaşık şeker
- ½ kaşık kuru maya
- ½ bardak su
- ½ bardak sıvı yağ
- 2 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 3 adet orta boy domates (küp doğranmış)
- 2 ½ bardak kıyma
- 1 kaşık biber salçası
- 2 çay kaşığı karabiber (taze çekilmiş)



Yapılışı:¹⁰⁴

1. Unu geniş bir kaba eleyin ve 2 kaşığı ayırın. Kalan una 1 kaşık tuz ilave edin. Karıştırıp ortasını açın.
2. Maya ve şekeri ¼ bardak ılık suyla ezip unun ortasına alın. Üzerine biraz un serpin, ılık ortamda maya kabarcıncaya kadar yaklaşık 10 dakika kadar bekletin. Yarım bardak yağ ilave edin. Yoğurdu azar azar ilave ederek yumuşak bir hamur elde edin. Ele yapışmaz duruma gelene dek, yaklaşık 8-10 dakika yoğurun. Isıyı koruyup 1 saat kadar mayalanmaya bırakın.
3. Domates, soğan, kıyma, tuz, ¼ bardak suyla salça ve karabiberi karıştırın. Sekize eşit bölün.

Hamuru unlayıp sekiz bezeye ayırın. Her bezeyi hafif unlayıp yarım cm kalınlıkta oval olarak açın. Kıymalı iç harcı hamurun içine kenarları 1 cm kalacak şekilde yayın. Kenarlarını kıvrın.
4. Tepsiyi yağlayıp pideleri yerleştirin.
5. Orta sıcaklıkta fırında 180 derecede yarım saat pişirin.

Çılbır (Anonim)¹⁰⁵



Malzemeler

- 2 ½ bardak yoğurt
- 8 adet yumurta
- 4 bardak su
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık sirke
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- 2 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹⁰⁶

1. Bir tencerede su, tuz ve sirkeyi kaynatın.
2. Bir çorba kepçesini kaynayan suyun içine batırın. Yumurtayı kepçe içindeki suya kırın.
3. Pişince suyu süzüp tabağa aktarın.
4. Yumurtaların üzerine dövülmüş sarımsaklarla birlikte çırpılmış yoğurdu dökün.
5. Tereyağını bir cezvede kızdırıp yoğurt üzerine gezdirin.
6. En son kırmızı toz biber serpip servis yapın.

Taze Soğan Aşı (Antep)¹⁰⁷



Malzemeler

- ½ kg dana eti (kuşbaşı doğranmış)
- 2 kg taze soğan (ince doğranmış)
- 3 bardak süzme yoğurt
- 1 bardak nohut
- 1 kaşık kuru nane
- ½ bardak zeytinyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Bir tencerede eti 6 bardak su ile birlikte haşlayın. Kaynayan suyun köpüğün alın.
2. Daha sonra tencereye nohut da eklenerek yumuşayınca kadar pişirin.
3. Et yumuşayıp nohut pişince soğanları ilave edin ve soğanlar da yumuşayana kadar pişirmeye devam edin.
4. Süzme yoğurdu yumurtayla iyice çırpın ve tencereye ekleyin. Pişirme sırasında yemeğin suyundan azar azar yoğurda ilave edin.
5. Pişen yemeğin üzerine yoğurtlu karışımı sürekli karıştırmaya devam edin. 2 dakika kaynatın, üzerine nane serpererek biraz dinlendirin.
6. Bulgur pilavı ile birlikte sıcak servis yapın.



Pilavlar

Perde Pilavı (Siirt)¹⁰⁸



Malzemeler:

- 1 adet tavuk
- ¾ kg pirinç
- 1 çay bardağı yoğurt
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 çay bardağı tavuk suyu
- 4 adet yumurta
- 2 kaşık kuş üzümü
- 1 kaşık dolmalık fıstık ve badem içi
- 1 çay kaşığı karabiber
- 4 bardak un



Yapılışı:¹⁰⁹

1. İlk önce tavuğu pişirin sonrasında da pilavı tavuk suyuyla pişirin.
2. Soyulmuş badem ve fıstıkları yağda kavurun. Soğumuş pilava badem, fıstık, üzüm, karabiber ve didilmiş tavuk etini ilave edin ve karıştırın.
3. Un, yoğurt, yumurtayı karıştırıp yoğurun. Pilav tenceresinin içine tereyağı sürülerek açılan hamuru serin. Daha sonra hazırlanan pilavı tencerenin içine dökün. Pilavın üzerini hamurla kapatıp fırına verin.
4. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35 dakika pişirin.
5. Dilimleyip sıcak servis edin.

Patates Paça (Kastamonu)¹¹⁰

Malzemeler

- ½ kg patates (haşlanmış, soyulmuş)
- 3 adet yumurta,
- 1 kaşık nişasta,
- 5 kaşık yoğurt
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 3 kaşık tereyağı
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)

Yapılışı:¹¹¹

1. Patatesleri iyice ezin.
2. Ayrı bir kapta da yumurta, nişasta, yoğurt ve sarımsağı ekleyip çırpın.
3. Bu karışımı daha sonra patatesler ile birleştirin ve orta ateşte pişirin. Piştikten sonra üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirin.
4. Pişirme ocakta olabileceği gibi fırında da yapılabilir, yayvan bir kap içine alarak pişirin paçanın altını ve üstünü kızartın.
5. Her iki durumda üzerine maydanoz serperek servis edin.

Ekşili Bulgur Pilavı (Kastamonu)



Malzemeler

- ½ kg siyez bulguru,
- ½ kg yoğurt
- 1 bardak ebegümeci veya kuzu kulağı (ince kıyılmış)
- 2 adet soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık nane (ince kıyılmış)
- 2 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 1 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 kaşık salça
- 2 kaşık tereyağı
- Tadımlık karabiber ve tuz



Yapılışı:¹¹²

1. İlk önce siyez bulgurunu hafif haşlayın. Haşlanmış olan bu bulgura ebegümeci ve yoğurt ile salçayı ilave edin ve fokurdatmadan sulu kalacak şekilde pişirin.
2. Karışım biraz koyulaşınca üzerine yeşillikleri serpin.
3. Ateşten alın ve biraz dinlendirin. Karabiber ve eritilmiş tereyağı ilave ederek sulu pilav olarak sıcak servise alın.

Tah Chin (İran)¹¹⁴



Malzemeler

- 4 bardak pirinç
- 3 bardak yoğurt
- 400 g kuzu eti (kuşbaşı doğranmış)
- 2 adet yumurta
- 1 çay kaşığı safran
- 6 kaşık sadeyağ (eritilmiş, köpüğü alınmış tereyağı)
- Tadımlık tuz ve karabiber



Yapılışı:¹¹⁵

1. İlk önce etleri sadece yoğurtla yaklaşık 5 saat kadar her tarafına yedirerek dinlendirin.
2. Diğer tarafta bir buçuk bardak yoğurdu tuz, karabiber ve yarım çay kaşığı safranla iyice çırpın.
3. Pirinci 5-7 dakika kadar çok katı kalmayacak şekilde pişirin. Suyunu süzün.
4. Yarım bardak yoğurdu, 1 bardak pişirdiğiniz pirinç, kalan safran ve yumurtayla çırpın.
5. Bir tencerenin dibine yağı alın. Üzerine yoğurtlu pirinci yerleştirin. Bunun üzerine etleri yerleştirin. Üzerine eti terbiye ettiğiniz yoğurttan 3 kaşığını gezdirin. Sonrasında kalan pirinci ilave edin. Aynı şekilde et-yoğurt-pirinç olarak tencereye yerleştirin. En üstte de kalan yoğurdu safran ve suyla akıtın.
6. Ortasına bir delik açarak, 200 derece 35-40 dakika arası pişirin.
7. Servis ederken pirinci ve eti tabaklara aldıktan sonra safran ve yağ karışımını üzerine gezdirerek sıcak servis edin.

Mastuva(Bingöl)



Malzemeler

- 2 litre ayran
- 2 bardak pirinç
- 125 g tereyağı



Yapılışı:¹¹³

1. Pirinçleri ayıklayıp yıkandıktan sonra geniş bir tencereye bırakın ve ayranı ilave edin. Orta ateşte ocağa alın ve ara verilmeksizin sürekli karıştırın.
2. Ayran kaynamaya başladıktan sonra bir taşım daha kaynatın. Yemek katı hale gelinceye kadar ateşte bırakın.
3. Küçük bir tavada tereyağını eritin.
4. Katılaştıran yemeği ocaktan alın ve ortasını açarak boşaltarak servis kabına alın.
5. Kızarttığınız tereyağını ortasını boşalttığınız yemeğin içine dökerek servis yapın.

Elmalı Köfte (Malatya)¹²¹



Malzemeler

- 2 bardak yarma
- 2 bardak yoğurt
- 4 tane ekşi elma
- 2 kaşık tereyağı
- 2 adet kuru soğan (küp doğranmış)
- 1 kaşık un
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹²²

1. Yarmayı tuzla yoğurun. Nohut büyüklüğünde parçalara ayırın ve yuvarlayın. Elmaları soyun ve büyük parçalar halinde doğrayın.
2. Bir tencerede diğer tarafta 6 bardak suyu ocağa alın. Kaynamaya başlayınca tuz atın. Elmalar ve köfteler ilave edin ve haşlayın.
3. Bu arada başka bir kapta bir kaşık unla yoğurdu iyice çırpın. Köftenin suyundan bir miktar alarak ılıklaştırın. Karıştırarak kaynatın.
4. Kaynayan yoğurdu pişen köftelerin üzerine boşaltın, bir iki taşım kaynatınca ateşten alın. Servis tabağına boşaltın.
5. Soğanları pembeleştirin, haşlama suyundan biraz dahil ederek köftenin üzerine dökün. Sıcak olarak servis yapın.

Biber Borani (Edirne)¹¹⁶



Malzemeler

- 4 bardak manda yoğurdu
- 8 adet tatlı yeşil biber
- 4 adet kapya biber
- 1 adet acı kırmızı biber (ince doğranmış)
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- 4 diş sarımsak (havanda ezilmiş)
- ½ bardak zeytinyağı
- 3 çay kaşığı kuru nane
- 3 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:¹¹⁷

1. Biberleri kor ateşte közleyin. Közlediğiniz biberlerin çekirdeklerini çıkarıp, yanık kısımlarını temizleyin. Rastgele irice kıyın.
2. Bir tavaya yağı yarısını alarak kızdırın.
3. Kızgın yağ bekletmeden sarımsağı ilave edin. İçine naneyi de ekleyip 3-4 dakika daha orta ateşte pişirin.
4. Ocağın altını kapatıp soğuduktan sonra süzme yoğurdu ve maydanozu ilave edin. Karıştırın.
5. Kalan yağ da hafifçe kızdırıp üzerine pul biber ekleyin. Hafifçe kızartıp tabağa aldığımız boraninin üzerine gezdirerek servis edin.

Khoresht-e Mast (İran)



Malzemeler

- ½ bardak süzme yoğurt
- 5 kaşık tereyağı
- 1 bardak et suyu
- 1 adet sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 orta boy soğan (incecik kıyılmış)
- 4 tavuk budu (kemikleri ve derisi ayıklanmış)
- ½ çay kaşığı safran
- 2 bardak ceviz içi (ince kırılmış)
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:¹¹⁸

1. Tencereye butları ilave ederek kapağını kapatıp 20 dakika kadar pişirin.
2. Sosu için: Ceviz içini, sarımsak ve soğanı blenderdan geçirin. Yoğurt ile karıştırın. Et suyunu ilave edin, safranı da ilave edip bir tencerede fokurdatmadan çektin.
3. Butları kısık ateşte 10 dakika daha tutun. Tavuk etlerini çıkarın.
4. Yemeğin suyu ılıdıktan sonra yoğurtlu sosu ilave edip iyice karıştırın.
5. Bir servis tabağında tavukları alın sosunu üzerine serperek ılık servis edin.

Borani Esfenaj (İran)¹¹⁹



Malzemeler

- ½ kg ıspanak
- 1 adet küçük soğan (ince kıyılmış)
- 2 bardak yoğurt
- 3 kaşık ceviz (irice dövülmüş)
- 3 diş sarımsak(ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı kuru nane (iyice öğütülmüş)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹²⁰

1. Ispanak ve soğanı orta ateşte karıştırıp kendi suyunda kavurun. Sonrasında yağı ilave ederek 3 dakika daha pişirin.
2. Sonrasında yoğurtla karıştırın. Sarımsak ve cevizi de ilave edin.
3. Nane serpererek servis edin.

Raan (Pakistan)¹³⁰



Malzemeler

- 1 ½ kg koyun budu
- 1 bardak yoğurt
- 4 kaşık papaya püresi**
- 2 çay kaşığı zencefil püresi
- 1 ½ çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı kişniş tohumu
- 1 çay kaşığı kimyon tohumu
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı Garam masala**
- ½ bardak yağ



Yapılışı:¹³¹

1. Koyun budunu delin ve bir kenarda bekletin.
2. Kişniş, kimyon ve karabiber tohumlarını soteleyin. Aroma ortaya çıktığında ateşten alın ve bir öğütücüde toz haline getirin.
3. Derin bir kâsede yoğurt, papaya ezmesi, zencefil, sarımsak ezmesi, tuz, öğütülmüş baharatlar, toz biber ve garam masala ekleyin. Her şeyi karıştırarak marine sosu elde edin.
4. Budu (raan) marine etmek için hazırladığınız sosla kaplayın ve bir gece buzdolabında bekletin.
5. Ertesi gün yağı büyük bir tavada ısıtın, içine budu ekleyin ve her iki taraftan yaklaşık 5 dakika kızartın.
6. Şimdi 2-3 bardak su ekleyin, kapağını kapatın ve pişmeye başlayana kadar 5 dakika yüksek ateşte pişirin.
7. Ateşi kısın ve yumuşayana kadar pişirin.
8. Tavaya yapışmaması için aralıklarla çevirin.
9. Sonrasında önceden ısıttığınız 200 derece fırını 180 dereceye düşürüp 120-130 dakika fırında pişirin.
10. Hazır olduğunda sıcak olarak servis edin.

Shufoot (Yemen)



Malzemeler

- 3 adet Luhooh ekmeği
- 4 bardak yoğurt
- 2 bardak yoğurt suyu
- 1 ay kaşığı kimyon
- 1 ay kaşığı kişniş
- 1 ay kaşığı tuz
- Gerekirse yoğurdu inceltmek için su
- 1 demet kişniş
- 3 dal dereotu (ince kıyılmış)
- 2 dal nane (ince kıyılmış)
- 1 adet orta boy yeşil biber (ince kıyılmış)
- 1 adet acı biber (ince kıyılmış)
- 5 dal maydanoz (ince kıyılmış)
- 6 adet yeşil soğan (ince kıyılmış)
- 2-3 adet sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 adet domates

Garnitür olarak:

- ½ bardak nar, 2-3 dal nane (ince kıyılmış)



Yapılışı:¹²³

1. Tüm yeşillikleri ve sebzeleri rondodan geçirin. Sonrasında kimyon, kişniş, tuzu ilave ederek özdeşleşmesini sağlayın. İsteğinize göre karabiber ve tuzu damağınıza göre ilave edebilirsiniz.
2. Yoğurdu ve yoğurt suyunu veya ayrıntı geniş bir kâsedede karıştırtın. Rondodan geçirdiğiniz karışımın bir kısmını kıvam elde edinceye kadar ilave edip iyice karıştırtın.
3. Yoğurt karışımını inceltmek için biraz su ilave edebilirsiniz. Sürülebilir biraz daha koyu bir kıvam elde etmelisiniz.
4. Servis edeceğiniz tabakta yoğurtlu sos üzerine luhooh ekmeği ve tekrar sos olmak üzere kat kat sürerek katmanlar oluşturun.
5. Artan yoğurt sosunu buzdolabında bekletin, gerekirse suyla hafif açarak servis etmeden önce üzerine gezdirin.
6. Buzdolabında tutun.
7. Servis etmeden önce nane ve nar çekirdeklerini serperek servis edin.

Mullah (Sudan)¹²⁴



Malzemeler

- ½ kg kuzu kıyması
- ½ çay bardağı et suyu
- 1 bardak yoğurt
- 2 kaşık domates salçası
- 2 kaşık sıvıyağ
- 2 orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 bardak su
- 2 kaşık un
- 2 kaşık fıstık ezmesi
- 1 kaşık pul biber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹²⁵

1. Yağı ısıtıp soğan, sarımsak, kıymayı ilave ederek soteleyin. Suyunu ilave edip 15 dakika kadar pişirin. Unu, et suyunu da ilave ederek sos elde edin. Bu sosa fıstık ezmesini, domates ve yoğurdu ilave edin. İyice karıştırın.
2. Ateşi düşürerek 5 dakika daha pişirerek kalınlaştırın. Tuzunu ve pul biberi ilave edip ekmekle servis edin.

Girit Usulü Kuzu İncik/Oğlak (Yunanistan)



Malzemeler

- 1 kg kuzu incik
- 1 kg süzme yoğurt
- 2 yumurta
- 2 kaşık un
- 2 adet kuru soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık zeytinyağı
- 2 çay kaşığı karabiber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹²⁶

1. Tencerede eti soğan ve zeytinyağı ile mühürledikten sonra su ilave ederek pişirin.
2. Yoğurdu, yumurta ve unu çırpıttıktan sonra ılık et suyundan ekleyin.
3. Sürekli karıştırarak yoğurdu pişirin kısık ateşte ve tereyağı ekledikten sonra yoğurdu et pişince birleştirin.
4. Tuz ve karabiber ile lezzetlendirip 10 dakika pişirdikten sonra ısteğe göre fırına verip üzerini kızartın.

Büryan Tandır (Erzurum)¹²⁷



Malzemeler

- 1 adet bütün kuzu
- 12 bardak süzme yoğurt
- 1 bardak pul biber
- 1 çay bardağı kaya tuzu



Yapılışı:¹²⁸

1. Kuzuyu yüzüldükten sonra, temizleyin.
2. Biberi, tuzu ve yoğurdu biraz sulandırıp her tarafına sürerek yedin. Bir saat kadar dinlendirerek bekletin.
3. Daha önceden yakılmış, dumanı geçmiş tandıra sallandırın. Üzerini sıkıca kapatın. 2-3 saat kadar beklettikten sonra tandırı açın. Çıkartın.
4. Sıcak olarak pilav ve közlenmiş soğanlarla birlikte servis edin.

Neredeyse Hindistan, Pakistan, İran, Tacikistan ve kısmen Orta Doğu'nun birçok ülkesinde biryani kültürü yaygın. Biryani tariflerinde etin yumuşatılıp terbiyelenmesinde ana malzemelerden birisi de yoğurt olarak kullanılıyor. Hayderabadi biryani Pakistan ve Kuzey Afganistan'ın en bilindik tariflerinden...

Dobu (Diyarbakır)



Malzemeler

- 1 kg kuzu budu (parçalara bölünmüş)
- 1 baş sarımsak (tanelere ayrılmış, ayıklanmış)
- 4 kaşık yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 1 kaşık domates salçası
- 4-5 tane karabiber
- Kaynar su (etleri 2 parmak geçecek kadar)
- 3 çay kaşığı tuz
- ½ bardak badem (haşlanmış, kabuğu alınmış)
- 1 kaşık sadeyağ (bademleri kızartmak için)



Yapılışı:¹²⁹

1. Etleri bıçağın ucuyla açıp sarımsakları ve karabiberleri etin içine yerleştirin. Yoğurda bulayıp yarım saat beklettikten sonra mühürlemek için kızartıp tencereye dizin.
2. Salçayı da kaynar suyla ezin. Etlerin üzerine iki parmak geçecek kadar doldurun. 15 dakika yüksek ateşte, sonra orta ateşte etler yumuşayınca kadar pişirin. Tuzunu ilave ederek, 10 dakika kadar daha pişirin.
3. Bademleri tavada pembeleştirin.
4. Pişirdiğiniz etleri tabağa alın ve bademi üzerine gezdirip sıcak servis edin.

Şıhlımahşe (Kilis)



Malzemeler

- 6 adet patlıcan
- 2 bardak yoğurt
- 350 g kıyma
- 2 orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık tereyağı
- 1 demet maydanoz
- ½ demet taze nane
- 2 çay kaşığı karabiber
- 1 bardak et suyu veya su
- 5 diş sarımsak
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹³²

1. Patlıcanların üçünü saplarına dokunmadan ortadan ikiye kesip içini temizleyin. Diğerlerini de ortadan ikiye kesip, orta kısımlarından başlayarak bıçakla üst ve alt taraflarından aralıklı olarak kabuklarını soyun. Karnıyarık usulü ortadan yarısına kadar kesik atın. Tuzlayıp acısının çıkması için suda bekletin.
2. Soğanı bir tavada 1 kaşık tereyağıyla birlikte soteleyin. Kıymayı ilave edip kavurun. Suyunu bırakıp çekince çok ince kıyılmış nane ve maydanozu ekleyin. Tuz ve karabiberle karıştırıp ocaktan alın.
3. Patlıcanları sudan çıkarıp süzün ve içlerini kıymalı harçla doldurun. Tencerede kalan tereyağını eritin. Patlıcanları yan yana dizip suyu ilave edin. Kapağını kapatın. Orta ateşte kaynayınca kadar pişirin. Kaynayınca kısık ateşte pişirmeye devam edin. Ocaktan alıp yarım saat dinlendirin.
4. Sarımsakları dövüp yoğurtla karıştırıp servis edin.

Pakorhas (Hindistan)¹³³



Malzemeler

- ½ bardak nohut unu
- 2 bardak yoğurt
- 1 diş sarımsak (incecik doğranmış)
- 3 adet kabak (halka doğranmış)
- 3 adet patlıcan (halka doğranmış)
- 2 adet soğan (halka doğranmış)
- 1 çay kaşığı garam masala
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşığı toz kırmızı biber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹³⁴

1. Pul biber, zerdeçal, garam masala ve tuzu, nohut unuyla birlikte karıştırın. Eleyin.
2. Geniş bir kâsede yoğurt ve sarımsağı karıştırın. Bu karışıma nohut unlu karışımı ekleyin. Çırpma teliyle iyice çırparak akışkan bir kıvam elde edin. Kıvam elde etmek için yoğurt veya un ilave edin.
3. Kızartma için hazırladığınız karışımı yarım saat kadar dinlendirin. Kullanmadan önce yeniden çırpın.
4. Diğer tarafta soğanları halka, kabak ve patlıcanları da alaca soyup halka doğrayın.
5. Yağı kızdırın.
6. Her bir kızartacağınız sebzeyi karışıma batırın. Derin yağda her iki tarafı da altın rengi alıncaya kadar kızartın.
7. Yağını süzüp hazırlayacağınız yoğurtlu sosla servis edin.

Haşıl (Gümüşhane)¹³⁵



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak buğday
- 3 kaşık tereyağı
- 2 kaşık un
- 2 diş sarımsak(dövülmüş)
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Buğdayları tencereye alıp üzerini geçecek kadar sıcak su ve tuz ilave edin. Düşük ateşte diri kalacak şekilde buğdayların suyunu bir miktar çekmesini sağlayın.
2. Buğdayın üzerine unu da ilave edip kıvam alana kadar karıştırarak pişirin. Ateşten aldığınız tencerenin kapağını kapatın ve buğdayları 5 dakika demlenmeye bırakın.
3. Sarımsakları yoğurtla karıştırın. Tereyağını küçük bir tavada eritin.
4. Dinlenen haşılı tabaklara bölüştürüp üzerine sarımsaklı yoğurdu gezdirin.
5. Son olarak tabağın ortasını havuz gibi açıp buraya da erimiş tereyağı dökerek servis edin.

Perde Pilavı (Siirt)¹³⁶



Malzemeler:

- 1 adet tavuk
- 1 çay bardağı yoğurt
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 çay bardağı tavuk suyu
- 4 adet yumurta
- 2 kaşık kuş üzümü
- 1 kaşık dolmalık fıstık ve badem içi
- 1 çay kaşığı körü
- 4 bardak un



Yapılışı:

1. Tavuk ve pilav pişirilir. Soyulmuş badem ve fıstıklar yağda kavrulur. Soğumuş pilava badem, fıstık, üzüm, baharat ve didilmiş tavuk eti konularak karıştırılır.
2. Un, yoğurt, yumurta ve tavuk suyu yoğrularak hamur haline getirilir. Pilav tenceresinin içine tereyağı sürülerek açılan hamur döşenir. Daha sonra hazırlanan pilav tencerenin içine dökülür. (F:45) Pilavın ağzı hamurla kapatılıp fırına verilir.
3. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35 dakika pişirin.
4. Sıcak servis edin.

Mastuva (Bingöl)¹³⁷



Malzemeler

- 2 l ayran
- 2 bardak pirinç
- 125 g tereyağı



Yapılışı:

1. Pirinçleri ayıklayıp yıkandıktan sonra geniş bir tencereye bırakın ve ayranı ilave edin. Orta ateşte ocağa alın ve ara verilmeksizin sürekli karıştırın.
2. Ayran kaynamaya başladıktan sonra bi taşım daha kaynatın. Yemek katı hale gelinceye kadar ateşte bırakın.
3. Küçük bir tavada tereyağını eritin.
4. Katılaştan yemeği ocaktan alın ve ortasını açarak boşaltarak servis kabına alın.
5. Kızarttığınız tereyağını ortasını boşalttığınız yemeğin içine dökerek servis yapın.

Thayir Sadam (Hindistan)¹³⁸



Malzemeler

- ½ bardak pirinç(haşlanmış)
- 1 bardak lor peyniri
- ½ bardak ılık süt ve ½ bardak soğuk süt
- 1 adet yeşilbiber (ince kıyılmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 kaşık kişniş(ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı zencefil (rendelenmiş)

To temper

- 1 çay kaşığı hardal
- 2 kaşık limon kıvrıkları

Garnitür olarak

- 1 adet orta boy havuç (rendelenmiş)
- 3 kaşık nar
- 1 kaşık kaju(irice dövülmüş)



Yapılışı

1. ½ bardak pirinci yıkadıktan sonra 1 ½ bardak su ve ½ bardak (daha önceden kaynatıp soğuttuğunuz) sütle pişirin. Soğumasını bekleyin.
2. Ilık kıvamda olan pirinci ezin.
3. Pirinci ezdikten sonra ½ kaynatıp ılıştırdığınız sütü ve 1 bardak loru ilave edin.
4. Sonrasında 1 kaşık tereyağını damağınıza göre tuzla ilave edin.
5. Çok kalınlaştırmadan bunu iyice karıştırın. Gerekirse de ¼ bardak daha lor ilave edin.
6. Sonrasında kişnişi, limon kıvrığı, yeşilbiber ve zencefili iyice karıştırın. Bekletin.
7. Küçük bir tavada da 2 çay kaşığı yağla hardalı soteleyin. Pul biberi kalan limon kıvrıklarıyla karıştırıp az yağla soteleyin. Lorlu pirinçle karıştırın.
8. Üzerine de nar ve kajuyu serperek soğuk servis edin.

İspanak Boraniyesi (Hatay)¹³⁹



Malzemeler

- 1 bardak tuzlu yoğurt
- ½ kg ıspanak (yaprakları ayıklanmış)
- 300 g az yağlı et
- 1 büyük baş soğan (ince doğranmış)
- 1 bardak nohut (haşlanmış)
- 1 adet kuru baş biber
- 4-5 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı kuru nane
- Sıvı yağ



Yapılışı:

1. Eti kıymadan daha irice doğrayın. Soğanı pembeleştirin. Eti ilave ederek biraz kavurduktan sonra ıspanağı da ekleyip pişirin.
2. Yemeğin üzerini geçecek şekilde nohutla birlikte su ve tuzlu yoğurt ekleyip kısık ateşte pişirin.
3. Pişmeye yakın kuru nane ekleyin ve sıcak servis edin.

Banjan Borani (Pakistan)¹⁴⁰



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt (¼ ekşi yoğurt olması tercih edilebilir)
- 3 patlıcan (halka doğranmış)
- 3 kırmızı soğan (halka doğranmış)
- 2 çay kaşığı sarımsak
- 3 domates (halka doğranmış)
- 4 yeşilbiber (ince doğranmış)
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- ½ çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı köri
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Yoğurdu 1 çay kaşığı sarımsakla çırpın.
2. Yapışmaz bir tavada yarım bardak yağ ısıtın. Isındığında ısısını düşürün. Dilimlenmiş patlıcanları arkalı önlü 1-2 dakika kızartın. Yağını süzün. Bir kenara alın.
3. Soğanları, yaklaşık 7-8 dakika tavalayın. Sonrasında sarımsakları ilave edip kısa süreli birlikte soteleyin. Domatesi, zerdeçal, pul biber ve tuzu ilave edin. Orta ateşte iyice karıştırıp 5 dakika kadar soteleyin. Domatesler suyunu salmaya başladığında patlıcanları ilave edin. ısısını düşürün. Üzerini kapatarak 10 dakika kadar dinlendirin.
4. Sonrasında tavayı ocaktan alın. Yoğurtla karıştırın. Köriyi serpin. Kuru nane ve pul biberi gezdirerek sıcak servis edin.

Teşrübe (Kilis)¹⁴¹



Malzemeler

- 7 adet patlıcan (alaca doğranmış)
- 1 kg yoğurt
- 1 kg kuzu eti (irice, kuşbaşı doğranmış)
- 2 adet domates
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 adet kuru soğan (ince doğranmış).
- 3 adet sivri biber(halka doğranmış)
- 1 kaşık tereyağı
- 1 kaşık biber salçası.
- 1 kaşık domates salçası
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Patlıcanları bütün halde bol yağda yumuşayana kadar çevirin.
2. Kuşbaşı etleri düdüklü tencerede alın, mühürleyin. Tereyağını ilave edin. Kavurmaya devam edin. Rengi dönünce sırasıyla doğranan soğanlar, biber ve domates salça ve karabiberle tuzu ilave edin.
3. Üzerine bir parmak çıkacak kadar ortalama sıcak su ilave edin. Kapağını kapatın ve pişirilmeye bırakın.
4. Pişen yemeği başka bir tencereye alın. Kızaran patlıcanlar üzerine dizin. Bir taşım kaynayınca ocaktan alın.
5. Tırnak pideler tabağa alın. Pişen yemeğin suyu ile ıslatılır.
6. Üzerine yoğurt gezdirin. En son etler ve patlıcanlar dizin ve sunuma alın.

Fattoush (Lübnan)¹⁴²



Malzemeler

- 2 adet pide veya bazlama(parçalara bölünmüş)
- 2 kaşık zeytinyağı
- ½ bardak yoğurt
- 2 diş sarımsak (ezilmiş)
- 1 kaşık kuru nane
- 1 kaşık sumak
- 3 adet domates (ince kıyılmış)
- 16 adet orta boy salatalık (ince kıyılmış)
- 1 adet yeşilbiber (ince kıyılmış)
- 5 adet turp (ince dilimlenmiş)
- 1 demet roka
- ½ adet marul (ince kıyılmış)
- 2 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- Tadımlık tuz ve karabiber



Yapılışı:

1. Fırını 190°C'de önceden ısıtın.
2. Parçaladığınız ekmekleri pişirme kâğıdına yayın.
3. Zeytinyağını sumakla, tuz ve karabiberi ilave edip iyice çırpın. Bu karışımı ekmeklere yedirin ve 15-20 dakika kadar esmerleşinceye kadar kızartın.
4. Bu arada yoğurt, sarımsak, diğer tüm malzemeleri krutonlar dışında iyice karıştırın. Naneyi bir kâsede tuzu da ekleyip iyice ilave edin.
5. Servise yakın yoğurdu garnitürle karıştırıp sumaklı ekmek krutonlarla birlikte servis edin.

Shafut (Etiyopya)¹⁴³



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 1 kaşık pırasa (ince doğranmış)
- 1 adet taze soğan (ince kıyılmış)
- ½ kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- ½ kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı kimyon tohumu
- 1 çay kaşığı kişniş tohumu
- 2 adet yufka veya bazlama (3 cm kare kesilmiş veya elle parçalanmış)
- 3 kaşık nar veya beyaz üzüm vb
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Yoğurt, sarımsak ve yufkaları yumuşayınca kadar karıştırın.
2. Kişniş ve kimyon tohumlarını soteleyip tüm baharat ve yeşillikleri karıştırıp 5-6 dakika dinlendirin.
3. Hepsinin karıştırın. Üzerine narları serpererek servis edin.

Yoğurtlu Köfte (Anonim)¹⁴⁴



Malzemeler

- 500 g dana kıyma
- 1adet kuru soğan (ince doğranmış)
- 150 g süzme yoğurt
- 2 kaşık galeta unu
- 1adet yumurta
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- 1-2 çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı kimyon

Kızartmak için:

- 6 kaşık kızartma yağı

Servis için:

- 1 bardak yoğurt
- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı toz kırmızıbiber



Yapılışı:

1. Soğan ve maydanozun üzerine kıyma, süzme yoğurt, yumurta, galeta unu, tuz, karabiber ve kimyon ilave edip güzelce yoğurun.
2. Hazırlayıp yoğurduğunuz köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar kopartarak elinizle yuvarlayın. Köfteleri pişirmeden önce yarım saat buzdolabında dinlendirin.
3. Bir kızartma tenceresinde yağ yeterince ısındıktan sonra, köfteleri kızgın yağda her tarafı altın sarısı bir renk alana dek pişirin.
4. Pişen köfteleri kâğıt havlu serdiğiniz bir kaba alın ve fazla yağın süzülmesini sağlayın.
5. Servis için tereyağını bir tavada eritin ve içine toz kırmızıbiberi atın.
6. Köfteleri sıcak olarak bir servis tabağına alın ve üstlerine yoğurt gezdirin ve hazırladığınız tereyağını da gezdirerek servis edin.

Shakriya (Suriye-Filistin)¹⁴⁵



Malzemeler

- 3 kaşık zeytinyağı
- ½ kg kırmızı et (kuzu, dana vb.) (kuşbaşı doğranmış)
- 6 bardak et suyu
- 1 defneyaprağı
- 4 diş sarımsak (püre edilmiş)
- 1 kg yoğurt
- 2 kaşık mısır nişastası (2 çorba kaşığı suyla seyreltilmiş)
- Tadımlık tuz
- Sunum için pirinç (pişmiş) ve ince dövülmüş ceviz veya fıstık



Yapılışı

1. 2 kaşık zeytinyağını orta ateşte etleri mühürleyin. (yaklaşık 3-5 dakika) Sonrasında çevirip diğer yüzünü de mühürleyin. Yaklaşık 3 bardak su ilave edin. Defneyaprağını da ilave edip etler yumuşayınca kadar pişirin. Sıkça karıştırın. Suyu azalırsa ilave edin. Yaklaşık 2 bardak civarında et suyu kalmalı.
2. Yoğurt, sulandırdığımız nişasta ve etle karıştırın. Kısık ateşte fokurdatmadan sürekli karıştırarak pişirin.
3. Küçük bir tavada da 1 kaşık yağla sarımsağı 2-3 dakika soteleyin. Çorbanın üzerine gezdirerek servis edin.
4. Pirinçle servis edin.

Yoğurtlu Nohut Yahnisi (Burdur)¹⁴⁶



Malzemeler

- 2 bardak nohut
- 1 ½ bardak yoğurt
- 1 küçük boy soğan (ince kıyılmış)
- 250 g dana eti (kuşbaşı doğranmış)
- 2 çay kaşığı nane
- Tadımlık tuz
- 2 çay kaşığı nişasta



Yapılışı

1. Eti, üç kaşık yağla et suyunu çekinceye kadar soğanla kavurun. Sonra suyu katın ve eti iyice pişirin. Nohudu ilave edin.
2. Ayrıca bir buçuk bardak yoğurt, ayrı bir kap içerisinde su ile eritilen nişastaya karıştırın ve iyice çırpın.
3. Ocakta kaynamakta olan etli nohudun suyu azsa, su ilave edin. Bunların üzerine yoğurtlu karışımı azar azar dökerek bir taraftan da karıştırılarak fokurdatmadan pişirin. Naneyi serpin.
4. Kapağı kapatın ve ateşten alın. Beş dakika daha karıştırın ve sıcak servis yapın.

Kiraz Yaprğından Köfte (Malatya)¹⁴⁷



Malzemeler:

- 3 bardak köftelik buğday(yarma)
- 4 bardak yoğurt
- 2 adet orta boy kuru soğan (ince kıyılmış)
- 4 kaşık tereyağı,
- 2 kaşık erik ekşisi,
- 1 kaşık toz şeker,
- 2 kaşık un ve tuz.



Yapılışı:

1. Kırık buğday-tuz-suyla yoğrularak fazla sert olmayan bir hamur hazırlayın.
2. Kiraz yapraklarının parlak tarafları içte olacak şekilde içlerine hamur koyarak (uçları içe katlanmadan) kalem gibi sarın.
3. 1 bardak yoğurdu 1 kaşık unla karıştırın. 1 bardak soğuk su ilave edin. 1 kaşık ekşiyi iyice çırpın. Ocağa alın, sürekli karıştırarak fokurdatmadan 15 dakika pişirin.
4. Bir tencereye köfteleri düzenli olarak dizin 1 bardak suyla pişirmeye alın. Orta ateşte 20 dakika pişirin.
5. Soğanları pembeleştirin. Karamelize edin.
6. Piştikten sonra süzgece boşaltın süzün, üzerine soğuk su gezdirin.
7. Sonrasında köfteleri yoğurtlu karışımı ilave edin ve üzerine bir tabak yerleştirin (dağıtılmaması için) ve yoğurtlu karışımı su ilave edip tuz atın ve fokurdatmadan pişirin. Soğanları tereyağında pembeleşinceye kadar soteleyin.
8. Sıcak olarak tabaklara alın. Köftenin suyundan iki üç kaşık pembeleşen soğanla karıştırıp köftelerin üzerine gezdirin. Sıcak servis edin.

Kabaklı Yoğurtlu Köfte (Malatya)¹⁴⁸



Malzemeler:

- ½ kg kabak (kabuğu soyulmuş, küp doğranmış)
- ½ bardak mercimek (haşlanmış)
- 2 bardak yarma (köftelik bulgur)
- 2 kg yoğurt
- 3 diş sarımsak
- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı kırmızıbiber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Yarma, tuz, su ilâvesi ile yoğrulur. Yoğrulan hamur nohut büyüklüğünde parçalara ayırıp yuvarlanmadan gelişigüzel şekil verin.
2. Bir tencereye 5 bardak su koyun. Kaynamaya başlayınca tuz atın ve köfteleri salın. Bir kaç taşım kaynayıncı kabakları ilave edin. Orta ateşte pişirin.
3. Köfte soğuduktan sonra sarımsaklı yoğurt ve mercimek ilave edin ve karıştırın. Servis tabağına alın. Tereyağında yakılmış kırmızıbiber gezdirin.
4. Ilık veya soğuk olarak servis edin.

Keledoş (Van)¹⁴⁹



Malzemeler:

- 250 g dana eti (kuşbaşı doğranmış)
- 2 bardak çökelek (bulamazsanız, süzme yoğurt)
- 1 bardak yeşil mercimek(haşlanmış)
- 1 bardak den (buğday)
- 1 bardak nohut(haşlanmış)
- 1 orta boy kuru soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık tereyağı
- 1 demet pazı otu (ince kıyılmış)
- 3 diş sarımsak(ince kıyılmış)
- Tadımlık tuz, karabiber, pul biber



Yapılışı:

1. Soğanı 2-3 kaşık tereyağıyla kavurun.
2. Soğanlar kavrulduktan sonra eti ekleyip kavurmaya devam edin. 10 dakika eti çevirdikten sonra, yeşil mercimek, buğday, nohut ve ince doğranmış pazı otu ile tuz, karabiber ve üzerini kapatacak kadar su ekleyip 35-40 dakikada pişirin.
3. Piştikten sonra ocaktan aldığınız yemeğin içine çökeleği (bulamazsanız süzme yoğurt) ile sarımsağı ekleyip iyice karıştırın.
4. En son olarak, yemeğin üzerine yağda kızdırılmış pul biber gezdirilerek servis edin.

Mathanga Pachadi (Hindistan)¹⁵⁰



Malzemeler

- ½ bardak bal kabağı (soyulmuş, irice doğranmış)
- 2 adet yeşilbiber
- ½ çay kaşığı zerdeçal
- ½ bardak Hindistancevizi (rendelenmiş)
- ¼ çay kaşığı kimyon tohumu
- 2 adet köri yaprağı (ince kıyılmış)
- ½ çay kaşığı hardal tohumu (havanda dövülmüş)
- ½ bardak yoğurt
- 2 adet kurutulmuş kırmızıbiber
- Hindistancevizi yağı (isteğe göre)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Kabağı bir tencerede az suyla yumuşayıncaya kadar pişirin
2. Bu arada Hindistancevizi püresi yapmak için: Hindistancevizi, yeşilbiber, zerdeçal, kimyonu blenderden geçirin. Püre kıvamı elde edin. .
3. Haşladığınız kabağı, püreyi de dahil ederek 2 kaşık suyla iyice ezin. 3-4 dakika kadar pişirin. Ocağı kapatın, soğumasını bekleyin.
4. Yoğurdu da iyice çırpın, kabaklı karışıma ilave edin.
5. Küçük bir tavada da az yağla, köri yapraklarını, kırmızıbiberi de ilave ederek kısık ateşte kıvam verin. İyice karıştırın.
6. Hardalı serperek pirinçle servis edin.

Bici Aşı (Ankara)¹⁵¹



Malzemeler

- 3 kaşık süzme yoğurt
- 20 tane taze asma yaprağı (ince kıyılmış)
- 1 çay bardağı bulgur
- 4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- Yarım çay bardağı sıvı yağ
- 1 orta boy soğan (ince doğranmış)
- 1 çay kaşığı biber salçası
- 1 tatlı kaşığı domates salçası
- 2 bardak su
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Soğanları bir tencerede kavurun. İçine domates, biber salçası ve kıyılmış asma yaprakları ilave edin. Birkaç dakika karıştırdıktan sonra su koyun ve kaynamasını bekleyin. Bulgur ekleyin.
2. Pişince üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirin, sıcak servis edin.

Göğ Domates Yemeği (Çankırı)¹⁵²



Malzemeler

- 6 adet gök (yeşil) domates
- 2 adet kırmızı domates (olgunlaşmış, küp doğranmış)
- 2 adet küçük boy soğan (küp doğranmış)
- 2 diş sarımsak (irice kıyılmış)
- 1 çay bardağı bulgur (çekilmiş köy bulguru)
- 1 kaşık salça
- Tadımlık tuz
- 1 çay kaşığı pul biber
- Pişirmek için ılık su



Yapılışı:

1. Gök domatesleri üzerini geçecek kadar suyun içinde 20 dakika kadar bekletin.
2. İlk önce soğanı ve sarımsağı bir tencerede kavurun. Olgunlaşmış domatesleri ekleyip biraz daha kavurduktan sonra salçayı ilave edin.
3. 5 dakika daha kavurduktan sonra bulgurla birlikte tuz ve pul biberi ve suyunu ekleyip tencerenin ağzını kapatın. Kısık ateşte pişirin. Çok sulu olmadan ocaktan alın.
4. Üzerine sarımsaklı yoğurt döküp yufkayla servis edin.

Bademjan (İran)¹⁵³



Malzemeler:

- 750 g kuzu eti (parçalara bölünmüş)
- 2 bardak yoğurt
- 4 kaşık bezelye
- 1 adet patlıcan(alaca soyulmuş)
- 5 kaşık tereyağı
- 2 adet soğan (ince kıyılmış)
- 4 bardak et suyu
- 1 çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı karabiber
- 1½ kaşık domates salçası
- ½ çay kaşığı zerdeçal
- 2 kaşık ceviz (irice kıyılmış)



Yapılışı:

1. 1 kaşık tereyağını geniş bir tavada eritin. Soğanları esmerleşinceye kadar kavurun. Eti de ilave edip sürekli karıştırın.
2. Salçayı 1 bardak ılık su ile seyreltin.
3. Bu salçalı karışımı karabiber ve etle beraber ilave edin ve tıngırdıncaya kadar yaklaşık 35 dakika pişirin.
4. Patlıcanları uzunlamasına ikiye ayırın ve yarım cm eninde verev kesin. Geniş kaba su ekleyip patlıcanları serin.Üzerine tuz serperek 30 dakika kadar dinlendirin. Suyunu süzerek kurutun.
5. Bezelyeleri de et suyuna ilave edin ve 20 dakika kadar pişirin.
6. Fırını da önceden 180'de ısıtın.
7. Kalan tereyağıyla patlıcanların her iki tarafını da kızartın. Yağını süzün.
8. Etle bezelyeli et suyunu karıştırın. Kızarttığınız patlıcanları üzerine yerleştirin. 40 dakika kadar pişirin.
9. Yoğurdu da zerdeçalla iyice çırpın. Bezelyeli karışımdan 3 kaşık kadar ekleyip seyreltin. Yemeğin zerine dökerek yemeğin üzerine gezdirin.
10. Cevizleri serperek servis edin.

Cacıklı Köfte (G.Antep)¹⁵⁴



Malzemeler:

- 125 g yağsız koyun kıyması
- 2 bardak köftelik ince bulgur
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı toz karabiber
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- 1 kaşık domates ve biber salçası karışımı
- 1 küçük soğan
- ¾ bardak kızartmalık yağ

Suyu için

- ½ kg süzme yoğurt
- 10 dal pancar yaprağı (doğranmış)
- 1 kaşık yağ
- 1 yumurta
- 3 diş sarımsak



Üzerine

- Kızartmadan artan yağ
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber

Yapılışı:

1. Bir tepside bulgur, tuz, karabiber, kırmızıbiber, salça ve soğanı koyun. Arada ele ılık sudan alarak yoğurun. Bulgur yumuşadığında eti ilave edin. Tutuncaya kadar yoğurun. Fındık büyüklüğünde köfteler yapın. Tuzlu suda haşlayın. Suyunun süzün.
2. Pancar yapraklarını hafif haşlayıp suyunu süzdükten sonra hafifçe tavada çevirin.
3. Yoğurdu yumurtayla ezin. Köftenin suyundan ilave ederek sulandırın. Ateşe koyun. Kaynayınca pancarı ilave edin. Sarımsakları ilave edin. Servis tabağına alın.
4. Haşladığınız köfteleri sadeyağla kızartın. Yemeğin üzerine koyun. Artan yağa kırmızıbiberi atın, bir dakika kadar çevirip ateşten alın. Köftelerin üzerinde gezdirin.

Orman Kebabı (Kilis)¹⁵⁵



Malzemeler

- ½ kg koyun eti (iri kuşbaşı doğranmış)
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 bardak nohut
- 1 bardak su
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kaşık un
- 1 yumurta

Üzeri için:

- 1 kaşık sadeyağ
- 1 kaşık aspir



Yapılışı:

Nohudu akşamdan ılık suyla ıslatın.

Eti nohutla birlikte pişirin. Kaynamaya başlayınca kefini almayı unutmayın. Kapağını örterek et ve nohutlar yumuşayınca kadar pişirin. Tuzunu ilave edin ve 5 dakika sonra ateşten alın.

Yoğurt yumurta ve unu iyice çırpın. Et suyundan da ilave ederek iyice çırpın. Kaynamakta olan yemeğe ilave edin. Birkaç taşım kaynatın.

Yağı kızdırıp aspiri ilave ederek yemeğin üzerine gezdirin ve servis edin.

Labanniyya Rumiyya¹⁵⁶

Ortaçağ İslam mutfağından bir tarif.



Malzemeler:

- ½ kg et
- 4 dal pazı yaprağı
- ½ kg yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 1 bardak pirinç
- Taze nane



Yapılışı:

1. Etleri haşlayın
2. Ardından pazı yapraklarını ilave edin. Pişirin.
3. Tencereden etleri ve pazıyı suyuyla birlikte çıkarın.
4. Tencerede pirinci yıkadıktan sonra kavurun. Yoğurdu da ilave edin ve karıştırıp pilavı pişirin.
5. Et ve pazıyı yeniden tencereye ekleyin. Et suyundan da biraz ilave edip nane yapraklarıyla kısık ateşte pişirin.
6. Yemeği bir tabağa aldıktan sonra üzerine dövülmüş sarımsak ilave ederek sıcak servis edin.

Şerbidev (Şırnak)¹⁵⁷



Malzemeler

- 2 bardak kurut ayrıanı
- 300 g kavurma
- 2 bardak yarma
- 4 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Kurutu akşamdan ıslatın.
2. Yarmayı ayıklayın. Geniş bir tencereye 8 bardak su ve biraz tuz koyun. Su kaynayınca yarmayı ilave edin. Yüksek ateşte bir taşım kaynatın. Sonra ateşi kısın. Buğday iyice yumuşayana kadar pişirin.
3. Geniş bir tepsiye alın. Ortasını havuz şeklinde açın. Tereyağını ayrı bir tavada kızdırın.
4. Ortaya önce ayrıanı koyun. Üzerine tereyağını gezdirin. Pul biber serpin.
5. Kavurmayı parçalayıp kenarlarına koyun. Sıcak olarak servis edin.

Dahi Machi (Bengal)¹⁵⁸



Malzemeler

- 6 adet beyaz balık filetosu*
- 1¼ bardak yoğurt
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşık tuz
- 2 kaşık un
- 2 kaşık sıvıyağ
- 1 adet orta boy soğan (doğranmış)
- 2 çay kaşığı taze zencefil (rendelenmiş)
- 4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- ½ çay kaşığı garam masala
- 2 adet orta boy acı biber (kıyılmış)
- 3 kaşık taze kişniş (ince kıyılmış)



Yapılışı:

1. Zerdeçal ve tuzu küçük bir kaptaki karıştırıp balıkları kağıt havlu ile kurulayın ve her iki tarafını da zerdeçal karışımı ile baharatlayın.
2. Balık filetolarını una batırın ve fazlasını silkeleyin. 2 çay kaşığı yağla yapışmaz bir tavada orta ateşte hafifçe kızarana kadar, her bir tarafı yaklaşık 2-3 dakika pişirin.
3. Balıkları dikkatlice bir tabağa aktarın ve üzerine kapatın. Diğer filetoları da benzer şekilde pişirin.
4. Isıyı orta seviyeye düşürün ve kalan 2 çay kaşığı yağ soğanla birlikte tavaya ekleyin. Soğan altın sarısı kahverengi ve yumuşak olana kadar yaklaşık 4 dakika pişirin. Zencefil ve sarımsağı ekleyin ve kokusu çıkana kadar yaklaşık 1-2 dakika pişirin. Garam masala ve kişnişi ekleyip 1 dakika kadar daha pişirin.
5. Yoğurt, biberlerin yarısı ve kalan 1/4 çay kaşığı tuzu karıştırın ve karışım hafifçe koyulaşıp tatlar birbirine karışana kadar, yaklaşık 2-3 dakika daha pişirin. Sos karışımını bir blender veya mutfak robotuna aktarın ve pürüzsüz olana kadar püre haline getirin.
6. Balıkları tavaya geri koyun ve sosla kaplayın. Balıklar iyice pişene kadar, yaklaşık 4 ila 6 dakika orta-kısık ateşte hafifçe pişirin. Isı, sostaki yoğurdun hafifçe ayrılmasına neden olabilir, ancak bu tadı etkilemeyecektir.
7. Balığı dikkatlice servis tabağına aktarın, sosu kaşıkla balığın üzerine dökün ve kalan biberleri ve kişnişi üzerine serpiştirin. Hem servis yapın.

Sireysil (Adana)¹⁵⁹



Malzemeler:

- ½ kg bulgur
- 1 kg yoğurt
- Tuz



Yapılışı:

1. Bulgur dişe gelecek dirilikte haşlayın. Soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra üzerine yoğurt ve tuz dökün. Karıştırın.
2. Soğuk servis edin.

Biber Dolması (Manisa)¹⁶⁰



Malzemeler:

- ½ kg dolmalık biber
- 2 bardak çökelek
- 1 bardak zeytinyağı,
- 2 büyük domates
- 4-5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz.



Yapılışı:

1. Dolmalık biberler yıkanıp kurulandıktan sonra yanlarından bıçakla dikey olarak çizin, sap ve uç bölümlerinden parmakla bastırın, çekirdeklerini çıkarın ve biberlerin içi çökelekle doldurun.
2. Tavadaki kızgın yağda kızartılan doldurulmuş biberler uygun bir kaba çizilmiş tarafları yukarı gelecek biçimde dizin.
3. Küçük kuşbaşı doğranmış domatesler ve ince çentilmiş sarımsaklar kalan zeytinyağı ve tuzla bir süre pişirin.
4. Hazırlanan sos dizilmiş biberlerin üzerine gezdirin ve dökün ve üstünü kapatın 8-10 dakika dinlendirin.
5. Ilık servis yapın. Yanında yoğurt, dilimlenmiş kuru soğan ve karpuzla yapabilirsiniz.

Lor Dolması (Bayburt)¹⁶¹



Malzemeler:

- 2 demet labada (evelik) veya pazı otu (yıkamış ve ayıklanmış)
- 200 g pilavlık bulgur
- 1 bardak yoğurt
- ½ kg lor peyniri
- 2 adet orta boy kuru soğan(ince kıyılmış)
- 1 bardak kaymak
- 4 kaşık tereyağı
- 2 adet sarımsak(ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı tuz
- Tadımlık karabiber



Yapılışı:

1. Labada yaprakları yumuşaması için kaynar suda bir taşım haşlayın. Soğuk suya hemen alıp soklayın ve suyunu süzün.
2. Tereyağıyla soğanları kavurun. Üzerine bulgur ve tuz ekleyip 2 bardak su ekleyip suyunu çekinceye kadar kısık ateşte haşlayın. Ocağı kapatıp iç pilavın demlenmesini sağlayın.
3. Loru bir kaba alın ve süt kaymağı ve haşlanmış bulgur karışımını ekleyin. Harmanlayın. Bu karışımı dağılmaması için sıkıp yaprağa sarın.
4. Yağlanmış tepsiye düzgün bir şekilde dizin ve üzerine 1 bardak su ilave edin ve önceden ısıtılmış fırında 180°C de pişirin.
5. Servis yaparken üzerine sarımsaklı yoğurt serperek üzerine kalan tereyağı eritip dökerek sıcak servis edin.

Valigülü Köftesi (Kütahya)



162 Malzemeler:

- 2 ay bardağı ince bulgur
- 1 ay bardağı toz tarhana
- 1 kaşıık kuru nane
- 1 soğan (ince kıyılmış)
- 1 kaşıık tereyağı

Üzerine:

- 2 diş sarımsak
- 2 bardak süzme yoğurt
- 2 kaşıık tereyağı
- 2 ay kaşıığı kırmızıbiber



Yapılışı:

1. 1 ay bardağı sıcak suyla bulguru ısılatın. Suyunu çekene kadar bekletin.
2. Bulgurun üzerine tarhana, nane ve tuz ilave ederek yoğurun.
3. Çok kuru ise elinizle azar azar su serpiştirin. Hamur haline gelince mink yuvarlak köfteler yapın.
4. Tereyağında soğanları kavurun. 4 bardak suyu tuzla ilave edin. Bir taşım kaynatın. Kaynayan suya köfteleri azar azar salın. Yumuşayıncaya kadar pişirin.
5. Sarımsaklı yoğurt hazırlayın. Tereyağını küçük bir tavada eritip kırmızıbiberi karın.
6. Köfteleri haşlama suyuyla birlikte tabaklara alın. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve kırmızıbiberli kızgın tereyağı gezdirin ve servis yapın.

Ebegümeci ve ısırganotlu erişte (Uşak)¹⁶³



Malzemeler:

- 1 bardak keş peyniri, (rendelenmiş) veya çökelek
- 3 kaşık Uşak tarhanası
- 2 bardak ebegümeci, (ayıklanmış)
- 1 taze sarımsak, (ince kıyılmış)
- 3 kaşık ceviz içi, (irice dövülmüş)
- 2 çay kaşığı zeytinyağı
- 2 taze soğan, (yeşil kısımları kıyılmış)
- 200g erişte
- 2 bardak ısırgan otu (yaprakları ayıklanmış)

Sosu için:

- 2 kaşık zeytinyağı
- Tadımlık tuz
- 1 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Tarhana ve sarımsağı derin bir tencerede kızdırdığınız yağda soteleyin.
2. Erişteyi tencereye alın, ısırgan otlarını da ilave ederek hafifçe çevirin.
3. Üzerini bir parmak geçecek kadar su ekleyin, kısık ateşte suyunu tamamen çekinceye kadar pişirin.
4. Soğuduktan sonra, ebegümeci, ceviz içi ve taze soğanı ilave ederek iyice karıştırın.
5. Sosunu hazırlamak için zeytinyağı, pul biber ve tuzu iyice çırpın. Salatanın üzerine gezdirin.
6. Keş peyniri veya çökelek serpiştirin, sıcak ya da soğuk servis edin.

Keşli Erişte (Bolu)¹⁶⁴



Malzemeler

- ½ kg erişte
- 1 bardak ceviz (irice dövülmüş)
- 1 bardak keş (rendelenmiş)
- 2 kaşık tereyağı
- ½ bardak sıvıyağ



Yapılışı:

1. Kaynayan suya erişteyi atın, pişmeye bırakın.
2. Küçük bir tavada tereyağını kızdırın.
3. Üzerine ceviz ve keşi alarak kavurmaya devam edin.
4. Pişen eriştenin yarısını servis tabağına alın.
5. Üzerine keş ve cevizi serpin. Kalan diğer erişteyi üzerine ekleyin. En son olarak da üzerine kalan keşi ve cevizi serpererek sıcak servis edin.

Ciğerli Pesto sos ile Erişte¹⁶⁵



Malzemeler

- 100 g ciğer
- 2 kaşık tarhana (elenmiş)
- 2 bardak erişte
- 3 bardak Hindiba yaprakları
- 2 kaşık ceviz içi
- 1 diş sarımsak
- 3 dal maydanoz
- ½ bardak süzme yoğurt
- 2 kaşık Manyas isli peynir
- Zeytinyağı



Yapılışı:

1. Blenderde hindiba, sarımsak, peynir ve yoğurdu cevizle birlikte geçirin Yoğurdu ilave edin. Sonrasında da Zeytinyağını azar azar ilave edip sosu elde edin.
2. Ciğerleri hafif tarhanaya bulayıp soteleyin.
3. Erişteleri de bir parmak geçecek miktarda su ilave edip pişirin. Sotelediğiniz ciğerlerle karıştırın. Sosunu ekleyip sıcak servis edin.

Dorak Aşı (Manisa)¹⁶⁶



Malzemeler

- ½ kg kuru soğan
- 200 g yeşilbiber
- 200 g kapyabiber
- 1 kg domates
- 3-4 dal nane (saplarından ayıklanmış, ince doğranmış)
- 3 bardak keçi yoğurdu
- 1 kaşık tuz
- 2 diş sarımsak
- ½ bardak zeytinyağı



Yapılışı:

1. Domates ve soğanları ilk önce ortadan dik olarak dört sonra sekiz parçaya bölün. Biberleri de aynı boyutta kesin.
2. Hazırladığının tüm malzemeleri büyük bir tencereye alın. Domates, soğan, biberi ilave edin ve üzerine yağ ve tuz serpin, tencerenin ağzını kapatın. Kısık ateşte pişirin.
3. Odun ateşinde kendi suyuyla kavurmadan, ara sıra karıştırın. Buğulama gibi pişecektir. Soğumadan üzerine sarımsaklı yoğurdu ve naneyi gezdirerek sıcak servis edin.

Saray Mantısı (Muğla)¹⁶⁷



Hamuru için

- 2 bardak un
- 1 yumurta
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 bardak su

İçi için

- 300 gram kıyma
- 1 soğan (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı tuz (tepeleme)
- ½ çay kaşığı karabiber

Sosu için

- 4 bardak et suyu
- ½ kilo süzme yoğurt
- 4-5 diş sarımsak (dövülmüş)
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- 1 çay kaşığı nane
- 2 kaşık tereyağı
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı



Yapılışı:

1. Ele yapışmayan, ne cıvık ne katı bir hamur yoğurun. Üstünü örtüp 20 dakika kadar bekletin. Bu arada içi hazırlamak için bütün iç malzemeleri birbiriyle iyice karıştırın ve yoğurun. Sonra hamurdan yumurta büyüklüğünde bezeler ayırın.
2. Her bezeden 1-2 mm kalınlığında yufka açın. Her yufka kenarı aşağı yukarı 2 santimlik karelere ayırın. Karelerin ortasına yarım çay kaşığı kadar iç koyun, karşılıklı uçlar ortada birleştirilerek mantı şekli verin.
3. Mantı bohçaları tamamlandıktan sonra bir fırın tepsisine yerleştirip önceden 180 derecede ısıtılmış fırında üstü çok hafif pembeleşinceye kadar kızartın. Mantılar bu şekilde kızardıktan sonra fırını kapatın.
4. Tepsideki mantıların üstünü örtecek kadar ılık ya da sıcak et suyu döküldükten sonra tepsiyi fırına sürün ve mantıları et suyunu çekip kabarana kadar pişirin.
5. Mantılar bu şekilde pişirildikten sonra hafif sulandırılmış yoğurt, krema kıvamı alıncaya dek sarımsakla çırpın ve üstüne dökün. Yoğurdun üstüne de kırmızıbiber ve naneli kızdırılmış tereyağı gezdirin. (tereyağının yoğurdun üstüne dökülünce donmaması için kızdırırken içine zeytinyağı ekleyin!).

Kayseri Mantısı ¹⁶⁸



Malzemeler:

Hamuru için;

- 3 bardak buğday unu
- 1 tane yumurta
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 kahve fincanı su

İçi için;

- 200 g yağsız yerinden kıyma
- 1 tane orta boy kuru soğan
- Bir fiske tuz
- 1 şeker kaşığı karabiber
- 1 şeker kaşığı pul biber

Üzeri için;

- ½ kg yoğurt
- 5 diş sarımsak
- 8 bardak su (mantıların haşlanması için)
- 2 çay kaşığı tuz
- Sosu için;
- 2 kaşık tereyağı
- 1 kaşık sıvıyağı
- 1 kaşık domates salçası
- ½ kaşık biber salçası
- Tadımlık nane, karabiber, sumak



Yapılışı:

1. Hamuru yoğurmak için öncelikle derin bir yoğurma kabı alın. İçerisine unu boşaltıp unun üzerine yumurta, su ve tuz ilavesi yaparak yoğurmaya başlayın. Hamuru ele yapışmayacak kıvama gelene kadar yoğurmaya devam edin. Kıvama gelen hamurun üzerine nemli bir tülbent kapatın ve 15 dakika kadar dinlenmeye bırakın.
2. İç harcı için: İlk olarak soğanları rendeleyin ve elinizin içerisine alıp suyunu sıkıp derin bir kabın içerisine alın. Soğanların üzerine kıyma



ile birlikte baharatları ekleyin ve etli harcı elinizle iyice karıştırın.

3. Hamurları bekledikten sonra bezin altından alın ve 3 eşit beze yapın. Yaptığımız bezelerden bir tanesini alın ve kalan diğer 2 bezeyi tülbendin altında tutun.
4. Aldığımız bezeyi 1 mm kalınlığında önce merdane ile arkasında oklava ile açarak, 1,5 cm'lik kareler şeklinde kesin. Kestiğiniz boş mantıların orta kısmına önceden hazırladığınız iç harçtan dışarıya taşmayacak şekilde yerleştirin ve hamurun dört ucunu üst kısımda birleştirip hafif bastırın.
5. Hazırladığınız Kayseri mantılarını altı unlanmış tepsiye aktarın. Diğer kalan bezelere de aynı işlemi uygulayın ve mantıların hazırlık işlemini bitirin.
6. Derin bir tencerenin içerisini su ile doldurun ve ocağın altını açıp kaynamaya bırakın. Kaynayan suyun içerisine az tuz ilavesi yapın ve hemen arkasından hazır hale getirdiğiniz mantıların bir kısmını ilave edip pişmeye bırakın.
7. Pişirdiğiniz mantıları kevgir ile servis tabaklarının üzerine alın ve fazla soğutmayın. Mantının suyundan da azcık tabakların üzerine boşaltın ki mantıların altı hafif sulu olsun.
8. Servis tabağının üzerinde bekleyen mantıların üzerine sarımsaklı yoğurt dökün. Bu aşamada yoğurdu çok dökmek yerine kaşıkla her tarafına gezdirmek yeterli olacaktır.
9. Arkasında derin bir cezve alın ve içerisine tereyağı, salça, sıvı yağ karışımını ilave edip pişirin. Yanmayacak derecede pişmiş olan sosu servis tabaklarında bekleyen mantıların üzerine gezdirin.
10. En son olarak süslemek için tabağın her tarafında nane ve sumak gezdirip servise sunun.

Şapkalı Mantı (Hatay)¹⁶⁹



Malzemeler

- 4 bardak nohut(haşlanmış)
- 2 baş soğan
- 2 kaşık salça
- Yarım çay bardağı sıvı yağ
- Tuz, karabiber

Hamuru için:

- 2 bardak un
- 1 yumurta
- Tuz

İçi için:

- 250 g kıyma
- 2 adet sivri biber
- 2 domates
- 1 kaşık tereyağı
- 1 soğan
- 1 kaşık salça
- Tuz, karabiber, kimyon, nane



Sosu:

- ½ kg yoğurt
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)

Yapılışı

4. Güvece, sıvı yağ koyun, soğanları salçayla birlikte kavurun. 1 kg sıcak koyun ve pişirin.
5. Un, yumurta ve tuzdan sertçe bir hamur yapın. (toplanmazsa az su ekleyin), soğan, sivri biber, tereyağında çevirin. Kıyma ilave edin. Kavurun.
6. Domates ve salçasını da ilave edin. Suyu çekene kadar pişirip baharatlar ilave edin.
7. Hamur açın ve bardağın ağzı ile kesin. Kesilen 2 hamur arasına iç malzemeyi yerleştirin ve kapatın.
8. Pişmekte olan nohuda koyarak sarımsaklı yoğurt ilave edin ve sıcak servis yapın.

Chatpata Chana Raita (Hindistan)¹⁷⁰



Malzemeler

- 2 bardak ekşi yoğurt
- 1 bardak nohut(haşlanmış)
- 1 yeşilbiber (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı chaat masala
- 1 çay kaşığı şeker
- 1 çay kaşığı tane kimyon (kavrulmuş, dövülmüş)
- ½ çay kaşığı toz kırmızıbiber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Geniş bir kasede yoğurdu şeker ve tuzla iyice çırpın. Chaat masala baharat karışımını kimyon ve toz biberi ilave ederek çırpmaya devam edin. İyice karıştırın.
2. Buzdolabında bir saat kadar bekletin, soğuk servis edin.

Chaat masala: Garam masala, rezene tohumu, kimyon, karabiber, zencefil tozu, amchoor tozunu içeren bir baharat karışımı



Dolma ve Sarmalar

Tuzlu Yoğurtlu Kabak Dolması (Hatay)¹⁷¹



Malzemeler

- 16 adet dolmalık kabak
- 3 kaşık tuzlu yoğurt
- 350 g yağlı kıyma
- 1 bardak dolmalık pirinç
- 4 diş sarımsak (hepsi ince kıyılmış 2 tanesi harca, 2 tanesi de tencerenin altına)
- 3 kaşık tereyağı (2 kaşık harca, 1 kaşık tencerenin altına)
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 kaşık kuru nane (yarısı harca, yarısı tencerenin altına serpmek için)
- Tadımlik tuz



Yapılışı:¹⁷²

1. Kabakların içlerini oyup içlerini çıkarın.
2. Ayrı bir kaptaki yıkayıp, süzdüğünüz pirinci, kıymayı, sarımsağı, karabiber, nane ve erittiğiniz tereyağını koyun ve karıştırın.
3. Pişireceğiniz tencerenin tabanına 1 kaşık tereyağını sürün. 2 diş sarımsağı irice doğradıktan sonra naneyle birlikte tabanına bırakın.
4. Kabakları iç malzemeye (harçla) çok sıkı olmayacak şekilde doldurun. (pirinçler pişince şişeceğinden kabakların içerisinde biraz boşluk olmalı ki kabaklar patlamasın.)
5. Kabakları ağzı yukarı gelecek şekilde dizin. Üzerine bir tabak kapatın.
6. Üzerine çok geçmeyecek şekilde su koyun. Kaynayana kadar yüksek ateşte, fokurdamasına yakın altını kısın.
7. Dolma pişmeye yakın, yarım bardak suyla yumuşattığınız tuzlu yoğurdu kaynamakta olan dolmaların üzerine gezdirin.
8. Bir iki taşım sonrası ocaktan alın. Sıcak servis edin.

Tevenk (Adıyaman)



Malzemeler

- 300 g asma yaprağı
- 2 bardak koyun yoğurdu
- 1 ½ bardak köftelik buğday kırığı
- 1 çay bardağı ince bulgur
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 adet kuru soğan (incecik kıyılmış)
- 1 adet yumurta
- 3 kaşık tereyağı

Sosu için:¹⁷³

- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:

1. Buğday kırığı ve ince bulgur içine tuz atın ve ıslatın ve 15 dakika bekletin.
2. Yumuşayınca soğanla birlikte iyice yoğurun. Bu harcı asma yapraklarına sarın. Sarmaları tencereye dizin.
3. Sosu için soğanları biraz tuz ile altın sarısı renk alıncaya kadar kavurun. Üstüne kırmızıbiber ilave edip ateşten alın.
4. Küçük bir tencerede yoğurdu yumurtayla çırpın ve orta ateşte pişirin.
5. Yoğurtlu karışımı sarmaların üzerine dökün. Dolmaların üzerine tabak kapatıp özleşene kadar pişmeye bırakın. Gerekirse ılık su ilave edin.
6. Sarmalar pişince servis kabına alın. Üzerine sosu dökün, sıcak servis edin.

Cimcik (Uşak)¹⁷⁴



Malzemeler

- 3 bardak un
- 2 yumurta
- 1 bardak su
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 bardak sarımsaklı yoğurt
- Salçalı tereyağı

Üzerine

- Salçalı tereyağı
- Sarımsaklı yoğurt



Yapılışı:¹⁷⁵

1. Un, yumurta, su ve tuzla sert bir hamur yoğurun. Bezelere bölün. 20 dakika serin bir yerde dinlendirin.
2. Unlanmış mutfak tezgâhı üzerinde bıçak sırtı kalınlığında açın.
3. Yufkaları 1,5 santim eninde kare kesin. Karelerin karşılıklı çapraz iki kenarlarını birleştirin. Büzdüğünüz parçaları unlayıp tepsilere alın.
4. Geniş bir tencereye tuzlu bol su koyup kaynatın. Parçaları kaynar suya alın. Yumuşayıncaya kadar 15 dakika kadar haşlayın.
5. Pişmiş parçaların üzerine yoğurt ve salçayla kızdırılmış tereyağını gezdirin. Sıcak servis edin.

Sarmale (Romanya)¹⁷⁶



Malzemeler

- 1 adet soğan (ince doğranmış)
- 1 havuç (rendelenmiş)
- 1 bardak sebze suyu
- 1 bardak pirinç
- 3 bardak yoğurt
- 2 bardak ceviz içi (öğütülmüş)
- 2 kaşık zeytinyağı
- ½ bardak sebze suyu
- 1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
- ¼ çay kaşığı toz karabiber
- Tadımlık tuz
- Lahana yaprakları (yeteri kadar)
- 3 kaşık sirke veya limon suyu



Yapılışı:¹⁷⁷

1. Soğan, havuç, ceviz ve pirinci zeytinyağıyla birlikte kırmızı toz biberi ilave ederek karıştırın. Sebze suyunu da ilave edin. Kremamsı bir karışım elde edin.
2. Lahana tuzlu suda 5 dakika kadar haşlayıp yumuşak ama ktır bir kıvam elde edin. Suyunu süzün ve soğumasını bekleyin.
3. Her sarma için lahana yaprağını alın. 1 kaşık kadar karışımı doldurun. Sararak dört tarafından kapatarak parmak şeklinde sarın. Artan lahanaları ince doğrayın.
4. Derin bir tencerede tencereyi hafif yağlayın, artan lahanaları tabana serpin üstüne sarmaları. Onun üstüne lahanaları, tekrar sarmaları yerleştirin. En son olarak da üzerine arık lahanaları serpin. Üzerine zeytinyağı ve büyük bir lahana yaprağı sererek zeytinyağı ve limonsuyu veya sirkeyi suyla karıştırıp dökerek pişirin.
5. Tencereyi kapatıp yüksek ateşte pişirmeye geçin. Kaynamaya başladığında ısıyı düşürün. 2 saat kadar pişirin. Eğer su azalırsa su ilave etmeyi unutmayın.
6. Piştikten sonra yoğurt dökerek servis edin.

Şişbörek (Hatay)



Malzemeler

- ½ kg şapkalı mantı
- 4 kaşık pirinç
- 200 g tuzlu yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:¹⁷⁸

1. Pirinci haşlayın. İçine tuzlu yoğurdu ilave edip, özleşinceye kadar kaynatın.
2. Servis yapmadan önce şapkalı mantıyı kaynayan çorbanın içine atın.
3. Pişmeye yakın nanesini ilave edin. Tavadananeyle pul biberi hafifçe çevirin.
4. Servis edilirken, üzerine dökün. Sıcak servis edin.

Asma Pidesi (İzmir)¹⁷⁹



Malzemeler

- 250 g asma yaprağı
- 4 kaşık süzme yoğurt
- 4 kaşık Bergama tulum peyniri (rendelenmiş)
- 1 demet taze soğan (ince doğranmış)
- 1 demet taze nane (ince doğranmış)
- ½ bardak mısır unu
- Tadımlık tuz
- 1 çay kaşığı karabiber



Yapılışı:¹⁸⁰

1. Taze soğan, nane, yoğurt ve isteğe bağlı peyniri büyük bir kâsede karıştırın tuz ve karabiber ekleyin.
2. Hazırlanan harca yoğun kek kıvamına gelene kadar mısır ununu ekleyin.
3. 40 cm çapında yapışmaz bir tavayı hafifçe yağlayın.
4. Taze asma yapraklarını parlak yüzeyleri altta olacak şekilde sık ve kenarları tavanın üzerinden taşacak şekilde iki sıra olarak sıralayın.
5. Daha önceden hazırladığınız malzemeyi yaprakların içine döküp tüm tabana iyice yayın. Üstünün yassı olmasına dikkat edin.
6. Dışa sarkan yaprakları ortaya doğru alıp kalan yaprakları da tavanın üstünü kaplayacak şekilde dizin.
7. Kısık ateşte iki yüzü de kızarana kadar iyice pişirin. Ilık olarak dilimleyip servis edin.

Keşli Erişte (Bolu)¹⁸²



Malzemeler

- ½ kg erişte
- 1 bardak ceviz (irice dövülmüş)
- 1 bardak keş (rendelenmiş)
- 2 kaşık tereyağı
- ½ bardak sıvıyağ



Yapılışı:¹⁸³

1. Kaynayan suya erişteyi atın, pişmeye bırakın.
2. Küçük bir tavada tereyağını kızdırın.
3. Üzerine ceviz ve keşi alarak kavurmaya devam edin.
4. Pişen eriştenin yarısını servis tabağına alın.
5. Üzerine keş ve cevizi serpin. Kalan diğer erişteyi üzerine ekleyin. En son olarak da üzerine kalan keşi ve cevizi serpererek sıcak servis edin.

Silor (Bayburt)



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 1 bardak su
- 1 adet yumurta
- 1 bardak un
- Tadımlık tuz
- 2 bardak et suyu
- 1 kaşık tereyağı
- 2 çay kaşığı pul biber



Yapılışı:¹⁸¹

1. Su, tuz ve yumurtayı derin bir kaba alın. Kulak memesinden sert bir hamur elde edene kadar un ekleyip yoğurun.
2. Hamuru altı bezeye ayırın. Her birini ince olacak şekilde oklava ile açın.
3. Daha sonra saç üzerinde arkalı önlü pişirin.
4. Yufkaları rulo yapın. 2 parmak genişliğinde kesin.
5. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kurutun. Yufka parçalarını et suyunda ıslatıp, kestiğiniz kısım üste gelecek şekilde servis tabağına yerleştirin.
6. Üzerine az tuz ile çırpılmış yoğurdu, en üste de tereyağında yaktığınız pul biberi gezdirin ve sıcak servis edin.

Ciğerli Erişte



Malzemeler

- 100 g ciğer
- 2 kaşık tarhana (elenmiş)
- 2 bardak erişte
- 3 bardak Hindiba yaprakları
- 2 kaşık ceviz içi
- 1 diş sarımsak
- 3 dal maydanoz
- ½ bardak süzme yoğurt
- 2 kaşık Manyas isli peynir
- Zeytinyağı



Yapılışı:¹⁸⁴

1. Blenderde hindiba, sarımsak, peynir ve yoğurdu cevizle birlikte geçin ve yoğurdu ilave edin. Sonrasında da zeytinyağını azar azar ilave edip sosu elde edin.
2. Ciğerleri hafif tarhanaya bulayıp soteleyin.
3. Erişteleri de bir parmak geçecek miktarda su ilave edip pişirin. Sotelediğiniz ciğerlerle karıştırın. Sosunu ekleyip sıcak servis edin.

Peruhi (Karabük)



Malzemeler

- 4 su bardağı un
- 1 tane yumurta
- Tuz, su

İçi:

- 1 ½ süzme yoğurt
- 2 çay kaşığı nane
- Tadımlık tuz

Üzerine;

- 2 kaşık tereyağı
- 1 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:¹⁸⁵

1. Una yumurtayı kırıp ele yapışmayan bir hamur yoğurun. 1 saat kadar dinlendirin
2. Daha sonra çok ince olmayacak şekilde bir yufka açın.
3. Açtığınız yufkayı kare şeklinde kesin.
4. Harcı için yoğurt ve naneyi karıştırın.
5. Bu kare hamurların içine yoğurtlu harçtan koyup muska şeklinde kapatın.
6. Tüm hazırladığınız muskaları kaynar suda 15 dakika kadar pişirin.
7. Piştiğinde süzgeçle alarak üzerine kızdırdığınız tereyağını dökerek sıcak servis edin.

Sübura (Sivas)¹⁸⁶



Malzemeler

- 1 bardak un
- 1 adet yumurta
- 2 bardak yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 1 kaşık sıvıyağ (sos için)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık kuru nane
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹⁸⁷

1. Unun içine bir yumurta kırın. Tuzla birlikte yeterince suyu ilave edip yoğurun. Dinlendirin.
2. Sonra bezelere ayırıp 1 mm kalınlığında açın. Uzun şeritler halinde kesin.
3. Onları da önce boyuna sonra enine göre kesin ve 5x5 mm kareler elde edin. Kesildikten sonra tepsiyi unlayıp üzerine şeritleri alarak, hamuru açık havada oda sıcaklığında iyice kurutun.
4. Bu hamurları (erişteleri) kaynamakta olan suya atın. Orta ateşte pişirmeye bırakın. Pişince üzerine biraz soğuk su atıp süzün.
5. Üzerine de iyice çırpılmış, sulandırılmış sarımsaklı yoğurdu süburayla karıştırın.
6. Tereyağı tavada hafif naneyle çevirip üzerine gezdirerek servis edin.



Hamur İşleri

Yoğurtlu Kömbe (Osmaniye)



Malzemeler

- 1 bardak süt
- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak un
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 çay bardağı şeker
- 1 paket hamur kabartma tozu
- 2 çay kaşığı kuru maya
- 2 çay kaşığı rezene
- 3 çay kaşığı çörek otu

İçi için:

- 100 g tereyağı
- ½ bardak şeker

Üstü için:

- 2 ½ bardak şeker
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 kaşık susam



Yapılışı:¹⁸⁸

1. Unu eleyip rezene ve çörek otunu dövüp bütün malzemeleri katıp yoğurun. Yarım saat dinlendikten sonra hamuru 2 eşit parçaya bölün. Bir tanesini yufka şeklinde açıp arasına şeker ve tereyağını eritip sürün.
2. Rulo haline getirip tekrar yufka şeklinde açın.
3. Tepsî büyüklüğünde açıp üzerine şeker, yoğurt, susam karışımı sürüp fırına verin. Önceden ısıttığınız fırında 200 derecede pişirin.
4. Kalan hamuru da aynı işlemlerden geçirin.
5. Pişen kömbeleri bir bez üzerinde dinlendirin.
6. Soğuk olarak servis edin.

Karbonatlı Ekmek (Makedonya)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt.
- 2 ½ bardak un
- 1 yumurta akı (sarısı üzerine)
- 2 çay kaşığı karbonat
- 1 kaşık çörek otu veya susam
- 2 kaşık zeytinyağı
- Tadımlik tuz.



Yapılışı:¹⁸⁹

1. Derin bir kaba sırasıyla yoğurdu, karbonatı, yağı, tuzunu ve yumurta akını ilave edip iyice karıştırın. Sonrasında unu da ekleyip iyice yoğurun ve yumuşak poğaça hamuru gibi kıvam elde edin.
2. Yoğurduğunuz hamuru elimizle toparlayın. Yağladığınız küçük bir kalıba veya tepsiye yerleştirin. Üzerine yumurta sarısını sürün. Çörek otu veya susamı serpin.
3. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında altı üstü içi pişene kadar çabuk pişeceğini dikkate alarak pişirin.
4. Pişen karbonatlı ekmeği biraz fırında bırakarak içini çekmesini sağlayın.
5. Sonrasında çıkarın ve bir mutfak bezine sarın, soğuduktan sonra dilimleyin servis yapın.

Arapgir Pişisi (Malatya)



Malzemeler

Açmak İçin:

- 1 çay bardağı mısır nişastası

Hamuru İçin:

- 1 ½ bardak un
- 2 kaşık yoğurt
- 1 adet yumurta
- 1 çay kaşığı karbonat
- 1 kaşık elma sirkesi

Üzeri İçin:

- 1 çay bardağı pudra şekeri



Yapılışı:¹⁹⁰

1. Hamuru için gerekli olan yumurta ve yoğurdu bir yoğurma kabının içinde güzelce karıştırın.
2. Karbonatın üstüne sirkeyi ilave edin ve köpürdüğünde yumurtalı yoğurt karışımına ilave edin. Unu da ekleyip güzelce yoğurun. Ele hafifçe yapışan bir hamur elde edeceksiniz.
3. Hazırladığınız hamuru ceviz büyüklüğünde 10 adet bezeye ayırın.
4. Her bir bezeyi nişasta yardımıyla çay tabağı büyüklüğünde açın.
5. Bir tavada kızdırdığınız bolca yağın içerisine atın ve her iki yüzü de iyice kızarana dek pişirin.
6. Servis tabağına aldığınız pişileri üstlerine pudra şekeri serpererek servis edin.

Peksimet (Uşak)



Malzemeler

- 4-5 bardak un
- 1 bardak ılık su
- 4 kaşık yoğurt
- 1 adet yumurta (Sarısı üzeri için)
- 1 kaşık toz maya
- 3 kaşık toz şeker
- ½ bardak sıvı yağ
- 2 çayı kaşığı tuz

İçine:

- 1 bardak kadar haşhaş, tahin
- Sıvı yağ
- İstenilen kadar toz şeker



Yapılışı:¹⁹¹

1. Tüm malzemeleri karıştırıp ele yapışmayacak, fazla sert olmayan bir hamur elde edene kadar un ilave edip hamuru yoğurun.
2. Üzerini örtüp kabarması için 1 saat kadar bekletin.
3. Hamurun havasını indirip 6 parçaya bölün, 5 dakika kadar dinlendirin.
4. Merdane veya oklava ile hafif unlu tezgâhta hamuru açın. Çok fazla ince olmasına gerek olmadan açılan hamurun üzerine yağla açılmış şekerli haşhaş sürün. Üzerine tekrar açılanı koyup tekrar haşhaş sürün.
5. En üstüne de koyduktan sonra büyük bıçak yardımıyla kesip iki ucundan da kıvrıp tepsiye döşeyin. Hamuru yağlı kâğıt veya yağlı tepsiye dolayın.
6. Bu arada fırını 180-190 derecede önceden ısıtın.
7. Tüm dilimleri kıvrıp doladıktan sonra yumurta sarısını yağla karıştırıp üzerine sürün.
8. 20 dk. kadar tepside dinlendirip daha sonra fırına verin. Üzeri kızardığında fırından alın.

Tüçi (Kuzey Kafkasya)



Malzemeler

- 1 kg un
- 6 bardak yoğurt
- 5 adet yumurta
- 3 kaşık toz şeker
- ½ çay kaşığı soda
- 1 kaşık tereyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:¹⁹²

1. Derin bir kaba yumurtaları kırın ve toz şekeri ilave edip iyice çırpın. Bunun üzerine yoğurt, soda ve tuzu en son olarak da unu ilave edin ve iyice yoğurun.
2. Tüçi hamuru yoğurt kıvamında olmalıdır. Bir kaşık büyüklüğünde tavaya yağın iyice kızdğından emin olduktan sonra dökerek kızartın.

Puf Boreği(Balıkesir)

Malzemeler

- 1 ½ bardak un
- 4 kaşık yoğurt
- 1 adet orta boy yumurta
- 1 çay kaşığı sirke
- 2 çay kaşığı kabartma tozu
- 8 kaşık çökelek
- 3 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)

Yapılışı:¹⁹³

1. Un, yoğurt, yumurta, sirke ve kabartma tozunu iyice çırpın. Yarım saat kadar dinlendirin.
2. 3 mm inceliğinde açın. Bardakla kesin. İsteğinize göre iç malzemesini koyup kızgın yağda kızartın.
3. Sıcak servis edin.

Mayasız Poğaç (Manisa)



Malzemeler :

- ½ bardak yoğurt
- 1 bardak un
- 1 bardak çökelek
- 4 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 1 adet yumurta
- 3 kaşık tereyağı
- ½ çay bardağı sıvı yağ
- 1 kaşık toz şeker
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kaşık mahlep
- 3 çay kaşığı kabartma tozu



Bulamak için :

- 1 kaşık pekmez
- 3 kaşık su
- 2 kaşık çiğdem (kavrulmuş)

Yapılışı:¹⁹⁴

1. Yumurta, yoğurt, tereyağı ve sıvı yağı yoğurma kabında karıştırın.
2. Tuz, mahlep ve şekeri ilave edin.
3. Unu ve kabartma tozunu da ilave ederek ele yapışmayan yumuşak kıvamlı bir hamur elde edin.
4. Bezelere ayırıp, içine çökeleği ve dereotunu koyup kapatın.
5. Elinizle yuvarlayıp, önce pekmezli suya, ardından bol çiğdeme bulayıp, yağlı kağıt serili tepsiye yerleştirin.
6. Üzerine bıçak ile artı şeklinde çizik atın.
7. Önceden 180 derece ısıtılmış fırında pişirin.

Injera (Etiyopya)



Malzemeler

- 2 bardak tam buğday unu
- 1 bardak un
- ½ bardak yoğurt
- 1 ½ çay kaşığı kabartma tozu
- 1 çay kaşığı tuz
- 3 bardak maden suyu
- 2 kaşık eritilmiş tereyağı



Yapılışı:¹⁹⁵

1. Unları tuz ve kabartma tozuyla geniş bir kâsede karıştırın. Yoğurdu maden sularıyla iyice çırpın. Unlu karışımla karıştırın. Yumuşak akışkan bir hamur elde edin. Hava kabarcıkları çıkmayacak şekilde iyice kıvam verin.
2. Geniş bir tavayı sade tereyağıyla yağlayın. Orta ateşte ısıtın.
3. Yaklaşık yarım bardak hamuru tavaya dökün. Yaklaşık yarım dakika pişirdikten sonra üzerine kapatarak yarım dakika daha pişirin.
4. Sıcak servis edin.

Akıtma (Anonim)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 adet orta boy yumurta
- 1 bardak su
- 8 tepeleme kaşık un
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 paket kabartma tozu
- 3-4 kaşık sıvıyağ



Yapılışı:¹⁹⁶

1. Derin bir kaba yumurtaları alın ve çırpın.
2. Üzerine yoğurt, su ekleyin ve tekrar çırpın. Un ve kabartma tozunu eleyerek ekleyin. Tuzu da ilave edip pürüzsüz bir karışım elde edin.
3. Tavayı yağlayın, krep karışımından bir kepçe alın ve tavanın her yerine yayın.
4. Arkalı önlü pişirin. Tüm hamur bitene kadar aynı işlemi yapın.

Tarhanadan Cips



Malzemeler

- 140 g kepekli un
- 140 g tarhana
- 10 g kuru maya
- ½ çay kaşığı toz şeker
- 2 kaşık susam (kavrulmuş)
- 1 adet yumurta
- 2 kaşık pul biber
- 2 kaşık su
- 1 bardak su (ılık)

Dip sosu için:

- 1 çay bardağı Denizli yanık yoğurt
- 3 dal dereotu (ince kıyılmış)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık sızma zeytinyağı



Yapılışı:¹⁹⁷

1. Sosu için; yoğurdu ince kıyılmış dereotu ve dövülmüş / ezilmiş sarımsak ve zeytinyağıyla çırpın.
2. Un ve tarhanayı eleyin.
3. Derin bir kaptaki kuru maya ve toz şekeri ılık su ile karıştırın ve mayayı hazır hale getirin.
4. Un, tarhana, 1 kaşık susam, pul biber ve biraz tuzu derin bir kabın içerisinde tepeleme yığın ve ortasını bir çukur gibi açın. Açtığınız çukurun ortasında hazırladığınız mayayı ekleyin. Zeytinyağını da ilave ettikten sonra ele yapışmaz bir kıvam alana kadar yoğurun ve üzerini örterek kuru ve serin bir yerde 2 saat kadar dinlendirin.
5. Dinlendikten sonra hamuru alt üst olacak şekilde tekrar yoğurun ve yağlı kâğıt serili bir fırın tepsisine 1 cm kalınlığında yayın. 2 kaşık suyu ve 1 yumurtayı bir kâsenin içerisinde çırpın. Bir fırça yardımıyla hazırladığınız sosu hamurun üzerine sürün.
6. Önceden 180 dereceye ayarladığınız fırında yaklaşık olarak 20 dakika hamurlar çıtırlaşana kadar pişirin. Elde ettiğiniz kırıtları salatalarınızda, atıştırmalık ve çorbalarınızda kullanabilirsiniz.

Apandi (Düğün Lokması) (Rize)¹⁹⁸



Malzemeler

- 1 kg mısır unu
- 2 bardak yoğurt
- 1 kg buğday unu
- 1 bardak armut pekmezi
- 1 kaşık tuz



Yapılışı:¹⁹⁹

1. Unu karıştırıp eleyin. Ortasına çukur açıp pekmezi, yoğurt ve tuzu ilave edin. Sert bir hamur elde edin.
2. Üzerini örtüp 3 saat bekleterek dinlendirin.
3. Ateş üzerine pileki taşıyı koyup ısıtın, sonra ateşten alın. Hamuru pileki taşına dikkatlice yayın. Üzerini kapatın ve biraz kabarmasını bekleyin.
4. Kor ateşi deşip pilekiyi ateşin üzerine koyun. Üzerini bir saçla kapatın. Saçın üzerine biraz kor ateşten alıp 1 saat kadar pişirin.
5. Ekmek kızarmışsa hemen ateşten alıp yaklaşık bir saat pilekiden çıkarmadan üzerini bir bezle kapatıp dinlendirin. Sonrasında ekmeği pilekiden çıkarın.

Yogurt Naan/Non (Tacikistan)



Malzemeler

- ½ bardak tam buğday unu
- 4 bardak un
- 1 bardak yoğurt
- 2 çay kaşığı hazır (instant) maya
- 1 bardak ılık su
- 1 çay kaşığı şeker
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 adet orta boy yumurta 1 kaşık sütle çırpılmış



Yapılışı:²⁰⁰

1. Ilık suyu yoğurtla karıştırın. Şeker, maya ve tam buğday ununu karıştırıp yaklaşık bir saat bekletin.
2. Daha sonra unu ve tuzu ilave edin ve pürüzsüz bir kıvam elde edene kadar hamuru birlikte yoğurun. Eğer biraz ele yapıyorsa biraz daha un ekleyin. Üzerini nemli bir bezle örtün ve iki katına çıkana kadar, yaklaşık 2 saat kabarmaya bırakın.
3. Düz bir şekilde bastırın. Sonra 20 dakika kadar pişirin.
4. En kolayı ortasına parmaklarınızla tamamen düz olana kadar bastırıp şekil verin.
5. Üzerini yumurta ile fırçalayın. Ardından çatalla şekillendirin.
6. Fırını önceden 240 dereceye ısıtın. Yumurta ve süt karışımını hazırlayın. Ardından, hamuru 8 parçaya bölün (istediğiniz naan ekmeği boyutuna bağlı olarak)

Nokul (Isparta)²⁰¹



Malzemeler

- 4 ½ bardak un
- 1 kaşık tuz
- ¾ bardak kuru maya
- ½ kaşık şeker
- ¼ bardak su (ılık)
- 3 kaşık yoğurt
- Yumurta
- ¾ bardak süt
- 4 kaşık haşhaş
- 4 kaşık tereyağı
- 4 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:²⁰²

1. Unu eleyin. 2 kaşık unu ayırın. Kalan una tuzu koyup karıştırıp ortasını açın.
2. Maya ve şekeri suyla ezin. Unun ortasına alın. Üzerine biraz un serpin. Oda sıcaklığında maya kabarınca kadar, yaklaşık 10 dakika bekletin. Yumurta ve yoğurdu ilave ettikten sonra sütü azar azar katıp ele yapışmaz kıvama ulaşınca kadar yoğurun ve yumuşak bir hamur elde edin. Oda sıcaklığında yaklaşık 45 dakika dinlendirin.
3. Haşhaşı kavurun. Havanda dövün.
4. Tereyağını eritin ve 2 kaşık zeytinyağıyla birlikte haşhaşla iyice karıştırın. Yaklaşık ¼ ünün üzerine sürmek için ayırın. Kalan zeytinyağıyla tepsiyi yağlayın.
5. Hamuru 12 parçaya bölün. Her parçayı yarım cm kalınlıkta elle açın. Haşhaşlı karışımı sürün. Rulo yapın, açık yanlarının üst ve alta getirin. Hafifçe elle bastırıp tepsiye dizin. Üzerine örtüp ılık ortamda 15 dakika daha mayalandırın.
6. Üzerine de haşhaşlı karışımdan sürün.
7. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 35 dakika pişirin.
8. Çıtır olmasından daha çok yumuşak olmasını isterseniz fırından çıkardığınız nokulların üzerini bir süre örtün.

Tarhanadan Pizza (Afyon)²⁰³



Malzemeler

- ¾ bardak Ege Tarhanası
- 1 bardak baklavalık (pizzalık un) beyaz un “tip 0”
- 2 kaşık yoğurt
- 1 çay kaşığı sirke
- 2 çay kaşığı domates tozu
- 1 çay kaşığı kekik veya reyhan
- 1 çay kaşığı haşhaş
- 5 g yaş maya
- 60 g Afyon sucuğu
- 40 g mantar
- 1 adet patlıcan (közlenmiş)
- 40 g Afyon tulumu
- 60 g Afyon kaşarı

Sosu için

- 2 adet köy domatesi (ince rendelenmiş)
- ½ adet soğan (ince kıyılmış)
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 kaşık tarhana (ılık suyla ıslanmış)
- 1 çay kaşığı kekik
- Tadımlık tuz
- 2 kaşık zeytinyağı
- ½ çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Hamur için maya, sirkeyi ve şekerini karıştırıp çözünmesini bekleyin.
2. Bu arada domatesleri rendeleyip suyunu hafif çektiyip tarhanayı kekikle birlikte ilave edin. Kaynayan domates sosunu tarhanayla bağladıktan sonra kekik ilave edin.
3. Farklı bir kap içinde un, zeytinyağı, yoğurdu ve domates tozunu karıştırıp ortasını havuz gibi açın. Bu boşluğa çözünen mayayı ilave edin.
4. Hamur, yumuşak bir kıvama gelince haşhaşla birlikte yoğurun 20 dakika kadar üzeri örtülü bir şekilde dinlendirin. 140-150 g bezeler haline getirip mayalanan hamurları merdaneyle pizza 22 cm çapında pizza formuna getirin.
5. Üzerine bir kaşıkla sosu sürün.
6. Her bir pizza için 30 g kaşarla birlikte Afyon tulumu, mantar ve köz patlıcan ve sucuğunu ilave edin. Kalan kaşarı üzerine döküp 220 derece fırında 10-12 dakika arası pişirin.

Qashqari Patir (Özbekistan)



Malzemeler

- 3 bardak değirmen unu
- ½ çay kaşığı hazır maya
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 büyük boy soğan (ince kıyılmış)
- 1 adet yumurta akı
- 3 kaşık yoğurt



Yapılışı:²⁰⁴

1. Soğanları ince kıyıp soğanı iyice sıkarak suyunu süzüp bir kenara alın.
2. Unu, mayayı, tuzu bir kâsede iyice karıştırın. Yeterince ılık suyla karıştırıp yumuşak bir hamur elde edin. Hamuru ılık bir ortamda 2 saat kadar dinlendirin.
3. 3 kaşık suyunu sıktığınız soğanı yumurta akı ve yoğurtla karıştırın. 4 eşit parçaya bölün.
4. Elinizle düzleştirin ve kenarlarını keskin bir bıçakla kesin. Ortasının kenarlardan biraz daha ince olduğundan emin olun. Ekmegin ortasını bir çatal ile delin.
5. Soğanlı karışımı ekmeklerin üzerine serpin.
6. Daha önceden 180 derece ısıttığınız fırında esmerleşinceye kadar yaklaşık 39 dakika pişirin
7. Fırından alın, istediğiniz sos ya da kahvaltı, et yemekleriyle birlikte sunun.

Hödelen (Kastamonu)²⁰⁵



Malzemeler

- 4 bardak un
- 2 ½ bardak su
- 1 bardak keş (rendelenmiş)
- 1 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Un ve tuzu derin bir kaba alın ve su ekleyip akışkan bir kıvam elde edin. Suyunu ona göre daha az ya da daha fazla koyabilirsiniz.
2. Derin bir tencerede suyu ilave edip kaynatın ve yarımşar kaşık hamurdan kaynayan suya atarak, ara ara karıştırarak pişirin. Piştikten sonra süzün.
3. Tavada keşi kızartıp süzdüğünüz hamurun üzerine dökerek servis edin.

Banitsa (Bulgaristan)



Malzemeler

- 4 büyük yumurta
- 2 bardak tam yağlı yoğurt
- 2 ½ bardak beyaz peynir
- ½ çay kaşığı karbonat
- 450 g taze yufka
- ¾ bardak eritilmiş tuzsuz tereyağı
- Servis için ilave yoğurt



Yapılışı:²⁰⁶

1. Fırını önceden 190 ° C'ye ısıtın. 30 cmlik bir fırın tepsisini veya kelepçeli kalıbı tereyağı ile yağlayın.
2. Derin bir kapta yumurta ve yoğurdu pürüzsüz olana kadar çırpın.
3. Beyaz peyniri ufalayın, ardından kabartma tozunu ekleyin ve birlikte çırpın.
4. Yufkaları açın ve üzerini bir havluyla örtün. Yufkayı çalışma yüzeyine yerleştirin ve üzerine eritilmiş tereyağını hafifçe sürün.
5. Peynirli yoğurt karışımını size en yakın uzun kenar boyunca ince bir çizgi halinde ekleyin veya tereyağlı yufkanın üzerine hafifçe sürün.
6. Yufkayı diğer uzun kenarına doğru sıkıca sarıp yağlanmış fırın kabının kenarına yerleştirin.
7. Kalan yufkalarla işlemi tekrarlayın ve tepsinin etrafından ortaya doğru sarmal bir şekilde sarmaya devam edin.
8. Banitsa'nın üstüne tereyağı sürün.
9. Fırında üzeri kızarana kadar yaklaşık 45 dakika pişirin.
10. Üzerini bir havluyla örtün ve yoğurt, boza veya ayranla servis etmeden önce oda sıcaklığında 10-20 dakika soğumaya bırakın.

Haşıl (Gümüşhane)²⁰⁷



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak buğday
- 3 kaşık tereyağı
- 2 kaşık un
- 2 diş sarımsak(dövülmüş)
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Buğdayları tencereye alıp üzerini geçecek kadar sıcak su ve tuz ilave edin. Düşük ateşte diri kalacak şekilde buğdayların suyunu bir miktar çekmesini sağlayın.
2. Buğdayın üzerine unu da ilave edip kıvam alana kadar karıştırarak pişirin. Ateşten aldığınız tencerenin kapağını kapatın ve buğdayları 5 dakika demlenmeye bırakın.
3. Sarımsakları yoğurtla karıştırın. Tereyağını küçük bir tavada eritin.
4. Dinlenen haşılı tabaklara bölüştürüp üzerine sarımsaklı yoğurdu gezdirin.
5. Son olarak tabağın ortasını havuz gibi açıp buraya da erimiş tereyağı dökerek servis edin.

Babuko (Tunceli)²⁰⁸



Hamur için:

- 4 bardak un
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 ½ bardak su
- 2 çay kaşığı karbonat

Üst ayrıntı için:

- 5-6 diş sarımsak (dövülmüş, kıyılmış)
- 250 g yoğurt
- 1 ½ bardak sıcak su
- 200 g tereyağı



Yapılışı:

1. Un, tuz, su ve karbonat ile sertçe bir hamur hazırlanır.
2. Pişirme kabını yağlayıp içine hamuru bastıra bastıra oturtun.
3. Hamuru 180 derece fırına verin ve 20 dakika pişirin.
4. Hamur piştikten 5 dakika sonra üstü ince keskin bir bıçakla bir kapak gibi kesin ve çıkarın. İçi sıcakken kaşıkla küçük küçük oyun. Oyup çıkardığınız hamurları bir kasede biriktirin.
5. Bıçakla ilk başta çıkartılan sert üst kapakta küçük küçük kırıntılar hamurdan oyularak çıkmış içlerle karıştırın. İçini oyup kasede bekleyen içler tencere gibi olan pişirme kabındaki hamurun içine kubbe gibi doldurun ve soğuması için bir kenarda bekletin.
6. Yoğurdu tuz ile çırpın. Sarımsakları yoğurda ilave edin. Ardından yoğurdun içine sıcak su ekleyip ocağa alın ve ısıtın.
7. Küçük bir tavada tereyağını eritin.
8. Soğumuş hamurun yanlarına yoğurdu kepçe ile gezdirilerek dökün. Hamur kubbесinin tepesinden ise kızgın tereyağı boşaltıp servis edin..

Gıcımama (Dızmana) (Bulgaristan)²⁰⁹



Hamuru için

- 1 ½ bardak yoğurt
- Aldığı kadar (yumuşak hamur için)
- 1 bardak Ezine peyniri (ekşimik de kullanılabilir)
- 1 adet orta boy yumurta
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı karbonat
- Tadımlik tuz

Üzeri için:

- 1 bardak yoğurt
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- ½ kaşık un
- 1 çay kaşığı karbonat
- Bir tutam tuz
- 1 çay bardağı kaymak
- 1 kaşık çörekotu
- Tepsiyi ve tezgâhı yağlamak için zeytinyağı



Yapılışı:

1. 3 bardak unu geniş bir kaba alın, ortası havuz biçiminde açın. Bu havuza yoğurt, yumurta, zeytinyağı, karbonat ve tuz ilave ederek yoğurun. Gerekirse azar azar un katarak ele yapışan (civık) bir hamur hazırlayın.
2. Elleri yağlayıp hamurdan şeftali büyüklüğünde bezeler koparın. Bezeleri bastırarak ince uzun şekil verilerek açın. Uzun tarafın üzerine boylu boyunca peynir serpin rulo biçiminde sarın. Hazırladığınız bu ruloları 2-3 santim boyunda kesin.
3. Kesik yüzü üstte kalacak şekilde yağlı tepsiye yerleştirin. Hamurların tepsi içinde birbirine yapışık olmasını sağlayın. Diğer bezeleri de aynı şekilde hazırlayın.
4. Yoğurt, zeytinyağı, un, karbonat ve tuzu birlikte çırparak üzerine sürün. Tüm tepsinin üstüne bu karışımı gezdirip çörekotu serpin.
5. Fırını önceden 200 derecede 10 dakika kadar ısıtın.
6. Önceden ısıttığınız fırına verin. Üstü kızarana kadar, yaklaşık 30 dakika pişirin.
7. Fırından çıkarıp sıcak servis edin.

Pilaska (Arnavutluk) ²¹⁰



Malzemeler

- ½ kg pırasa (beyaz kısımları ince kıyılmış)
- 3 çay kaşığı tuz
- 1 bardak zeytinyağı
- 2 bardak yoğurt (oda sıcaklığında)
- 4 bardak mısır unu (mısır unu)
- 1 çay kaşığı karbonat



Yapılışı:

1. Fırını önceden 180 derecede ısıtın. Fırın tepsisini hafifçe yağlayın.
2. Pırasayı tuzla birlikte güzelce ovun. Ovuldukça pırasa yumuşayacaktır. Salınan suyunu atmadan pırasayla birlikte pilaskanın içinde kullanın.
3. Pırasanın üzerine zeytinyağı, yoğurt ve mısır ununu koyun. Karbonatı malzemenin üzerine ilave edin. 2 kaşık tuz serpiştirin. Tüm malzemeyi tahta bir kaşıkla iyice karıştırın.
4. Karışım bulamaç kıvamına gelince yağlanmış tepsiye alın.
5. Sıcak fırının alttan ikinci rafında 1 saat kadar pişirin.
6. Pilaskanın üzeri nar gibi kızardıktan sonra sıcak servis edin.

Yoğurttan Pankek



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 2 adet olgunlaşmış muz
- 2 bardak un
- 2 kaşık şeker
- 2 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 çay kaşığı karbonat
- ¼ bardak yoğurt suyu
- 2 çay kaşığı yağ



Yapılışı:

1. Bir kâsedede un, şeker, kabartma tozu ve karbonatı karıştırın.
2. Başka bir derin kâsedeyoğurdu, muzları ve yoğurt suyunu çırpın.
3. Derin kâsedede tüm malzemeleri iyice yedin. 15 dakika kadar dinlendirin.
4. Hafif yağlandırđınız kızgın tavada 2 kaşık miktarda harcı bir tarafında hava kabarcıkları çıkınca diğerk alt üst ederek kızartın.

Nalpara (Bursa)²¹¹



Malzemeler

- 2 bardak un
- 2 bardak yoğurt
- 3 adet yumurta
- 1 l su
- ½ kg ceviz içi(ince dövülmüş)
- ½ kg pekmez
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 l su



Yapılışı:

1. Yumurta, un, yoğurt, su ve karbonat ile krep hamuru kıvamında hamur yapın.
2. Tavada kızdırdığınız yağda 5 cm büyüklüğünde hamur dökün ve kızartın.
3. Pekmez ile suyu karıştırın ve şerbet yapın.
4. Kızaran hamurlar bu şerbetin içine atıldıktan sonra tepsiye dizin. Ker katman üzerine yoğurunca ceviz dökün. Üzerine geri kalan kızarmış hamurları serin ve üzerine ceviz serpin.
5. Soğuk servis edin.

Ispanaklı Börek (Uşak)²¹²



Hamuru:

Aldığı kadar un

1 bardak yayık altı suyu

1 adet yumurta

1 kaşık zeytinyağı

Tadımlık tuz

Harcı:

- ½ kg ıspanak (ince doğranmış)
- 2 adet orta boy soğan (ince doğranmış)
- ½ demet maydanoz ve dereotu (ince kıyılmış)
- 1 bardak çökelek
- Tadımlık tuz, karabiber

Yoğurtlu karışım:

- 2 bardak yoğurt
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 yumurta
- Tuz

Üzerine:

- 1 çay bardağı kaymak
- Birer avuç susam ve çörekotu



Yapılışı:

1. Hamur malzemesiyle yumuşak bir hamur yoğurun. 6 eşit bezeye bölün. İncecik yufkalar açın ve temiz bir çarşaf üzerine serin.
2. Ispanakların üzerine tuz serpin ve ovun. Suyunu sıkın başka bir kaba alın.
3. Ispanağın üzerine soğan, maydanoz, dereotu ve karabiber serpin.
4. Yoğurtlu karışımın tüm malzemesini çırpın.
5. Fırın 180 derecede önceden ısıtın.
6. Orta boy bir tepsiyi yağlayın. 2 yufkayı tepsinin tabanına döşeyin. Tepsinin dışına taşan yufka parçalarını kesin tepsiye yerleştirin. Ispanaklı harcın üçte biri yufkanın üzerine serpiştirin.
7. Yoğurtlu karışımın dörtte biri düzgünce yayın. Çökeleği serpin. Biraz kaymak gezdirin. Diğer yufkaları da aynı şekilde döşeyin. En üstü için bolca yoğurtlu karışım ayırın.
8. Böreği keskin bir bıçakla kare parçalara bölün. Ayırdığınız yoğurtlu karışımdan sürün. Biraz kaymak gezdirin.
9. Susam ve çörekotu serpiştirin.
10. Fırının orta rafında 45-50 dakika, böreğin üzeri altın sarısı renk alana kadar pişirin.
11. Fırından çıkardıktan sonra en az 15 dakika dinlendirin. Sıcak ya da soğuk servis edin.

Kide (Denizli)²¹³



Malzemeler:

- 4 bardak un
- 1 ay kaşığı tuz
- 2 bardak çökelek
- ½ kg kaymak
- 1 bardak yoğurt
- ½ bardak sıvı yağ



Yapılışı:

1. Un, su ve tuz ile kulak memesi kıvamına gelene dek karıştırın. 4 parçaya ayırın. Her bir bezeyi yuvarlak hale getirin, tepsi büyüklüğünde oklava ile açın.
2. Yağladığınız tepsiye açtığınız hamurlardan birini serin. Üzerine ökelek serin ve aralarına kaymak sürün. Sonra diğer hamurlarda aynı işlemi tekrarlayın.
3. Tüm hamurlar bitince büyük baklava dilimi şeklinde kesin.
4. Kalan kaymak, yoğurt ve bir kaşıık sıvı yağ ile karıştırın ve en üstteki hamurun üzerine gezdirin.
5. 180 derecede önceden ısıtılmış fırında yaklaşık 45 dakika pişirin.
6. Sıcak olarak komposto ya da pekmezle servis yapın.

Bayat Ekmek Makarnası (Giresun)²¹⁴



Malzemeler:

- 1 tane bayat ekmek veya pide
- 2 kaşık tereyağı
- 1 bardak çökelek
- 3 bardak su



Yapılışı:

1. Ekmekleri ince dilimler halinde kesin. Yağsız tavada arkalı önlü kızartın.
2. 1 çorba kaşığı tereyağını tavada eritin. Eridikten sonra 3 bardak suyu ekleyin. Su biraz ısındıktan sonra tavayı ocaktan alın.
3. Kızarmış ekmek dilimlerini bu tereyağlı suya batırıp çıkarın.
4. Ekmekleri tavaya dizin. Üzerine çökelek peyniri serpin.
5. Erittiğiniz 1 çorba kaşığı tereyağından bir miktar dökün.
6. Tavayı kısık ateşin üzerine oturtun.
7. Sırayla dizdiğiniz ekmek dilimlerini arkalı önlü kızartın. Üzerine çökelek serptikten sonra servis yapın.

Mafiş (anonim)²¹⁵



Malzemeler

- ½ bardak yoğurt
- Alabildiği kadar un
- 3 kaşık sıvıyağ
- 1 tane yumurta
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 çay kaşığı tuz
- Kızartmak için sıvı yağ



Yapılışı

1. Bütün malzemeleri karıştırıp azar azar un ilave ederek yumuşak bir hamur yoğurun.
2. Hamuru iki bezeye bölün.
3. Çok ince olmayacak şekilde açın.
4. Bıçakla istediğiniz şekilde kesin.
5. Bol kızgın yağda kızartın.

Kaymaklı Gözleme (Ege)



Malzemeler

Hamuru İçin

- 4 bardak un
- 2 bardak su
- 2 kaşık yoğurt
- 2 çay kaşığı tuz

Harç için:

- 2 bardak ıspanak (ince kıyılmış)
- 1 bardak çökelek
- 3 kaşık kaymak
- 1 tane taze soğan (ince kıyılmış)
- 3 kaşık sıvı yağ
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 kaşık susam (kavrulmuş)
- Tadımlık tuz



Yapılışı :

1. Derin bir kâseye unu koyup, ortasını elinizle açın.
2. Yoğurdu, tuzu ve suyu ilave edip, pürüzsüz bir hamur elde edin. Yarım saat kadar oda sıcaklığında dinlendirin.
3. Tencerede sıvı yağı ısıttıktan sonra susamı soğanı ilave edin.
4. Kavrulan soğanların üstüne ıspanakları, tuzu, kimyonu ilave edin.
5. Ispanaklar sönünce altını kapatın ve soğumaya bırakın. Çökelek, kaymakla ve susamla karıştırın. İç harcı elde edin.
6. Hamurdan mandalina büyüklüğünde parçalar alarak oklavayla pasta tabağı büyüklüğünde açın.
7. Açılan hamurun yarısına harçtan koyup, yarım ay şeklinde kapatın.
8. İyice ısıttığınız yanmaz tavada alt üst ederek pişirin. Sıcak servis edin.

Yağlı ekmek (Elazığ)²¹⁶



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak süt
- 1 kg un
- 1 kaşık ekşi hamur
- 1 bardak tereyağı
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Geniş bir kap içinde un koyulup ortasına tereyağı, yoğurt, süt, ekşi hamur, tuz ilave edin ve yoğurun.
2. Yağlanmış tepsiye serin ve pişirin.

Gaygana (Elazığ)²¹⁷



Malzemeler

- 2 kaşık yoğurt
- 2 adet yumurta
- 1 bardak un
- 1 çay kaşığı karbonat
- Tadımlık tuz
- 3 kaşık kızartmalık yağ



Yapılışı:

1. Yumurta, yoğurt, tuz ve karbonat ve un koyarak çırpın.
2. Diğer tarafta kızdırdığınız yağa hazırladığınız karışımdan 1 kaşık kaşık döküp arkalı önlü pişirin.

Tarhana Bükmesi (Uşak)²¹⁸



Malzemeler

- 3 bardak un
- 1 bardak su
- 4 kaşık taze soğan(ince kıyılmış)
- 2 kaşık susam
- 4 kaşık zeytinyağı
- 4 kaşık Uşak tarhanası
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Unu, suyu ve tuzu yoğurarak yumuşak bir hamur elde edin. 4 bezeye bölün.
2. Tekrar yoğurun, özlendirin. 15 dakika kadar oda sıcaklığında dinlendirin.
3. Bezelerden incecik yufkalar açın.
4. Yufkalardan her birinin yarısına birer kaşık zeytinyağı, susam, taze soğan ve tarhana gezdirin.
5. Diğer yarısını üstüne örterek yarım ay şeklinde kapatın.
6. Hamurun kenarlarını elinizle bastırın. Kızgın saç üzerinde arkalı önlü pişirin.

Pilaska (Arnavutluk)²¹⁹



Malzemeler

- ½ kg pırasa (beyaz kısımları ince kıyılmış)
- 3 çay kaşığı tuz
- 1 bardak zeytinyağı
- 2 bardak yoğurt (oda sıcaklığında)
- 4 bardak mısır unu (mısır unu)
- 1 çay kaşığı karbonat



Yapılışı:

2. Fırını önceden 180 derecede ısıtın. Fırın tepsisini hafifçe yağlayın.
3. Pırasayı tuzla birlikte güzelce ovun. Ovuldukça pırasa yumuşayacaktır. Salınan suyunu atmadan pırasayla birlikte pilaskanın içinde kullanın.
4. Pırasanın üzerine zeytinyağı, yoğurt ve mısır ununu koyun. Karbonatı malzemenin üzerine ilave edin. 2 kaşık tuz serpiştirin. Tüm malzemeyi tahta bir kaşıkla iyice karıştırın.
5. Karışım bulamaç kıvamına gelince yağlanmış tepsiye alın.
6. Sıcak fırının alttan ikinci rafında 1 saat kadar pişirin.
7. Pilaskanın üzeri nar gibi kızardıktan sonra sıcak servis edin.

Çarşaf Böreği (Sivas)²²⁰



Malzemeler

Hamuru için

- 7 bardak un
- 2 bardak su
- 1 bardak sadeyağ
- 1 kaşık tuz

İç malzemesi:

- 1 ½ bardak yoğurt
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 4 kaşık tereyağı
- 1 bardak çökelek



Yapılışı:

1. İlk olarak yoğurma kabına su ve tuzu ekleyip tuzu eritin ve sadeyağı ile unu da ilave edin ve yoğurmaya başlayın. Ele yapışmaz bir kıvam elde edin.
2. Hamuru 10 eşit parçaya bölüp beze yaptıktan sonra 15 dakika dinlenmesini beklerken böreğin içini hazırlayın.
3. Tereyağını biraz erittikten sonra içine zeytinyağı ekleyip yoğurt, unu karıştırın ve karışıma çökeleği ilave edin.
4. Hamurların hepsini servis tabağı büyüklüğü kadar açıp üzerine az yağ sürüp bir kenara alın. Sonrasında ilk açtığınız hamuru her tarafı eşit kalınlıkta çarşafta elimizle çekştirerek büyütün.
5. Hazırladığınız iç malzemedan hamurun her tarafına eşit gelecek şekilde yayın. Sonra hamurun bir ucundan başlayıp yuvarlayın ve yağladığınız tepsiye yerleştirin.
6. En son artan iç malzemeyi böreğin üzerine sürün. Önceden ısıttığınız 180 derece fırında 40 dakika kadar pişirin. İsteğe göre sarımsaklı yoğurtla servis edin.

Tarhanadan Biscotti²²¹



Malzemeler

- 1 bardak Bolu kızılıcık Tarhanası
- 1 ½ bardak Karabuğday unu
- 2 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 bardak çiğ ceviz
- 1 çay kaşığı toz zencefil
- 3 kaşık İzmir çekirdeksiz üzüm
- 2 kaşık siyah erik (ince doğranmış)
- 4 kaşık turna yemişi
- 6 kaşık sızma zeytinyağı
- 3 adet orta boy yumurta
- 1 bardak çiğ yulaf



Yapılışı

1. Bir kaptı yumurtaları çırpın.
2. Bir başka kabın içerisinde yumurtalar hariç tüm malzemeyi karın. (Erikleri doğrayın ve cevizleri bütün olarak koyun.)
3. Fırınınızı önceden 160-170 dereceye ayarlayıp önceden ısıtmaya başlayın.
4. Kıvamlı güzel bir hamur elde edinceye kadar yoğurun.
5. Mutfak tezgâhınızın üzerini unlayıp hamuru buraya alın. Hamuru iki bezeye bölüp her birini silindir yapın.
6. Fırın tepsisine yağlı kâğıt serin. Yağlı kâğıda silindirik hamurlarınızı yerleştirin. Üzerlerine biraz bastırıp hafif yassılaştırın. Üzerlerini yulafıla kaplayın.
7. Fırınınız yeterli dereceye geldiğinde tepsiyi fırına verin. Yarım saat (fırın çeşidinize göre belki daha önce) sonra ekmeklerinizi fırından alın.
8. Ekmeklerin soğumasını bekleyin. (sıcak tepsi üzerinden alıp pencere önü balkon gibi serin bir yerde bekletebilirsiniz)
9. Ekmekleriniz ılıdığında fırınınızı tekrar aynı dereceye getirin. Ekmekler yeteri kadar soğuduğunda keskin bir bıçakla ekmekleri en fazla 1 cm kalınlığında dilimleyin.
10. Dilimleri fırın tepsisine yerleştirip ısınmış fırına verin. Ekmek dilimlerinizi birer kırı haline gelinceye kadar (fazla kavrulmadan) yaklaşık 15 dakika pişirin ve fırından alın.

Büzgü Börek (Bulgaristan)²²²



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 1 ½ bardak çökelek
- 1 bardak su
- 1 çay bardağı kaymak
- 1 yumurta
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- ½ çay kaşığı karbonat
- 1 çay kaşığı tuz
- 3 kaşık tereyağı
- 1 kaşık çörekotu
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:

1. Fırını önceden 180 derecede ısıtın.
2. Yufkalardan biri mutfak tezgâhı üzerine alın. Tüm yufkanın üzerine ekşimik serpin. Yoğurtlu karışımdan 1 kaşık kadar gezdirin.
3. Yufkanın karşılıklı iki kenarı ortaya doğru kapatılarak ince uzun bir dikdörtgen elde edin. Bu yufkayı eller arasında bastırmadan, hafifçe büzün. Büzülmüş ince uzun bir yufka elde edin. Bıçakla el genişliğinde parçalara bölün. Bu parçalar yan yana orta boy bir tepsiye dizin.
4. Tüm yufkalar bu şekilde tepsiye yerleştirildikten sonra ayrılan yoğurtlu harç üstüne gezdirin.
5. Aralara tereyağı ve kaymak koyun. Çörekotu serpip 25 dakika fırınlayın.

Kol Böreği (anonim)²²³



Malzemeler

- Un
- 1 bardak yoğurt
- ½ bardak tereyağı(eritilmiş)
- ½ bardak sıvıyağ
- Kabartma tozu
- Tadımlık tuz

İçi için:

- Beyaz peynir
- Dereotu
- Maydanoz
- Domates
- Yeşilbiber



Yapılışı:

1. Yağlar, yoğurt, un kabartma tozu ve tuzu karıştırarak yumuşak bir hamur elde edin. Bu hamuru dörtgen olarak açın.
2. Beyaz peynir, dereotu, maydanoz, domates ve yeşilbiberle iç malzemesini hazırlayıp açtığınız hamurun üzerine uzunlamasına yerleştirin. Kenarlarını kapatın. Ters çevirerek bir tepsiye yerleştirin.
3. Üzerine bol yumurta sarısı sürün. Çörekotunu serperek fırında 180 derecede 35 dakika pişirin.

Brioche



Malzemeler

- 2/3 bardak süzme yoğurt
- 1 bardak un
- ½ bardak çikolata damlaları
- 1 çay kaşığı vanilya
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 kaşık yoğurt suyu



Yapılışı:

1. Yoğurt suyu ve yumurtayı üzerine sürmek için iyice çırpın.
2. Çikolata damlalarını en son ilave etmek üzere tüm malzemeleri iyice karıştırın.
3. Bir kek kabının yağlayıp bu karışımı çikolata damlalarını da ilave edin. Üzerine süt ve yumurta karışımını sürün.
4. Önceden ısıttığınız 200C fırında 15-20 dakika pişirin.

Puf Böreği (Balıkesir)²²⁴



Malzemeler

- Aldığı kadar un ?????
- 4 kaşıık yoğurt
- 1 adet orta boy yumurta
- 1 ay kaşııkı sirke
- 2 ay kaşııkı kabartma tozu

İ malzemesi

- 8 kaşıık çökelek
- 3 kaşıık maydanoz(ince kıyılmış)



Yapılışı:

2. Un, yoğurt, yumurta, sirke ve kabartma tozunu iyice çırpın. Yarım saat kadar dinlendirin.
3. 3 mm inceliğinde açın. Bardakla kesin. İsteğinize göre i malzemesini koyup kızgın yağda kızartın.
4. Sıcak servis edin.



Tatlılar

Cendere (Anonim)²²⁵



Malzemeler

- 5 bardak baklavalık un
- 1 bardak yoğurt
- 2 yumurta
- 2 kaşık zeytinyağı
- 2 çay kaşığı limon suyu
- Tadımlık tuz
- 1 bardak nişasta
- 2 bardak ceviz içi (dövlümüş)
- 250 g tuzsuz tereyağı

Şerbeti için

- 3 bardak şeker
- 3 bardak su
- 1 kaşık limon suyu



Yapılışı:

1. 4 bardak unu yumurta, yoğurt, zeytinyağı limon suyu ve tuzla yoğurup yumuşak bir hamur elde edin.
2. Hamuru yumurta büyüklüğünde bezelere bölün. Bezeleri unla yoğurup özlendirin. Yarım saat kadar oda sıcaklığında dinlendirin.
3. Şerbet için: Suyla şekeri bir taşım kaynatın. Limon suyunu ilave edip 5-6 dakika daha kaynatın. Soğumaya bırakın.
4. Bezelerin üzerine birer avuç un ve nişasta serpin. Oklavayla ince yufkalar açın. Açtığınız yufkaları temiz bir çarşafın üzerine serin.
5. Fırını 150 derecede önceden ısıtın.
6. Geniş bir tepsiyi yağlayın. Bir yufkayı mutfak tezgahına serip yarıya bölün. Üzerine bolca ceviz serpin. Oklavayı nişastaya bulayın. Gevşek bir biçimde yarım yufkayı geniş tarafından başlayarak oklavaya sarın. Oklavanın iki ucundan yufkayı büzüp ortada kat kat toplanmasını sağlayın. Oklavayı dikkatlice çekip çıkarın. Hamuru bıçakla bir parmak boyunda parçalara bölüp tepsiye yerleştirin.
7. Tereyağını yakmadan kızdırın. Tepsideki hamurun üzerine gezdirin. Fırının orta rafında hamurun üstü pembeleşmeden kırıdayana kadar yaklaşık 40 dakika pişirin.
8. Sıcakken hemen üzerine soğumuş şerbeti gezdirin.
9. Şerbetini çektikten sonra manda kaymağı doldurup servis yapabilirsiniz.

Fıfşış tatlısı (Malatya)²²⁶



Malzemeler

Hamuru için

- 1 çay bardağı yoğurt
- Aldığı kadar un (cıvık hamur kıvamı için)
- 2 adet yumurta
- 1 çay kaşığı karbonat
- ½ çay kaşığı tuz

Kızartmak için:

- 2 bardak sıvı yağ

Şerbeti için:

- 2 bardak toz şeker
- 3 bardak su
- ½ çay kaşığı limon suyu



Yapılışı:²²⁷

1. Şerbetini yapmak için: Su ve şekeri bir tencereye alın. Şerbet kaynayıp iyice koyulaşmaya başladığında limon suyunu ekleyin. 8-10 dakika daha pişirip altını kapatıp soğutun.
2. Derin bir kaptaki yumurtaları iyice çırpın. Çırparken yoğurdu azar azar ekleyin. Tuz ve karbonatı da ilave ederken çırpmaya devam edin. Kek hamuru gibi akıcı bir hamur olana kadar unu azar azar ilave ederek çırpmaya devam edin.
3. Küçük bir tavada bolca sıvı yağı kızdırın. Hamurun kaşığa yapışmasını önlemek için kaşığı her seferinde kızgın yağa batırın. Bir kaşık hamuru yağa yakın bir mesafeden kızgın yağa bırakın.
4. Kızaran sıcak hamurları soğuk şerbete batırın. Servis tabağına alıp servis yapın.

İrmik Lokması (İzmir)



Malzemeler:

- 2 bardak ırmik
- 1 ½ bardak yoğurt
- 4 kaşık sıvı yağ
- 3 adet yumurta
- 1 çay kaşığı karbonat
- 3 bardak şeker
- 3 bardak su
- 1 kaşık limon suyu
- 1 çay kaşığı tarçın



Yapılışı:²²⁸

1. Şeker ve suyu kıvamlı bir şurup şeklinde kaynatın. Limon suyunu ilave edin.
2. Hamur için ırmik, yoğurt, yumurta, yağ ve karbonatı karıştırın. 10 dakika dinlendirin.
3. Kaşıkla alınan malzemeyi orta kızgınlıktaki yağda kızartın.
4. Kızarıncaya çıkarın ve şurubun içine atın.
5. Süzdürdükten sonra tabağa alıp tarçın ve pudra şeker serpererek servis edin.

Sacarası (Konya)



Malzemeler

Hamuru için:

- 1 kaşık yoğurt
- 2 bardak un
- 1 adet yumurta
- 4 kaşık sıvı yağ
- ½ çay kaşığı tuz
- 1 kaşık sirke
- 2 çay kaşığı limon suyu
- 1 çay kaşığı kabartma tozu

Arası için:

1. 350 g kaymak
2. 5 kaşık tereyağı
3. 2 bardak sıvı yağ



Şerbeti için:

- 4 bardak şeker
- 3 bardak su
- 5 çay kaşığı limon suyu

Yapılışı:²²⁹

1. Hamuru elde yapışmayacak şekilde yoğurun ve bezelere ayırın.
2. Her birini açılabilir kadar ince açın.
3. Önce unlayıp sonra nişastayla büyütün.
4. Bezenin yuvarlak kısmına kaymakla birlikte erimiş yağ karışımından koyup katlayıp gül şekli verin.
5. Tepsie dizip üzerini yağlayın.
6. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 25 dakika pişirin.

Portakallı Anne Keki (Anonim)



Malzemeler :

- 1 bardak yoğurt
- 2 ½ bardak un
- 1 bardak toz şeker
- 1 bardak sıvı yağ
- 3 adet yumurta
- 2 kaşık kakao
- 2 çay kaşığı kabartma tozu
- 3 kaşık portakal kabuğu
- 2 kaşık çikolata (rendelenmiş)



Yapılışı:²³⁰

1. Yumurta ve toz şekeri iyice çırpın.
2. İçine yoğurt ve sıvı yağı katıp karıştırın.
3. Kakao, kabartma tozu, portakal kabuklarını ve unu ilave edin ve çırpın.
4. Kek harcını yağlanmış fırın kalıbına dökün.
5. Üzerine çikolataları serpin. 10 dakika dinlendirin.
6. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 25 dakika pişirin.
7. İlk sıcaklığı çıkınca da dilimleyin.

Çilekli Hafif Pasta



Malzemeler

- 4 bardak süzme yoğurt
- 200 g krema
- ¾ bardak şeker
- 1 paket vanilya
- ½ kg taze çilek (ayıklanmış)
- 1 bardak taze çilek püresi ve 3 kaşık şeker
- 300 g kedidili



Yapılışı:²³¹

1. Yoğurt, krema, vanilya ve şekeri çırparak sos elde edin. En üst katına sürmek için bir kısım ayırın.
2. Çileğin yarısı robotta ölçülü şeker ile birlikte çekin ve 10 dakika sos kıvamında pişirin.
3. Kedidillerini yoğurtlu karışıma batırılarak dikdörtgen cam kaba /tabağa dizin.
4. Üzerine dilimlenmiş çilekler dizin, üzerine çilek püresini hafifçe gezdirip ikinci sıra da aynen tekrarlayın.
5. Ayırdığınız yoğurtlu karışım üste döküp kalan çileklerle süsleyin.
6. Üzerine çilek püresi sosunu dökün.
7. Üzerini streç film ile kapatın ve bir gece buzdolabında bekletin.
8. Servis sırasında kare dilimleyip servis edin.

Revani (Antalya)²³²



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak un
- ½ bardak zeytinyağı
- 1 bardak şeker
- 1 bardak irmik
- 4 adet yumurta
- 1 kaşık haşhaş
- 2 çay kaşığı kabartma tozu



Yapılışı:²³³

1. Yumurta ve şekeri iyice çırpıttıktan sonra irmik, yağ, yoğurt, limon kabukları ve kabartma tozu ilave edip çırpın. Unu ve haşhaşı da ekleyerek kek hamuru gibi kıvam elde edin.
2. Önceden 180 derecede ısıtılmış fırında 35 dakika pişirin.
3. Pişerken şerbeti hazırlamak için 1 kg şekeri 8 bardak suyla kaynatın.
4. Revaniyi fırından alın, soğuduktan sonra üzerine şerbeti dökün.

Yumurtasız Yoğurtlu Brownie



Malzemeler

- 1 bardak un
- 1 1/3 bardak yoğurt
- ½ bardak keçiyoynuzu tozu
- 1 bardak bitter çikolata (rendelenmiş)
- 1 bardak şeker
- 3 kaşık bitter çikolata taneleri
- ¼ bardak fındık (ezilmiş)
- ½ çay kaşığı kabartma tozu
- ¼ çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı vanilya özü



Yapılışı:

1. Fırını önceden 200 derecede ısıtın.
2. Kelepçeli yuvarlak kek kabının altına pişirme kağıdı serin.
3. Geniş bir kasede unu, keçiyoynuzu tozunu, kabartma tozunu ve tuzu iyice karıştırın.
4. Çikolatayı benmari usulü eritip şekerle karıştırdıktan sonra yoğurdu da vanilyayı da ilave ederek iyice çırpın.
5. Yaş malzemeleri kuru malzemelerle birleştirin. Sonrasında fındıkları ilave ederek kalın bir hamur elde edin.
6. Hamuru pişirme kabına alın ve üzerine çikolata tanelerini atın.
7. Önceden ısıttığınız fırında 25 dakika pişirin.
8. Soğumasını bekleyin.
9. Soğuduktan sonra dilimleyip hava almaz saklama kabına alın. Serin ve kuru bir yerde ya da buzdolabında saklayın. Bu şekilde bir hafta tazeliğini koruyacaktır.

Haşhaşlı Cheesecake



Malzemeler:

I. Tabanı:

- 250 g Sandıklı leblebisi
- ½ bardak haşhaş yağı
- 6 kaşık sürtülmüş haşhaş

II. Harcı:

- ½ kg Afyon taze köy peyniri
- 2 kaşık toz şeker
- 2 kaşık limon zest (rendelenmiş)
- 3 adet yumurta
- 2 kaşık beyaz haşhaş
- 1 kaşık mısır nişastası
- 1 kaşık keçiyoynuzu tozu
- 1 bardak süzme yoğurt
- 3 kaşık keçiyoynuzu pekmezi

III. Sosu:

- 2 kaşık mısır nişastası
- 200 g vişne reçeli
- 1 kaşık haşhaş tohumu
- 2 kaşık file badem(sotelenmiş)
- 2 kaşık toz şeker
- 1 bardak vişne suyu



Yapılışı:²³⁴

1. 19 cm çapındaki kelepçeli kalıbı yanlarıyla birlikte iyice yağlayın.
2. Leblebiyi rondodan geçirin. Yağ ilave edin. Birlikte tekrar homojen oluncaya kadar tavada iyice çevirin.
3. Kalıba aktarın. Tabanından kenarlarına doğru düz kenarlı bir bardağı hafifçe bastırarak karışımı düzgün bir şekilde taban ve kenarlarına sıkıştırarak yayın. Haşhaşı spatulayla üzerine katman yaparak sürün. Streç film ile kaplayıp buzdolabına alın.
4. Fırını önceden 160 derecede ısıtın.
5. Köy peynirini, şeker ve keçiyoynuzunu derin bir kapta pütürsüz oluncaya dek rondodan geçirin. Sonrasında rondo olmadan yumurtaları çırpma işlemi devam ederken teker teker ilave edin. Gereğinden fazla çırpamaya özen gösterin.
6. Mısır nişastası, zest ve süzme yoğurdu da ayrı bir kapta karıştırın. KB pekmeziyle birlikte peynirli karışıma ilave edin, pütürsüz oluncaya kadar karıştırın.
7. Hazırlanan karışım bisküvili tabana yayın. Fırın tepsisine yerleştirin ve 60-70 dakika pişirin.
8. Fırın kapatıldıktan sonra 2 saat kadar fırın kapağı aralık olarak fırında bekletin.
9. Sosu dökmeden önce buzdolabına kaldırın. En az 4-6 saat bekletin.
10. Vişne reçeline nişasta ve şekerle birlikte vişne suyu ilave edin. Ocağa alın sürekli karıştırılarak koyulaşana kadar 5 dakika pişirin. Kavrulmuş badem ve haşhaş tohumlarını ilave edip soğutun.
11. Sosu cheesecake'in üzerine her tarafını kaplayacak şekilde dökün. Soğuk servis edin.

Peynirli Halka Tatlısı (Şanlıurfa)²³⁵



Malzemeler

- 3 kaşık yoğurt
- 1 kaşık zeytinyağı
- 1 yumurta
- ½ bardak tuzsuz peynir (rendelenmiş)
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 bardak un
- 1 çay kaşığı karbonat
- 1 bardak zeytinyağı

Şurup için:

- 2 bardak şeker
- 2 bardak su
- 1 kaşık limon suyu



Yapılışı:²³⁶

1. Şurup malzemelerini ateşe koyun, kaynamaya başladıktan sonra ateşi kısın. 2 dakika kadar kaynatın. Ateşten alıp soğumaya bırakın.
2. Bir kâsede yoğurt, zeytinyağı, yumurta ve peyniri çırpın. Tuz ve unu ilave ederek karıştırın. En son karbonatı ilave edin.
3. Bekletmeden avuçta ortasında parmakla açıp kızgın yağda kızartın.
4. Şurubu önceden değil, yeneceği zaman dökülmeli ve tatlı şurup içinde fazla bekletilmemelidir.
5. Halkaları tepsi üzerine konulmuş kevgire çıkarın. Sonrasında soğuk şuruba atın. 5 dakika beklettikten sonra şuruptan çıkarıp soğuk servis edin.

Yiaourtopita (Yunanistan)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak ve 2 kaşık şeker
- 6 kaşık tereyağı
- 2 ve ¼ bardak un
- 5 adet yumurta(beyazı ve sarısı ayrılmış)
- 3 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 limon kabuğu zest
- 1 çay kaşığı vanilya özütü

Şerbeti için:

- 1 ½ bardak su
- 1 ½ bardak şeker
- ½ çay kaşığı vanilya özü



Yapılışı:²³⁷

1. Şerbeti hazırlamak için: Şeker eriyene ve şurup hafifçe koyulaşana kaynatın. Soğuması için bir kenara bırakın.
2. Yumurta beyazlarını bir tutam tuz ile birlikte mikserin kâsesine koyun. Yumurta beyazlarını (kâsenin ve çırpma aparatının temiz olduğundan ve su içermediğinden emin olun) Yumurta aklarını karışım çok kalın ve parlak olana ve çırpma teli kaldırıldığında uzun bir tepe noktası oluşana kadar çırpın (beze). Karışımı bir kâseye koyun ve kenara ayırın.
3. Başka bir kapta un ve kabartma tozunu eleyip karıştırın.
4. Elektrikli bir mikserle tereyağı ve şekeri yaklaşık tereyağı krema kıvamına gelip kabarana kadar karıştırın (tereyağının oda sıcaklığında olması çok önemlidir). Yumurta sarılarını teker teker ekleyin, karıştırırken her birinin diğerini eklemekten önce emilmesi için zaman tanıyın.
5. Yoğurda limon kabuğu rendesini ve vanilya özünü de ekleyin ve karıştırın. Elediğiniz unun 1/3'ünü ekleyin ve karıştırın. Bezelerin 1/3'ünü ekleyin ve aşağıdan yukarıya doğru hafif dairesel hareketlerle karıştırın. Kalan un ve beze ile tekrarlayın (1/3 un ve 1/3 beze ve ardından kalan un ve bezeyi ekleyerek) devam edin.
6. Fırını önceden 190 derecede ısıtın (hem üst hem de alt ısıtma elemanları açık).
7. Keki pişirmek için yaklaşık 26 cm çapında yuvarlak bir kek kalıbı kullanın. Kalıbın tabanını ve kenarlarını yağlayın ve karışımı dökün.
8. Keki önceden ısıtılmış fırının alt rafına yerleştirin, ısıyı 175C'ye düşürün ve 50-60 dakika, iyice pişene kadar pişirin. Hazır olup olmadığını anlamak için kekin ortasına kürdan batırarak kontrol edin. Eğer temiz çıkarsa, kek hazır demektir.
9. En son olarak da soğuk şurubu yavaşça sıcak kekin üzerine dökün ve döktüğünüz her kepçenin şurubu iyice emmesini bekleyin, ardından tekrar dökün. Şurubun emilmesi için zaman tanıyın.
10. Soğuk olarak taze meyveler, yoğurt veya dondurma ile servis edin.

Basbousa (Mısır)^{238 239}



Malzemeler

Hamuru için:

- 1 bardak irmik
- 1 bardak un
- ½ bardak şeker
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 2 kaşık eritilmiş tereyağı

Şerbet için:

- 1 bardak su
- 2 bardak şeker
- 1 ½ portakal suyu
- 3 kaşık limon suyu
- 4 kaşık soyulmuş badem



Yapılışı:

1. Tüm hamur malzemelerini iyice karıştırıp yağladığınız tepsiye yayın.
2. Bir spatula ile yüzeyi düzleştirin ve elmas şeklinde kesin. Her baklava diliminin üzerine bir iki badem yerleştirin.
3. Fırının ortasında 175 derecede kızarana kadar 35 dakika kadar pişirin.
4. Kek pişerken, küçük bir tencereye şeker ve suyla birlikte yaklaşık 5-10 dakika kaynatın. Bir çay kaşığını şuruba batırın ve soğuk bir yüzeye ya da tabağa birkaç damla damlatın. Parmaklarınızla yapışkanlığını test edin. Eğer yapışkansa ateşi kapatın. Şurup soğudukça koyulaşmaya devam edecektir. Eğer dökülemeyecek kadar koyulaşırsa, bir ya da iki çay kaşığı su ekleyin. Yeterince koyulaşmıyorsa bir iki dakika daha kaynatın.
5. Kek piştiğinde fırından çıkarın, kesikleri derinleştirin ve şurubu kekin üzerinde gezdirin. Bir spatula ya da düz bir kek kalıbı ile şurubun kesiklerden sızmasını sağlayın. Porsiyonlarının üzerinde biraz daha şuruplu fazla kıvam isteyenler için çeyrek fincan şurup ayırın.
6. Ilık ya da soğuk servis edin.

Şambalı Tatlısı (İzmir)



Malzemeler:

- 2 bardak irmik
- 1 ½ bardak toz şeker
- 1 ½ bardak un
- 1 ½ bardak yoğurt
- 1 çay kaşığı karbonat

Üstü için:

- Yer Fıstığı

Şerbeti için:

- 3 bardak su
- 3 bardak toz şeker
- ½ limonun suyu



Yapılışı:²⁴⁰

1. Şerbet için 3 bardak toz şekeri ve suyla kaynatın. Yoğunlaşmaya başladığında (kıvama gelince) şerbetin üstüne limonun suyunu sıkın, limon suyunun güzelce dağılması için şerbeti kısa bir süre karıştırıp ocaktan indirin.
2. Hamuru için, önce bir kapta şeker, yoğurt, karbonatı pürüzsüz bir kıvam alıncaya kadar karıştırın.
3. Hazırlamış olduğunuz bu karışımı geniş bir kaba alıp üzerine irmik, un ve yoğurdu ekleyin.
4. Bütün malzemeler birbiri ile özleşene kadar güzelce karıştırın.
5. Kıvam alan hamuru bir fırın tepsisine dökün (fırın tepsisinin yanları yüksek olmalı) ve tepsiye düz bir şekilde yayıp üzerine fıstıkları yerleştirin.
6. Tepsie döktüğünüz hamuru önceden 170 derecede ısıttığınız fırına atıp yaklaşık 35-40 dakika kadar pişirin (fırınınızın pişirmesine göre süre değişkenlik gösterebilir.)
7. Fırındaki hamurun üzeri kızardığında fırından çıkarabilirsiniz.
8. Pişen hamurunuzu fırından çıkardıktan 5 dakika sonra, hamur tam olarak soğumadan dilediğiniz şekilde bir bıçak yardımıyla dilimleyin.
9. Dilimlediğiniz hamurun üzerine ılık şerbeti yavaş yavaş dökün. Şerbeti tamamen döktükten sonra hamurun şerbeti çekmesi için üzerini bir tepsi ile kapatın ve birkaç saat dinlenmeye/soğumaya bırakın.

Kayısıdan Parfe



Malzemeler:

- 12 adet kayısı
- 2 bardak yoğurt
- ½ bardak kaymak
- 1 çay kaşığı damla sakızı (öğütülmüş)
- 3 kaşık süt
- 3 kaşık su
- 1 kaşık bal
- ¼ bardak Antep fıstığı



Yapılışı:

1. 6 tane kayısıyı ince dilimleyin, diğerlerini dörde bölün.
2. Geniş bir kaptan yoğurt ve kaymağı karıştırın.
3. Sütü ısıtıp suyu zencefili de ilave edip kaynatın. Soğutun.
4. İyice soğuduktan sonra balı da ilave edin. Bir kenara alın.
5. Ağız geniş bir bardak veya kâseye 2 kaşık yoğurt karışımı koyun. İnce doğranmış 3-4 dilim kayısı ilave edin. Tekrar yoğurt karışımı ekleyin.
6. Diğer dilimlenmiş kayısıları ilave edin. Yeniden yoğurt karışımını ilave edin. Zencefilli karışımı üzerine yayın. Yeniden 2 kaşık yoğurt ilave edin.
7. Dörde bölünmüş kayısılar ve damla sakızlı karışımı döküp, fıstıkları serpin.
8. Her bir bardağı benzer şekilde hazırlayın. Buzdolabında yarım saat beklettikten sonra soğuk servis edin.

Kalbur Hurması (Diyarbakır)²⁴¹



Malzemeler

- ½ kg un
- 1 bardak zeytinyağı
- 2 kaşık sadeyağ
- 2 kaşık yoğurt
- 5 kaşık meşe odunu külü
- ½ kaşık şeker
- 1 paket kabartma tozu
- 4 kaşık ceviz içi (ince dövülmüş)
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı tarçın (isteğe göre)

Şerbet için:

- 2 bardak şeker
- 1 ½ bardak su
- 2-3 kaşık limon suyu



Yapılışı:²⁴²

1. Unu kehribar rengi alıncaya kadar kavurup soğutun.
2. Külü 4 bardak suyla birlikte kaynatın. Soğutun. Kül tortusunu hareketlendirip bulandırmadan dikkatli bir şekilde 2 bardak ayırın.
3. Şekeri, suyu, bir çay kaşığı limon suyu ve 2 çay kaşığı limon kıvrıklarıyla birlikte kaynatıp limon kabuklarını süzerek soğutun. İsteğe göre tarçın ilave edip karıştırın.
4. Yaklaşık 1 ½ bardak kül suyunu, zeytinyağı, yoğurdu, kabartma tozu ve tuzu iyice karıştırın.
5. Arkasından kavurduğunuz unu azar azar ilave edin. Yumuşak bir hamur elde edin. (gerekirse kül suyu kullanın. Hamurun üzerini örterek oda sıcaklığında yarım saat kadar dinlendirin.
6. Hamurdan ceviz büyüklüğünde alın. Avuç içinde yuvarlayıp sağ elinizin dört parmağınızda tutup renderin ince tarafının iç tarafından yukarıdan aşağıya doğru hafifçe bastırıp kaydırın. Böylece hamur hurma şeklini alacaktır. Bu hamurun formunu bozmadan ceviz ilave ederek tepsiye dizin.
7. Önceden 180 derecede ısıtılmış fırında 35 dakika pişirin.
8. Şerbeti üzerinde gezdirip servis edin.

Nevzine (Kayseri)²⁴³



Malzemeler

- 150 g tereyağı
- 1 ½ bardak ceviz içi (ince çekilmiş)
- 3 kaşık tahin
- 1 çay bardağı yoğurt
- 5 bardak un
- 1 kaşık kabartma tozu

Şerbeti için

- 2 bardak tozşeker
- 3 bardak su
- ½ limonun suyu



Yapılışı

1. Tereyağını eritip hamur kabına alın. Ceviz, tahin ve yoğurdu ilave edip karıştırdıktan sonra un ve kabartma tozunu ekleyip sert kıvamlı bir hamur elde edinceye kadar yoğurun.
2. Yuvarlak bir kalıbı yağlayıp hamuru elinizle bastırarak yayın. Baklava dilimi şeklinde kesin.
3. Önceden 200 derecede ısıtılmış fırında üzeri kızarıncaya kadar yaklaşık 30 dakika pişirin.
4. Tozşekerle suyu kaynatıp şerbeti hazırlayın. Limon suyunu ekleyip ocaktan alıp ılıştırın.
5. Tatlıyı fırından çıkarıp üzerine ılımış şerbeti gezdirerek dökün.
6. Şerbetini çekinceye kadar bekletin.
7. Dilimleyip soğuk olarak servis yapın.

Fış fış tatlısı (Malatya)²⁴⁴



Malzemeler

Hamuru için

- 2 yumurta
- 9 kaşık yoğurt
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı karbonat
- Aldığı kadar un ?????

Kızartmak için

- 2 bardak sıvı yağ

Şerbeti için

- 2 bardak toz şeker
- 2 bardak su
- ½ limonun suyu



Yapılışı

1. Derin bir kaptan yumurtaları kırıp çırpın. Çırparken yoğurdu azar azar ekleyin. Tuz ve karbonatı da ilave ederken çırpmaya devam edin. Kek hamuru gibi akıcı bir hamur olana kadar unu azar azar ilave ederek çırpmaya devam edin.
2. Küçük bir tavada bolca sıvıyağı kızdırın. Hamurun kaşığa yapışmasını önlemek için kaşığı her seferinde kızgın yağın altına batırın. Bir kaşık hamuru yağın altına yakın bir mesafeden bırakın.
3. Şerbeti kaynatmak için su ve şekeri bir tencereye alıp ocağa koyun. Şerbet kaynayıp iyice koyulaşmaya başladığında limon suyunu ekleyin. 8-10 dakika daha pişirip altını kapatın.
4. Kızaran sıcak hamurları soğuk şerbete batırın. Servis tabağına sıralayarak servis yapın.

Sarım Burma (Niğde)²⁴⁵



Malzemeler

Hamur için

- 1 bardak yoğurt
- 2 yumurta
- 1 ½ çay bardağı sıvıyağ
- ½ çay bardağı ılık su
- 1 kaşık sirke
- 1 çay kaşığı tuz
- 6 bardak un
- 1 buçuk çay kaşığı kabartma tozu
- ½ kg nişasta

İç malzeme

- 1 bardak ceviz içi (ince çekilmiş)

Şerbet için

- 3 bardak su
- 3 bardak toz şeker
- ½ limon suyu
- 1 bardak sadeyağ



Yapılışı

1. Hamur malzemeleri ile yumuşak bir hamur yoğurun. Yarım saat kadar oda sıcaklığında dinlendirin
2. Şerbeti hazırlamak için su ve şekeri bir tencerede kaynatın. İndirmeye yakın içine limonsuyu ekleyin.
3. Hamurdan ceviz büyüklüğünde 2 parça alın. Her iki parçayı çay fincanı büyüklüğünde açın. Aralarına bolca nişasta serptikten sonra üst üste koyup önce merdane ile daha sonra oklava ile mümkün olduğunca ince açın.
4. Açtığınız yufkaları ortadan ikiye bölün. Önce bir yarısına daha sonra diğerine ceviz serpin. Yufkaları oklavaya dolayın ve bütün tepsiye dizin. Sonra üzerine sadeyağı gezdirin.
5. Önceden ısıttığınız fırında kızarıncaya kadar yaklaşık yarım saat pişirin. Şerbetini tatlı soğuduktan sonra sıcak olarak dökün. Yalnız şerbeti ocaktan indirdikten sonra beş dakika kadar bekletip ilk sıcaklığı geçtikten sonra dökün.
6. 2 saat dinlenmeye bırakın. Sonrasında tatlı servise hazırdır.

Muz ve ikolatalı Mufin



Malzemeler

- 2 kaşık tereyağı
- ¾ bardak esmer şeker
- ½ bardak yoğurt
- 1 adet muz (olgunlaşmış)
- 1 ay kaşığı kabartma tozu
- ½ çay kaşığı tarçın
- 2 bardak un
- 2 yumurta
- 1 ay kaşığı



Yapılışı:

2. Erittiğiniz tereyağını esmer şeker, yarım bardak yoğurtla karıştırın. İyice ırpın. Sonrasında muz, yumurtayı ilave edin ve iyice çırparak, birbirine geçmesini sağlayın.
3. Başka bir kâsede de unu, kabartma tozunu iyice karıştırdıktan sonra muzlu karışımla iyice yedin.
4. Mufin kaplarına paylayıp önceden ısıttığınız 180 derece fırında 20-25 dakika pişirin. .

Yoğurt Pastası²⁴⁶



Malzemeler

- 2 bardak un
- 1 çay bardağı tozşeker
- 6 kaşık tuzsuz tereyağı
- 1 paket kabartma tozu
- 1 paket vanilya

Yoğurtlu karışım:

- 4 bardak yoğurt
- 4 adet orta boy yumurta
- 1 kaşık mısır nişastası
- 1 çay bardağı tozşeker
- 3 kaşık İzmir çekirdeksiz üzüm



Yapılışı:

1. Unu büyük bir kaba eleyin. Şeker, vanilya ve kabartma tozunu ilave edip harmanlayın.
2. Oda sıcaklığında yumuşatılmış tereyağı ve 1 yumurtayı ekleyip yoğurun.
3. Elde ettiğiniz hamurun içine elinizle bastırarak hafifçe kenarlarından yukarı taşacak şekilde yayın.
4. Yoğurtlu karışım için yumurta sarılarını ayırın. Yumurta sarılarını çukur bir kaba alın. Şeker ve vanilyayı ekleyip birkaç dakika çırpın.
5. Yoğurt, nişasta ve tereyağını ilave edip pürüzsüz sos kıvamına gelinceye kadar çırpmaya devam edin.
6. Yumurta aklarını iki katına kabarana kadar çırpın. Yoğurtlu karışıma ilave edin En son olarak da kuru üzümle ilave edin. Alttan üste havalandırarak karıştırın.
7. Kelepçeli kalıbın içine dökün.
8. Önceden ısıtılmış 140 dereceye ayarlı fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin.
9. Dilimleyip isteğe göre meyveli marmelat ile soğuk servis edin.

Nevzine (Kayseri)²⁴⁷



Malzemeler

- 150 g tereyağı
- 1 ½ bardak ceviz içi (ince çekilmiş)
- 3 kaşık tahin
- 1 çay bardağı yoğurt
- 5 bardak un
- 2 kaşık kabartma tozu

Şerbeti için

2 bardak tozşeker

3 bardak su

½ limonun suyu



Yapılışı

1. Tereyağını eritip hamur kabına alın. Ceviz, tahin ve yoğurdu ilave edip karıştırın. Un ve kabartma tozunu ekleyip sert kıvamlı bir hamur elde edinceye kadar yoğurun.
2. Yuvarlak bir kalıbı yağlayıp hamuru elinizle bastırarak yayın. Baklava dilimi şeklinde kesin. Önceden 200 derecede ısıtılmış fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin.
3. Tozşekerle suyu kaynatıp şerbeti hazırlayın. Limon suyunu ekleyip ocaktan alın.
4. Tatlıyı fırından çıkarıp üzerine ılık şerbeti gezdirerek dökün.
5. Şerbetini çekinceye kadar bekletin.
6. Dilimleyip soğuk olarak servis yapın.

Şam Tatlısı (Hatay)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 1 bardak irmik
- 1 bardak tahin
- 1 bardak un
- 1 bardak sıvı yağ
- 1 bardak toz şeker
- 1 bardak ceviz içi (ince dövülmüş)
- 1 kaşık tarçın

Şerbeti için

- 2 bardak şeker
- 1 bardak su
- 1 kaşık limon



Yapılışı

1. İrmik, yoğurt, un, sıvıyağ, tarçın ve şekeri karıştırıp harç haline getirin.
2. Tepsinin tabanını çok ince tahinle kaplayın. Üzerine hazırlanan harçtan bir kat sürün. Üzerine cevizleri bir katman olarak yayın. Onun üzerine de kalan harcı yerleştirin. Üzerini yeniden tahinle kaplayın.
3. Önceden 180 derecede ısıttığınız fırında üstü kızarıncaya dek 35 dakika pişirin.

Şerbeti için de:

4. Şam tatlısı fırında pişerken, şeker ve suyu kaynatın. Şıra haline getirin. İçine limon suyu ekleyip karıştırın. Akışkan hale gelince ocaktan indirin.
5. Soğuk şırayı sıcak tatlının üzerine dökün.
6. Şırayı emen tatlıyı baklava dilimi şeklinde kesip servis edin.

Yoğurttan Panna Cotta²⁴⁸



Malzemeler

- 2 bardak tam yağlı yoğurt
- 1 ½ bardak tam yağlı süt
- 2 ¼ çay kaşığı aromasız bitkisel jelatin tozu
- ½ bardak şeker
- 1 adet portakal kıvrığı (5 cm uzunlukta)
- 1 adet limon kıvrığı (5 cm uzunlukta)
- 1 adet lime kıvrığı (5 cm uzunlukta)
- 1 bardak kayısı kompostosu
- 7-8 adet nane yaprakları



Yapılışı

1. Yarım bardak süte jelatinleri bırakın. Karıştırmadan jelatini yumuşaması için 10 dakika kadar bekletin.
2. Kalan bir bardak sütü de şeker, limon ve portakal kıvrıklarıyla beraber küçük bir sos tenceresinde orta ateşte çevirin.
3. Karışımı tıngırdatmaya (kaynatmadan ısıtmaya) getirin. Karıştırarak şekeri iyice eritin. Ocağı kapatın. Sütlü jelatini karışıma ilave edin. Karıştırmaya 3 dakika kadar devam edin. Karışımı ılıyınca kadar dinlendirin. Limon ve portakal kabuklarını çıkarın.
4. Aromalandırdığınız sütü geniş bir kâsedeyoğurtla iyice karıştırın.
5. Yoğurtlu karışımı muhallebi kâselerine paylayıp her birinin üzerini streç filmle kapatın. Buzdolabında en az 8 saat soğutun. Üstünü nane yapraklarıyla süsleyip erik veya kayısı kompostosuyla servis edin.

Yoğurttan Cips



Malzemeler

- 1 kg taze mürdüm eriği (çekirdekleri çıkarılmış)
- ½ bardak süzme yoğurt
- 2 kaşık erik pekmezi
- 1 kaşık bal
- 1 çay kaşığı vanilya özü
- ½ çay kaşığı kaya tuzu



Yapılışı

1. Tuz dışında tüm malzemeleri karıştırın, yarım saat kadar bekletin. Sonrasında bir tencerede 10 dakika kadar kaynatıp eriklerin yumuşamasını sağlayın.
2. Blenderden geçirip püre kıvamı elde edin.
3. Yayvan bir kabın altına yağlı kâğıt serin. Hafifçe tuz serpin. Püreyi tepsiye yarım cm kalınlığında yayın. Derin dondurucuda 3 saat kadar bekletin. Donan püreyi kırarak veya düzenli keserek servis edin.
4. İsterseniz dondurmadan da yoğurtla birlikte tava kek (pancake) veya gofretlerle (waffle) servis edebilirsiniz.

Aromalı Donuk (Frozen) Yoğurt

Fıstık Aromalı Donuk Yoğurt

- 2 adet muz (olgunlaşmış, dilimlenmiş)
- ½ bardak fıstık ezmesi
- ½ bardak yoğurt
- 1 kaşık bal

Çikolata Aromalı Donuk Yoğurt

- 2 orta boy avokado (dilimlenmiş, donuk)
- ¾ bardak yoğurt
- 2 kaşık kakao
- 2 çay kaşığı akçaağaç şurubu

Yabanmersini Aromalı Donuk Yoğurt



- 3 bardak yabanmersini (donuk)
- 2/3 bardak yoğurt
- 1 çay kaşığı limon suyu
- 1 çay kaşığı erik özü (gerektiğinde ekleyin)



Yapılışı

1. Derin bir kasede donuk meyveleri, yoğurdu, diğer malzemeleri krema kıvamı elde edinceye kadar blendırdan geçirin.
2. Hemen servis edin veya hava geçirmez saklama kaplarına alarak dondurun.

Yoğurtlu Meyveli Dondurma



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 2 muz (çilek, ahududu, yabanmersini vs)
- 3 kaşık bal (keçiyoynuzu tozu, pudra şekeri vb)
- 2 kaşık antep fıstığı veya ceviz ya da fındık



Yapılışı

1. Muzu ya da kullanacağınız meyveyi püre haline getirin ya da daha diri meyveli seviyorsanız doğrayın.
2. Yoğurda meyve püresi, bal ve antepfıstığı, ceviz veya fındığı ilave edip iyice karıştırın. Karışımı kalıp olarak kullanacağınız kaplara paylaştırın.
3. Karışımı 3-4 saat buzlukta donması için bırakın.
4. Sonrasında yoğurt dondurmanızı tarçın serperek servis edin.

Fıstık Ezmeli Yoğurt Damlaları²⁴⁹



Malzemeler

- ¾ bardak yoğurt
- ¼ bardak fıstık ezmesi
- ½ çay kaşığı Stevia
- 1 çay kaşığı keçiyoynuzu özü
- ½ çay kaşığı tarçın
- Tadımlık tuz



Yapılışı

1. Tüm malzemeleri pürüzsüz kıvam elde edinceye kadar blenderden geçirin.
2. Karışımı şanti torbasına alın.
3. Pişirme kağıdına damlatın. Derin dondurucuda en az yarım saat bekletin. Ya da kilitli poşetlere alıp uzun süre saklayın.

Elma ve Havuçlu Tatlı²⁵⁰



Malzemeler

- ½ bardak irmik
- 2 çay bardağı yoğurt
- 4 adet yumurta
- 4 adet yumurta akı
- 1 kaşık Hindistancevizi yağı
- 2 adet havuç (ince rendelenmiş)
- 2 adet ekşi elma (soyulmuş, ince dilimlenmiş)
- 2 adet orta boy portakal (1 adet portakalın kabuğu, ikisinin suyu)
- 4 kaşık şeker
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Portakalların suyunu sıkın ve bir portakalın kabuklarını rendeleyin.
2. Elma dilimlerini portakal suyuyla ıslatın.
3. 4 adet yumurta ve şekeri iyice krema haline gelinceye kadar çırpın.
4. Yoğurt, irmik ve portakal kabuğunu ilave edin iyice karıştırın
5. Elde ettiğiniz yumuşak hamura rendelenmiş havucu ekleyin.
6. Yumurta akına tuz ilave edip iyice çırpın.
7. Hamura ilave ederek karıştırın.
8. Fırın kabını yağlayıp bir kat elma bir kat hamur şeklindedöşeyin.
9. Malzemeler bitene kadar bu işlemi devam ettirin.
10. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında pişirin. Meyve dilimleriyle servis edin.

Gliko (İmir dolması) (Erzurum)²⁵¹



Malzemeler

- 2 bardak kalın bulgur
- 4 ½ bardak su
- 2 bardak + 3 kaşık un
- 4 çay kaşığı tuz

Üzeri için

- 3 kaşık tereyağı (isteğe bağlı artırabilir ya da azaltabilirsiniz)
- 2 diş sarımsak
- 4 kaşık yoğurt

Sosu için

- 1 kaşık domates salçası
- 2 çay kaşığı pul biber
- 2 çay kaşığı nane
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 kaşık sıvı yağ



Yapılışı

1. Öncelikle bulguru yıkayın. Ardından bulguru tencereye alın, su ve tuz ekleyerek kaynamaya bırakın.
2. Pilav gibi pişip göz göz olunca pişip pişmediğine bakın. Eğer sertlik varsa tekrar sıcak su ekleyin. Bulgur piştikten sonra sıcakken üzerine unu eleyip iyice karıştırın ve ardından soğumaya bırakın.
3. Soğuduktan sonra 1-2 dakika yoğurup istediğiniz şekli verin. Eğer şekil verilecek kıvamda değilse biraz daha un ilave edin.
4. Şekil vermeden önce aldığınız parçayı avucunuzda sıkıca bastırın. Bulgurların iyice sıkışmasını sağladıktan sonra şekil verin.
5. Diğer yanda da tereyağını ayrı bir kapta dağlanana kadar kaynatın. Sos malzemelerini ocak üzerinde karıştırarak hazırlayın.
6. Sarımsaklı yoğurdu da hazırlayıp ardından bulgura şekil verdikten sonra geniş bir tencereye su ve yine 4 çay kaşığı tuz ilave edip kaynamaya bırakın.
7. Hazırladığınız bulgur köftelerini tek tek kaynayan suya bırakın. Köfteler haşlandıkça su yüzüne çıkacaklardır. Hepsi su yüzüne çıktıktan sonra 6-7 dakika daha öylece kaynatmaya devam edin.
8. Son olarak haşlanan köfteleri kevgir yardımıyla kısım kısım çıkarıp servis tabağına alın.
9. Üzerine öncelikle sarımsaklı yoğurdu, sonra dağlanmış sıcak tereyağını gezdirip sosunu ekleyerek servis edin.

Mishti Doi (Bengal)²⁵²



Malzemeler

- 1 l tam yağlı süt
- 3-4 kaşık yoğurt
- 1 ½ şeker



Yapılışı

1. Sütü orta ateşte kaynatın. Suyunu çekterek hacmini yarı yarıya düşürün. Sütün dibinin tutmaması için kaynatırken sıkça karıştırın. Piştikten sonra ılıklaştırın.
2. Şekeri de başka bir kapta düşük ısıda eritip karamelize edin. Karamelize olduktan sonra sütü ilave edin. İyice karıştırın.
3. İkisi de iyice karışınca yoğurdu ekleyin.
4. İstedığınız kaba dökün ve Mishti Doi'yi kuruması için ılık, karanlık bir yerde saklayın. En lezzetli Mishti Doi toprak kap içinde yapılır.
5. Mishti Doi katılaşınca bir-iki saat soğutup servis edin.

Zarbana Tatlısı (Bartın)²⁵³



Malzemeler

- 1 adet yumurta
- 2 kaşık yoğurt
- 1 kaşık sirke
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 2 çay kaşığı kabartma tozu
- 1 bardak su
- Aldığı kadar un
- ½ bardak ceviz içi (ince dövülmüş)

Şerbeti için

- 3 bardak toz şeker
- 2 bardak su
- 21 çay kaşığı kaya tuzu
- ½ Limon suyu



Yapılışı

1. Şerbet için: Şekeri suyu, yarım limon ve kaya tuzunu kaynatın. Karışım şerbet halini aldıktan sonra soğumaya bırakın.
2. Yumurta, zeytinyağı, yoğurt ve elma sirkesini derin bir kaba alın. Bir bardak su, kabartma tozu ve tuz ilave edin. Unu yavaş yavaş ekleyip kulak memesi kıvamına gelene kadar yoğurun. Elde ettiğiniz hamuru dinlendirilmeden rulo haline getirin. Yumruk büyüklüğünde parçalar koparın ve yuvarlayın. Yuvarladığınız parçaları oklavayla açın ve üstüne ince çekilmiş ceviz serpin.
3. Açtığınız yufkanın karşılıklı iki kenarını üst üste kapatın ve yufkayı 5 cm aralıklarla büzün. Yufka, büzülen noktalardan kesin ve yağda kızartın.
4. Kızaran yufkayı servis tabağına alın. Yufkanın soğumasından sonra şerbet dökün.
5. Tatlının şerbeti çekmesi için yarım saat dinlendirmeye bırakın.
6. Üzerine fındıkları serpererek servis edin.

Dilberdudağı (Bursa)²⁵⁴



Malzemeler

- 1 yumurta
- 3 kaşık yoğurt
- 1 kaşık sirke
- Aldığı kadar un
- 3 bardak fındık (ince çekilmiş)

Şerbet için

- 3 bardak su
- 3 bardağı tozşeker
- ½ limon suyu



Yapılışı

1. Şerbet için su ve şekeri tencereye alıp kaynatın. Koyulaşınca birkaç damla limon suyu ekleyip şerbeti ılınmaya bırakın.
2. Yumurta, yoğurt ve 1 kaşık sirkeyi derin bir kaba alın. Üzerine un ekleyip kulak memesi kıvamından biraz daha sert bir hamur yoğurun. Hamuru 15 eşit parçaya ayırıp yumurta büyüklüğünde bezeler yapın.
3. Hamurların aralarına nişasta serperek baklava yufkası şeklinde ince ince açın. 15 yufkayı üst üste serip bardak ağzıyla yuvarlaklar halinde kesin. Üzerlerine ince çekilmiş fındık serpip ikiye katlayın. Parçaları yağlanmış fırın tepsisine aralıksız olarak dizin. Önceden 180 derecede ısıtılmış fırında üzerleri kızarıncaya kadar pişirin.
4. Ilık şerbeti fırından çıkardığınız tatlının üzerine gezdirerek dökün. Soğumaya bırakın. Tatlı şerbetini çekince üzerlerine fındık serpin.
5. Servis tabaklarına alıp soğuk olarak servis yapın.

Yoğurt Tatlısı²⁵⁵



Malzemeler

- 1 ½ bardak un
- 1 bardak kaymaksız yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 3 adet yumurta
- 2 çay bardağı pudra şekeri
- 1 çay kaşığı karbonat
- 2 kaşık antepfıstığı (ince öğütülmüş)

Şerbeti için

- 3 bardak toz şeker
- 3 ½ bardak su
- Yarım limon suyu



Yapılışı

1. Şerbeti için: Derin bir tencerede su, şeker ve limon suyu kaynayana kadar karıştırarak şekeri eritin.
2. Yoğurdu bir kapta iyice çırpın.
3. Tereyağını ocakta eritin.
4. Çırdığınız yoğurda pudra şekeri, yumurta, eritilmiş tereyağı, un ve karbonat ekleyin.
5. Tüm malzemeleri iyice harmanlayın.
6. Karışımı sıvıyağ ile yağlanmış orta boy bir cam kâseye eşit şekilde yayın.
7. Önceden 160 derecede ısıtılmış fırında 50 dakika pişirin.
8. Şerbeti tatlıya dökerken şerbet ve tatlı hamuru mutlaka sıcak olmalı. Fırında pişmiş tatlı hamuruna sıcakken sulu kıvamdaki sıcak şerbet ilave edin.
9. Yoğurt tatlısı iyice soğuduktan sonra istenilen biçimde kesin ve servis edin.
10. İsteğe göre üzerine toz Antep fıstığı serpin.

İrmikli Kaşık Tatlısı (Uşak)²⁵⁶



Malzemeler

- ¾ bardak yoğurt
- 1 bardak irmik
- 2 bardak su
- ½ bardak un
- 3 yumurta
- 1 çay kaşığı karbonat
- 1 kaşık limon suyu
- 1 limon kabukları (rendelenmiş)
- 3 kaşık hurma (ince kıyılmış)

Şerbeti için

- 1 bardak su
- ½ bardak erik pekmezi



Yapılışı

1. Şerbeti için ılıştırdığınız bir bardak suya yarım bardak pekmez atın. İyice karıştırıp soğutun.
2. İrmigi ılık suda 20 dakika kadar bekletin
3. Yoğurdu irmik, yumurta, karbonat, limon suyu ve kabukları, hurmayla iyice karın. Unu da katarak hamuru elde edin.
4. Elde ettiğiniz hamuru kaşık kaşık kızgın yağda kızartın.
5. Kızarttığınız kaşık tatlılarını soğuk, akışkan olmayan şerbetin içine atın.
6. Kaymakla birlikte servis edin.

Demir Tatlısı (Erzurum)²⁵⁷



Hamuru için

- 1 yumurta
- 2 kaşık yoğurt
- 2 kaşık un
- 2 kaşık vanilya

Kızartmak için

- Ayçiçek yağı

Şerbeti için

- 1 bardak toz şeker
- 1 bardak su



Yapılışı

1. Yumurta, yoğurt, un ve vanilyayı geniş bir karıştırma kabında çatalla iyice çırpın.
2. Şerbet için toz şeker ve suyu kaynatıp ocaktan alın.
3. Derin bir tencerede yağı ısıtın. Dökme demir bir kalıbı yağın içine koyup iyice ısıtın. Isınan kalıbı hazırladığınız hamura batırıp hamurun yapışmasını sağlayın. (Hamurun demir kalıbın üzerine çıkmamasına dikkat edin.)
4. Demir kalıbı kızgın yağa batırın, hafif silkeleyerek hamuru yağa bırakmasını sağlayın. Her iki tarafı da kızardıktan sonra çıkarıp soğuk şerbetin içine atın. Hamur bitene kadar aynı işlemleri tekrarlayın.
5. Hamur şerbeti çekince çıkarıp servis tabağına dizin. Ilık ılık servis edin.

Hira Tatlısı (Tokat)²⁵⁸



Malzemeler

- 1 yumurta
- ½ bardak yoğurt
- ½ bardak sıvıyağ
- 1 bardak irmik
- 1 bardak un
- 2 çay kaşığı kabartma tozu

Şerbet için

- 2 bardak toz şeker
- 2 bardak su

Üstünü bulamak için

- ½ bardak irmik



Yapılışı

1. Öncelikle tatlının şerbetini hazırlayıp soğumaya bırakın. Su ve şekerini bir tencereye alın, ocağın altını açıp şeker eriyene dek sürekli karıştırın. Şerbeti kaynatmayın, sadece şeker eriyene dek karıştırıp kaynamaya başlamadan önce altını kapatın ve soğumaya bırakın.
2. Bir yoğurma kabına hamur için gerekli malzemeleri alıp bir spatula yardımıyla güzelce karıştırın. Oldukça ele yapışan ve yumuşak bir hamur elde edin.
3. Hazırladığınız hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartın, elinizle yuvarlayıp üstünü bulamak için genişçe bir tabağa aldığınız irmiğin içine atın ve her tarafı irmikle kaplanacak şekilde irmiğin içinde yuvarlayın.
4. Hamuru böyle şekillendirip yağlı kâğıt serilmiş fırın tepsisine dizin, önceden 180 derecede ısıtılmış fırında üstleri kızarana dek 25 dakika kadar pişirin.
5. Tatlılar fırında çıkar çıkmaz üstlerine soğumuş olan şerbeti gezdirin, şerbeti tamamen çekene kadar tatlınızı dinlenmeye bırakın.
6. Tatlılar şerbeti tamamen çekip soğuduktan sonra, üstlerini antepfıstığıyla süsleyip servis edin.

Kalburabastı (Siirt)²⁵⁹



Malzemeler

- 1 ½ çay bardağı eritilmiş tereyağı
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- ½ bardak yoğurt
- 2 yumurta
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay bardağı irmik
- 1 çay kaşığı karbonat
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 4 bardak un

Şerbeti için

- 3 bardak şeker
- 3 ½ bardak su
- 1 dilim limon
- 1 çay kaşığı tuz

Arası için:

- İri doğranmış ceviz



Yapılışı:

1. Şerbeti için: Şeker, su ve limon dilimini tencereye koyup 20 dakika kadar kaynatın. Şurup orta kıvamda olmalı. Ocaktan alıp soğumaya bırakın.
2. Hamur için: Zeytinyağı ve eritilmiş tereyağını karıştırma kabına alın. Yoğurt ve yumurtayı ekleyip iyice çırpın.
3. Tuz, irmik, kabartma tozu ve unu yavaş yavaş ekleyip yumuşak bir hamur elde edin.
4. Hamurdan iri ceviz büyüklüğünde parçalar alıp yuvarlayın. Rendenin ince tarafına koyup ayanızla aşağı doğru bastırarak hamuru açın.
5. İçine birkaç parça ceviz koyup hamuru yavaşça katlayın, parçaları üst kısmına dokunmadan yanlardan tutarak tepsiye dizin. Kalan hamura da aynı işlemi uygulayın.
6. Önceden 180 derecede ısıtılmış fırında kızarana kadar pişirin.
7. Fırından alır almaz üzerine şerbeti dökün.
8. Yeniden fırının içine koyun. Tatlı hamur da olmasın diye fırın kapağını kapatmadan dinlendirin.

Hurmisa (Çerkez Tatlısı)²⁶⁰



Malzemeler

- ½ çay bardağı sıvı yağ
- 3 kaşık yoğurt
- ½ çay bardağı sadeyağ
- ½ çay bardağı fındık (ince çekilmiş)
- ½ çay bardağı badem (irice dövülmüş)
- ½ kaşık kabartma tozu
- 1 adet yumurta
- 1 kaşık elma sirkesi
- 2 ½ bardak un
- 2 ½ bardak şeker
- 2 bardak su
- 3 çay kaşığı limon suyu



Yapılışı:

1. İlk olarak fırını 180 derecede önceden ısıtın. Fırın tepsisine de pişirme kağıdı serip bir kenarda bekletin.
2. Şerbeti için bir tencerede şeker ve suyu alıp karıştırarak kaynatın. Ilımlıya başladığında içine limon suyunu ekleyin ve 5 dakika daha kaynatın. Ardından ocaktan alıp soğuması için bir kenarda bekletin.
3. Derin bir kaptaki sıvıyağı, yoğurdu, sadeyağı, kabartma tozunu, sirkeyi ve yumurtayı alıp çırpın. Ardından içine çekilmiş fındık, kabartma tozu ve unu azar azar ekleyerek iyice yoğurun.
4. Ele yapışmayan bir kıvam elde edene kadar yoğurduktan sonra hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar alın ve yuvarlak şekil verin. Fırın tepsisine dizin.
5. Tüm hamuru bu şekilde hazırladıktan sonra orta kısımlarına badem içi koyup bastırın.
6. Önceden ısıtılan fırınızdaki üstü kızarana kadar pişirin.
7. Piştikten sonra fırından alın ve üzerine soğumuş olan şerbeti dökün.
8. Tatlı soğuduktan sonra servis edin.

Pişirmeden Hurmalı Yoğurt Tatlısı



Malzemeler

- 2 bardak leblebi (havanda iyice dövölmüş)
- 1 kaşık toz şeker
- 4 bardak süzme yoğurt
- ½ bardak şeker
- 3 kaşık toz jelatin
- 5 kaşık ılık su
- 1 bardak yağsız taze köy peyniri
- 2 kaşık hurma (ince doğranmış)
- 2 kaşık hurma özü
- 7-8 adet çilek (halka doğranmış)
- 2 adet kivi (ince dilimlenmiş)
- 4-5 adet nane yaprakları



Yapılışı

1. Leblebileri toz haline getirip tavada 1 kaşık şeker ve 1 kaşık tereyağıyla birlikte kavurun.
2. Kek kalıbının dibine iyice sıkılaştırın.
3. 23 cm'lik kek kalıbını tereyağıyla ovun.
4. Yoğurt ve şekeri derin bir kapta şeker iyice eriyinceye kadar iyice çırpın.
5. Sıcak su ile jelatini de bir bardakta iyice karıştırın. Yoğurtlu karışımı ilave ederek karıştırmaya devam edin.
6. Leblebili taban üzerine yoğurtlu karışımı serip sıkıştırın. Yoğurtlu karışımıyla üzerine kapatın. Kıvam alıncaya kadar yaklaşık 1 saat kadar dinlendirin.
7. Hurmaları ve özünü ve taze peyniri akışkan kıvam alıncaya kadar çırpın. Akışkan kıvam elde etmek için elma suyu da kullanabilirsiniz.
8. Bu karışımı tatlının üzerine akıtmadan çilek, kivi, hurmaları döşeyin. Karışımı en son olarak üzerine döküp, düzleştirin. Üzerine de kalan meyveleri serperek, nane yapraklarıyla süsleyin.
9. Servis etmeden önce 1 saat kadar dinlendirdikten sonra servis edin.

Seku (Çerkez Mutfağı)



Malzemeler

- 1 kg darı (Kuru Mısır)
- 2 kg yoğurt
- ½ su bardağı toz şeker
- 2 l su



Yapılışı:

1. Mısırı fırında kızarıncaya kadar kavurun.
2. İki litre suyun içine kavrulan mısırı ilave edin. Kavurduktan sonra çıkarın ve sıkarak yoğurtlu şekere ilave edin.
3. Kâselere alarak servis edin.



İçecekler

Boza (Anonim)²⁶¹



Malzemeler

- 2 bardak+3 kaşık bulgur(yıkanmış, süzölmüş)
- 20 bardak su
- 2 kaşık un
- 2 ½ bardak şeker
- ½ bardak yoğurt
- 2 çay kaşığı kuru maya
- ½ kaşık tarçın



Yapılışı:²⁶²

1. Bulguru büyük bir tencerede 12 bardak su ekleyip üzerini kapatarak oda sıcaklığında bir gece bekletin.
2. Kısık ateşte yaklaşık 2 saat pişirin. Blendere alın, çekin ve süzgeçten geçirin. Karışımı buzdolabına koyun. Süzgeç üzerinde kalan bulguru yeniden tencereye alın. 1 saat kadar kısık ateşte tekrar pişirin. Blenderde çekip süzgeçten geçirin. Buzdolabına alın. Süzgecin üzerinde kalan bulguru tekrar tencereye alın. Kısık ateşte tekrar pişirin. Blenderde tekrar çekip süzgeçten geçirin. Buzdolabına alın.
3. Unu küçük bir tavada üzerine 2/3 bardak su ilave ederek kısık ateşte sürekli karıştırarak koyulaştırın. Ateşten alıp içine 2 kaşık şeker ilave edin. Eriyinceye kadar karıştırın. İliyinca içine yoğurdu katın.
4. Mayayı ¼ bardak ılık suda ezin. 5 dakika bekletip yoğurt karışımına katın. Ilık ortamda yarım saat bekletin.
5. Mayalı karışımı ezilmiş bulgura ekleyin. Oda sıcaklığında 1-2 gün bekletin. Ara sıra karıştırın. Şekeri ilave edin. İsteğinize göre vanilya ekleyebilirsiniz. Şeker iyice eriyinceye kadar karıştırın.
6. Tarçın serpererek servis edin.

Milli Ayran (Anonim)²⁶³



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 3 bardak su
- 5 dal taze nane (İsteğe Göre)
- 1 çay kaşığı kuru nane (İsteğe Göre)
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:²⁶⁴

1. İlk olarak yoğurdu ve 1 bardak suyu derin bir kabın içine alın, pürüzsüz olana kadar çırpın. Sonrasında tuzu ve kalan suyu ekleyip iyice çırpın. Dolapta soğumaya bırakın.
2. Eğer köpüklü olmasını istiyorsanız maden suyu ilave edin.
3. Klasik ayran yerine farklı bir lezzet arıyorsanız ilk aşamadan sonra taze naneleri ince ince kıyıp yoğurdun içine ekleyin ve ardından kuru naneyi de ilave edip servise sunun.

Ayran (anonim)



Malzemeler

- ½ litre maden suyu
- 1 bardak yoğurt
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

Tüm malzemeleri karıştırın buzdolabına alın. Soğuk servis edin.

Acı Ayran (Malatya)



Malzemeler

- 1 kg yoğurt (ev yapımı tercihi)
- 2 litre su
- 2 adet yeşil acı biber
- Tadımlık tuz

Sunum için:

- 2 kaşık taze nane (ince kıyılmış)



Yapılışı:²⁶⁵

1. Yoğurdu, tuzu ve suyu iyice çırpın. Kapaklı bir sürahiye aktarın.
2. Biberleri butuna ikiye bölün. Çekirdekleriyle birlikte ayranın içinde 3 gün boyunca bekletin.
3. Soğuk olarak taze nane serpererek servis edin.

Susurluk Ayranı (Balıkesir)



Malzemeler

- 2 ½ bardak su
- 4 kaşık yoğurt
- 2 kaşık süt
- ½ çay kaşığı tuz

Yapılışı:²⁶⁶



1. Yoğurdu bir çırpma kabına alın ve çırpın. Yaklaşık 3 dakika çırpıldıktan sonra sütü ilave edin ve 1-2 dakika daha çırpın. Azar azar çırparak suyu ilave edip çırpma devam edin.
2. En son tuzunu da ilave ederek köpürene kadar çırpın. Ama asla blender kullanmayın köpürmeyecektir. Sadece elde çırpma teli ile denemelisiniz. Afiyet olsun.

Atlama (Azerbaycan)



Malzemeler

- 2 bardak yoğurt
- 1 bardak su
- 2-3 adet salatalık (ince kıyılmış)
- 4-5 adet yeşil soğan (ince kıyılmış)
- 2 kaşık dereotu, fesleğen veya kişniş
- 2 çay kaşığı tuz
- Sunum için salatalık dilimleri



Yapılışı:²⁶⁷

1. Bir sürahide önce yoğurt ve suyu iyice karıştırıp tuzu ilave edin. Gerekirse blenderdan geçirin.
2. Aromalı otları da ilave edin. İyice çırpın.
3. Salatalık dilimleriyle servis edin.

Doogh (İran)²⁶⁸



Malzemeler

- 3 ½ bardak tam yağlı yoğurt
- 2 bardak su
- 15 adet buz küpleri
- 2 salatalık (ince kıyılmış)
- 10-12 adet nane yaprakları (ince kıyılmış)
- ½ çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı siyah tuz



Yapılışı:²⁶⁹

1. Yoğurt, salatalık, su, nane yapraklarının yarısını, buzları yumuşak, akışkan kıvam elde edinceye kadar blenderden geçirin.
2. Kalan diğer nane yapraklarıyla servis edin.

Tahn (Ermenistan)



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 2 salatalık (soyulmuş, ince doğranmış)
- 1 çay kaşığı tuz
- 3-4 dal maydanoz
- 4 bardak su



Yapılışı:²⁷⁰

1. Yoğurdu, sarımsağı, tuz ve maydanozu blendere alın. ½ bardak su ekleyin ve 1-2 dakika blenderden geçirin.
2. Karışımı bir sürahiye alın. Biraz daha su ilave edip karıştırın.
3. Buzdolabında 1 saat kadar bekletin. Soğuk servis edin. Buzdolabında bir gün saklayabilirsiniz.

Lassi (Hindistan)

Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 1 bardak su
- 2-3 adet küp buz
- Tuz veya şeker

Yapılışı:²⁸¹

Buzları blenderde geçin. Yoğurda şeker veya tuz ilave edip blenderde geçmeye devam edin. Soğuk servis edin.

Farklı Lassi Yapmak için:

1. Geleneksel Lassi: ½ çay kaşığı chaat masala (hazır) ilave edin
2. Tatlı Lassi: Tuz yerine 2 çay kaşığı şeker veya tatlı bir şey ilave edin.
3. Mango Lassi: 1 bardak küp doğranmış mango ve ¼ çay kaşığı kakule
4. Tuzlu Lassi: Tane kimyonları kavurduktan sonra öğütün. ½ çay kaşığı kimyonu ilave edin.
5. Baharatlı Lassi: 2-3 adet zencefil dilimleri, biber, 2 kaşık ince doğranmış kişniş ilave edin.
6. Muz Lassi: 1 muz ve 1 çay kaşığı şeker ilave edin.
7. Nane Lassi: ½ çay kaşığı kuru nane blenderden geçerken ilave edin.
8. Angoori Lassi: Çekirdeksiz üzüm ve tane kimyon ilave ederek.

Chaas (Bangladeş)



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 ½ bardak su
- ½ çay kaya tuzu
- ¼ çay kaşığı chat masala
- 2 adet pancar
- 1 çay kaşığı zencefil (ince kıyılmış)
- 1 yeşil biber
- 5-6 köri yaprakları
- ½ çay kaşığı sıvıyağ
- ½ kaşık tane hardal
- 1 kaşık kişniş (ince kıyılmış)



Yapılışı:²⁷¹

1. Pancarları 220 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Küp doğrayın.
2. Geniş bir kâsede yoğurdu suyu, tuzu ve chat masala baharat karışımını ilave edip iyice çırpın. Bir kenara alın.
3. Pancarları, zencefili, köri yapraklarını ve yeşil biberi su eklemeyen blenderden geçirin.
4. Bu karışımı yoğurtlu karışıma ilave edin. Buzdolabına alın ve 1 saat kadar aromalarının birbirine geçmesi için dinlendirin.
5. 2 saat sonunda buzdolabından çıkarın.
6. Bir tavada da hardal tohumlarını az yağla soteleyin. Hafifçe ezin. İçeceğe ilave edin. Karıştırın ve kişnişle servis soğuk servis edin.
7. Köri yaprakları yerine roka kullanabilirsiniz. Zencefil, yeşil biber, kimyon, kişniş ile yoğurttan yapılan masala chaas Hindistan'ın bilindik içeceklerindendir.

Lussi (Pakistan)²⁷²



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt
- 3 bardak süt
- 2 kaşık limon suyu
- 1 çay kaşığı gül suyu veya (kewra özü)
- Tadımlik şeker ve tuz



Yapılışı:²⁷³

1. Sürahide yoğurt, süt ve limon suyuyla gül suyunu karıştırın. Yumuşak, akışkan bir kıvam alıncaya kadar karıştırın.
2. Şeker veya tuzu ilave ederek karıştırmaya devam edin.
3. Buz ve limon dilimleriyle servis edin.

Mattha (Pakistan)²⁷⁴



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak su
- 1/4 çay kaşığı toz kimyon
- 1 kaşık zencefil (rendelenmiş)
- 1 yeşil biber
- Tadımlık tuz
- Tadımlık şeker
- 1 kaşık taze kişniş (yaprakları kıyılmış)



Yapılışı:²⁷⁵

Tüm malzemeleri blenderden geçirin. Kişniş yapraklarını ilave ederek servis edin.

Ekşimikten Ayran(Burdur-Isparta)²⁷⁶



Malzemeler

- 3 bardak yoğurt suyu
- 3 kaşık süzme yoğurt
- ½ kaşık deniz tuzu



Yapılışı:

1. Süzülen yoğurt suyunun üzerine bir miktar süzdüğünüz yoğurttan koyun. Bu karışımı bir tıpkı ayran çırpma gibi çırpın.
2. Çırpma sonrası elde ettiğiniz ayranı bir cam şişeye koyun. Sıkıca kapatın. Şişelere doldurduğunuz ayranı buzdolabında kapağını açmadan iki gün bekletin.
3. Daha ekşi bir tat elde etmek için cam şişedeki ayranı oda sıcaklığında bir saat bıraktıktan sonra buzdolabına alın.
4. Ekşime sürecinde bir miktar gaz oluşacaktır. Şişenin kapağını açtığınızda bir gaz çıkışı gerçekleşecektir.

Yoğurt Suyuyla Kvass



Malzemeler

- 1 litrelik kavanoz
- 3 orta boy pancar (kabukları soyulmuş, küp doğranmış)
- 2-3 çay kaşığı kaya tuzu
- 1 çay bardağı yoğurt suyu
- 3-4 diş sarımsak (istenirse)
- 1-2 adet acı biber (istenirse)
- Yeteri kadar temiz su



Yapılışı:

1. Salamura tuzunu döverek toz haline getirin.
2. Kavanoza pancarları, kullanmak isterseniz kabukları soyulmuş sarımsak tanelerini ve acı biberi de ekleyin.
3. Üzerine tuz ve yoğurt suyunu ekleyin (kefir de olabilir).
4. Kavanozun üzerinde iki parmak boşluk kalacak şekilde su ile doldurun. Streç film ile sıkıca kapatın.
5. Doğrudan güneş ışığı almayan bir yerde mayalanmaya bırakın. Her gün bir iki kez kavanozu sallayarak karıştırın.
6. Ortalama 4-6 gün sonra karışımı süzerek yine temiz cam şişe ya da kavanoza alın. Bu defa kapağını sıkıca kapatarak mutlaka buzdolabında saklayın.

Ayran 3 (anonim)



Malzemeler:

- 3 bardak yoğurt
- ½ bardak su
- Tuz



Yapılışı

1. Tüm malzemeleri blendere alın.

Masala Chaas (Hindistan)²⁷⁷



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak su
- 1 adet yeşilbiber
- 1 kaşık zencefil (ince kıyılmış)
- 1 kaşık (kişniş)
- ½ çay kaşığı kimyon
- ½ çay kaşığı siyah tuz (kala namak)
- ¼ kaşık tuz
- ¼ çay kaşığı chat masala
- Nane veya kişniş



Yapılışı

1. Tüm malzemeleri blenderden geçirin.
2. Bardaklara dökerek nane veya kişniş serpiştirip servis edin.

Mattha (Hindistan)²⁷⁸



Malzemeler

- 3 bardak yayık altı suyu
- ½ kaşık zencefil (rendelenmiş)
- 1 çay kaşığı yeşil acı biber (ince kıyılmış)
- ½ çay kaşığı tane kimyon (kavrulmuş)
- ¼ çay kaşığı pudra şeker
- ½ çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı kişniş (ince kıyılmış)



Yapılışı:

1. Geniş bir kâsede yayık altı suyunu zencefille karıştırın.
2. Acı biberi dikkatli bir şekilde şekeri, kimyonu tuzu ve kişnişi ilave edin.
3. Buz ilave edin ve soğuk servis edin.

Angoori Lassi (Hindistan)²⁷⁹



Malzemeler

- 1 ½ bardak yoğurt
- 2 kaşık şeker
- 1 bardak çekirdeksiz üzüm (ince doğranmış)
- ½ çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı tane kimyon (kavrulmuş, ince çekilmiş)
- 1 bardak talaş buz



Yapılışı:

1. Kimyon, üzüm suyu, tuz ve şekeri yoğurtla iyice çırpın ya da kısa devirli blenderden geçirin.
2. Limonata bardaklarında üzüm ve üzerine kimyon serperek soğuk servis edin.

Çikolatalı Muzlu Frappe



Malzemeler

- 2 bardak süt
- 3 kaşık bitter çikolata (rendelenmiş)
- ¾ bardak süzme yoğurt
- 1 olgunlaşmış muz (halka doğranmış)
- 1 kaşık keçiyoynuzu özü
- 1 bardak buz



Yapılışı

1. Muzları dilimleyip yarım saat kadar dondurun
2. Süt, yoğurt, muz, özü, çikolata ve buz blenderden geçirin.
3. Çikolata serperek servis edin.

Duttan Milk Shake



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 2 bardak süt
- 1 kaşık dut özü
- 2 kaşık Maraş dondurması
- 1 kaşık kurutulmuş dut



Yapılışı:

1. Hepsini blenderden geçirin.
2. İsteğe göre tarçın serperek iki bardakta servis edin.

Elma ile Yoğurttan Punch²⁸⁰



Malzemeler

- 2 bardak elma suyu
- 1 bardak yoğurt
- 1 ½ bardak maden suyu
- Sunum için
- ½ bardak buz
- 2 kaşık Maraş dondurması
- ½ elma (ince dilimlenmiş)



Yapılışı:

1. Elma suyu, yoğurt ve maden suyunu blenderden geçirin. Yumuşak kıvam elde edin. Hemen servis edin.
2. Daha hoş bir tat için de: buz ilave edip üzerine dondurma ilave edip tarçın serpererek elma dilimleriyle servis edin.

Fıstık ezmesi-Türk kahvesi ile Shake

Malzemeler

- 1 adet muz (donmuş)
- ½ bardak yoğurt
- 3 kaşık Türk kahvesi
- 1 kaşık keçiyoynuzu tozu
- 2 kaşık fıstık ezmesi

Yapılışı:

3. Hepsini blendırdan geçirin ve buzla servis edin.

Yoğurttan Pürelİ Meyve Suları

Smoothie

Herkes farklı yoğunlukta smoothie tercih edebilir. Daha ince kıvam isteniyorsa buz, kaymak, badem sütü ve biraz su ekleyin. Kalınlaştırmak için donuk muz, leblebi tozu, ruşeym, veya 1-2 kaşık yulaf veya çavdar gevreği vb. katın. Tatlandırmak için ise 1 çay kaşığı bal, pekmez keçiboynuzu tozu, özü veya yarım muz ekleyin. Tüm malzemeleri blenderdan geçirin.



1.

- ½ bardak süzme yoğurt
- ½ bardak portakal suyu
- ½ bardak ananas (dilimlenmiş)
- 1 çay kaşığı zencefil
- 1 kaşık lohusa şekeri (rendelenmiş)



2.

- ½ bardak badem sütü
- ½ bardak yoğurt
- 1 muz (taze veya donuk)
- ½ bardak çilek (taze veya donuk)
- 1 kaşık leblebi tozu



3.

- ½ bardak yoğurt
- ¼ bardak üzüm suyu
- 1 şeftali (kabukları soyulmuş)
- 2 çay kaşığı fıstık ezmesi
- 3 kayısı (çekirdekleri çıkartılmış)
- 1 kaşık kayısı çekirdeği (kabukları soyulmuş)



4.

- 1 bardak kuzukulağı
- ½ bardak bebe ıspanak
- 1 muz (dilimlenmiş)
- ½ bardak yoğurt
- 1 kaşık buğday ruşeym
- ½ bardak buz
- 4 kaşık su



Salata & Meze

Bu tür tariflerde ceviz, sarımsak, taze soğan, kişniş ve çemen otu tohumu gibi malzemeler, lezzet profillerini zenginleştirir ve tabaklara derinlik kazandırır. Kırmızı şarap sirkesi gibi asidik malzemeler ise bu tariflerde tazelik ve denge sağlar. Bu tarifler, bu mutfakların zengin gastronomik mirasını ve bölgesel tatları nasıl bir araya getirdiğini gösterir.²⁸²

Bonjan Salat (Afganistan)



Malzemeler

- 3 adet orta boy patlıcan
- ½ bardak süzme yoğurt
- ½ bardak domates salçası
- 3 kaşık yağ
- ½ çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı kırmızı pul biber
- 2 çay kaşığı tarçın
- 1 kaşık kuru nane
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:²⁸³

1. Patlıcanları boyuna 2 cm kalınlığında kesin. Tuzlu suda 30 dakika kadar bekletin. Suyunu süzün. Kurulayın.
2. Kızdırdığınız yağda 3 dakika kadar kızartın.
3. Salçayı, tarçın, naneyi az tuzla iyice karıştırıp hafif ısıtın. Aromaların özdeşleşmesi için 10 dakika kadar dinlendirin. Salça ve yoğurtla karıştırın.
4. Soğuk olarak servis edin.

Avukma Salatası (Aydın)²⁸⁴



Malzemeler

- 1 bardak çökelek
- 1 salatalık (ince doğranmış) 2 kuru soğan (ince doğranmış)
- 3 domates (küp doğranmış)
- 1 kaşık çörekotu
- 3 kaşık kuş üzümü
- 4 dal taze reyhan (yaprakları ince kıyılmış)
- 3 kaşık (zeytinyağı)
- 1 yeşil biber (halka doğranmış)
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- Tuz



Yapılışı:²⁸⁵

1. Soğanı tuzla ovarak acısını giderin. Kuş üzümelerini ılık suda 5 dakika bekleterek yumuşatın.
2. Salata kâsesinde salatalık, soğan, domates, yeşil biber, maydanoz ve kuşüzümünü karıştırın.
3. Çörekotu, çökelek, reyhan ve tuzu da iyice karıştırdıktan sonra salatalık karışımına ekleyin. Üzerine zeytinyağını dökerek servis edin.

Kuru Cacık (Mersin)



Malzemeler

- 2 adet orta boy salatalık (küp doğranmış)
- 2 bardak süzme yoğurt
- ½ çay bardağı su
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık sirke
- ½ demet dereotu (ince kıyılmış)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:²⁸⁶

1. Yoğurda su ekleyerek çırpın. İçine tuzu ve sarımsağı rendeleyin. Salatalıkları ve dereotunu ilave edin.
2. Sirkeyi ekleyip kaselere paylaştırdıktan sonra zeytinyağı ve dereotunu serperek soğuk servis yapın.

Tzatziki (Yunanistan)



Malzemeler

- 3 adet salatalık (ince doğranmış)
- Tadımlık tuz
- 2 bardak süzme yoğurt
- 2-3 diş sarımsak (ikiye bölünmüş, ezilmiş, tuzla yedirilmiş)
- 2 kaşık taze nane (ince kıyılmış)
- Tadımlık karabiber
- 2 kaşık ekstra sızma zeytinyağı
- 6-8 parça buz
- 1 bardak su



Yapılışı:²⁸⁷

1. İnce kıydığınız salatalıkları tuzlayın ve 15 dakika kadar süzgeçte bekletip kurulayın.
2. Yoğurt ve sarımsağı nane ve zeytinyağıyla tuzu iyice çırpın. Böylece meze elde etmiş olacaksınız.
3. Çorba olarak servis etmek için de cacığı çorba kâselerine eşit paylayıp her birine 1 veya 2 parça buz ile biraz su katmanız yeterli olacaktır.

Salatet Zabadi (Mısır)²⁸⁸



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 3-4 adet salatalık (soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış, ince kıyılmış)
- 1 adet sarımsak (incecik kıyılmış)
- 1 kaşık ekstra sızma zeytinyağı
- 1 çay kaşığı nane (ince kıyılmış)
- ½ çay kaşığı kuru nane
- Tadımlık tuz



Yapılışı:²⁸⁹

1. Yoğurt, salatalık, kuru naneyi, tuzla birlikte iyice karıştırın.
2. Karışımı servis kâsesine alın. Üzerine zeytinyağını gezdirerek taze naneyi serpin.
3. Yaklaşık 5 gün buzdolabında saklayabileceğiniz bu tarifi soğuk servis edin.

Siliq Mutabal (Lübnan- Suriye)



Malzemeler

- 2 bardak pazı sapı (ince kıyılmış)
- 2 kaşık tahin
- 1 bardak yoğurt
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 3 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık limon suyu
- 2 kaşık nar çekirdeği
- Tadımlık tuz



Yapılışı:²⁹⁰

1. Orta ateşte sarımsakları çevirin Sonrasında pazı saplarını ilave edin. Ateşini kısarak saplar yumuşayınca kadar pişirin.
2. Ateşten alarak soğutun.
3. Yoğurt, tahin, limon suyunu iyice çırpın. Paziyla karıştırıp narları serperek servis edin. Bu tarifte isteğe göre pazı saplarını haşlayıp da kullanabilirsiniz.

Yoğurtlu Semizotu Salatası (Anonim)



Malzemeler

- 2 demet semizotu (yaprakları ayıklanmış, tercihe göre saplarıyla birlikte ince kıyılmış)
- 2 diş sarımsak/ince kıyılmış)
- 2 bardak yoğurt
- Tadımlık tuz
- Üzeri için zeytinyağı



Yapılışı:²⁹¹

1. Yoğurt, sarımsak ve tuzu iyice çırpın.
2. Semizotuyla karıştırın.
3. Üzerine zeytinyağı gezdirerek servis edin.

Kabak Salatası (İzmir)



Malzemeler

- ½ bardak süzme yoğurt
- ½ bardak lor peyniri
- ½ kg taze kabak (rendelenmiş)
- 1 bardak ceviz (ince çekilmiş)
- 2 diş sarımsak (ince doğranmış)
- 2 kaşık kuru nane
- 3-4 dal taze nane (sapı ayıklanmış)
- 4 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:²⁹²

1. Rendelenmiş kabağın suyunu suyu kalmayacak şekilde sıkarak süzün.
2. Kabakları kuru nane ve zeytinyağıyla karıştırın.
3. Bu karışımı bir tavada suyunu iyice çekene kadar kavurun. Tuzunu ilave edip soğumaya bırakın. Ceviz ve lor peyniri ekleyin. Sarımsaklı yoğurtla karıştırın.
4. Taze nane yapraklarıyla süsleyip servis edin.

Tahinli ve Yoğurtlu Salata (Adana)



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 1/2 bardak tahin
- 1 bardak buğday (haşlanmış)
- ½ bardak nohut
- ½ bardak kuru fasulye
- 1 demet maydanoz
- ½ demet yeşil soğan
- ½ bardak ılık su
- 2 limonun suyu
- 3 diş sarımsak (dövülmüş)
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz, kimyon, kırmızı toz biber



Yapılışı:²⁹³

1. Sarımsağın içine limon suyu, kimyon ve kırmızı toz biber ekleyin. Sonra da ana malzeme olan tahini azar azar çırparak yedin.
2. Karışıma ılık su ilave edip çatalla sürekli çırpmaya devam edin. Sertleşmemesi için tuzu en son ekleyin. Sonra da süzme yoğurdu ekleyerek tekrar karıştırın.
3. Salata malzemeleri için bir kâseye buğday, nohut ve kuru fasulye koyun. İnce doğranmış maydanoz ve yeşil soğan ekleyin.
4. Üzerine yoğurtlu tahin sosunu ilave ederek karıştırın. Servis tabağına alın.
5. İsterseniz üzerine zeytinyağında hafif kızartılmış acı kırmızı pul biberi gezdirin ve servise sunun.

Zırz Salatası (Bilecik)²⁹⁴



Malzemeler

- ¼ kg ıspanak (ayıklanmış, doğranmış)
- 1 bardak süzme yoğurt
- 1 adet orta boy yumurta
- 6 kaşık taze soğan(ince kıyılmış)
- 3 diş sarımsak(ezilmiş)
- 1 tatlı kaşığı kişniş
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 1 kaşık kızartmalık yağ
- Tuz



Yapılışı

1. Ispanakları ve taze soğanları tuzunu ilave edip harmanlayın.
2. Kızartma yağını tencerede ısıtıp soğan ve ıspanakları hafifçe kavurun. Ocaktan alıp ılımaya bırakın.
3. Bir kâsede süzme yoğurt, kişniş ve ezilmiş sarımsağı iyice çırpın.
4. Yumurtaı katı kıvamda 8 dakika kadar haşlayıp ince dilimleyin.
5. Kavurduğunuz ıspanaklı karışımı servis tabağına alıp yoğurdu gezdirin.
6. Üzerine yumurta dilimlerini yerleştirin. Pul biberle serperek ılık ya da soğuk servis edin.

Salata Sosları

Tüm malzemeleri derin bir kâsede karıştırın. Yarım saat kadar dinlendirin. Kıvam kazandırmak için süt ilave edebilirsiniz.



Limonlu Yoğurt Sosu

- ½ bardak süzme yoğurt
- ¼ bardak zeytinyağı
- 2 ½ kaşık limon suyu
- 1 çay kaşığı sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 ½ çay kaşığı şeker
- ¼ çay kaşığı karabiber
- ½ çay kaşığı tuz



Yağsız Yoğurt Sosu

- ½ bardak yoğurt
- 2 kaşık zeytin ezmesi
- 2 kaşık bal
- 1 kaşık fesleğen (ince kıyılmış)
- 2 kaşık elma sirkesi
- ¼ çay kaşığı sarımsak (ince kıyılmış)



Meyve Salatası Sosu

- ½ bardak yoğurt
- 1 kaşık kaymak
- ½ bardak ekşi elma suyu
- ½ bardak çilek (ezilmiş suyu)
- 1 kaşık andız pekmezi
- 2 kaşık limon suyu
- ½ çay kaşığı karabiber



Keşten Sos

- 10 kaşık keş (rendelenmiş)
- 4 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık kimyon
- 3 kaşık mavi haşhaş



Tarhanadan Sos

- 1 çay bardağı yoğurt
- 1 kaşık Uşak tarhanası
- ½ bardak domates suyu
- 1 kaşık fesleğen
- Tadımlık tuz



Kaymaktan Sos

- 1 bardak yoğurt
- 3 kaşık zeytinyağı
- 2 kaşık kaymak
- 1 kaşık çörekotu
- 1 kaşık Dijon hardal
- 1 kaşık elma sirkesi
- 2 çay kaşığı bal
- ½ çay kaşığı sarımsak tozu
- 4 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)



Sos

- ½ bardak süzme yoğurt
- 2 kaşık limon suyu(taze sıkılmış)
- 1 kaşık elma sirkesi
- 1½ çay kaşığı şeker
- 2 diş sarımsak (incecik kıyılmış)
- ⅓ bardak sızma zeytinyağı
- ½ çay kaşığı tuz
- ¼ çay kaşığı karabiber
- ½ çay kaşığı dereotu

Detoks Sosu

- 1 bardak ısırgan otu (haşlanmış)
- 3 dal maydanoz (irice kıyılmış)
- 4 kaşık çökelek
- 1 kaşık süzme yoğurt
- 1 taze sarımsak
- 1 taze soğan
- 3 kaşık ceviziçi (irice dövülmüş)
- 2 çay kaşığı zeytinyağı

Tatlı sos

- ½ bardak süzme yoğurt
- 2 kaşık vişne reeli
- 1 çay kaşığı keçiboynuzu tozu
- 2 çay kaşığı keçiboynuzu pekmezi
- 1 kaşık limon kıvrıkları

Sos

- 1 bardak yoğurt
- 2 kaşık zeytinyağı
- 1 diş sarımsak
- ½ çay kaşığı kuru nane-dereotu maydanoz-sarımsak tozu ve karabiber
- ½ çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı şeker
- ½ kaşık limon suyu

Sos

- 1 bardak yoğurt
- 3 kaşık zeytinyağı
- 2 kaşık süt
- 2 çay kaşığı hardal
- 1 kaşık Dion hardal
- 1 kaşık elma sirkesi
- 2 çay kaşığı şeker
- ½ çay kaşığı sarımsak tozu
- 4 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)

Abhosa Sızbal (Düzce)



Malzemeler:

- 1 kg yoğurt
- ¼ kg ekşi erik
- 2 kaşık buğday unu
- 2 kaşık yemeklik acıka
- ½ demet taze soğan (ince kıyılmış)
- ½ demet taze kişniş (ince kıyılmış)



Yapılışı:²⁹⁵

1. İlk olarak yarım kg ekşi erik bir tencerede yumuşayana kadar haşlayın. Haşladığınız erikleri daha sonra ayrı bir kaba alın ve içine üç yemek kaşığı un ilave edip pişirin. Erikle beraber pişen unu süzgeçten geçirin. Bu şekilde çekirdeklerden de ayırın.
2. Hazırlanan erik sosuna yemeklik acıka ve yoğurt ilave edip birlikte karıştırın.
3. Taze soğan ve kişniş sosa katın ve servis edin.

Chutney (Pakistan)



Malzemeler

- 5 kaşık süzme yoğurt
- 2 bardak kişniş sapları ve tamamı
- 1 bardak nane yaprağı
- ¼ çay kaşığı kimyon
- 2 adet yeşil acı biber
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kaşık limon suyu
- 1 adet orta boy domates
- 1 adet küçük boy soğan
- 1 diş sarımsak



Yapılışı:²⁹⁶

1. Yoğurt dışında tüm malzemeleri blenderden geçirin.
2. Sosun güzel ve kıvamlı olması için yoğurdu blenderden geçtiğiniz malzemeye elinizle çırpın.
3. Eğer sos yoğunsa hızlıca ve kısa süre karıştırın. Çok uzun süre karıştırılırsa sos yoğunluğunu kaybedebilir.
4. Özellikle ızgara veya tandır etler, köriler, pilavlar vb. birlikte servis edin.

Meze 1



Malzemeler:

- 2 büyük avokado
- 4 kaşık süzme yoğurt
- 2 kaşık mayonez
- 2 kaşık limon suyu
- 1 çay kaşığı Dijon
- 1 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 kaşık dereotu (ince kıyılmış)
- 2 kaşık taze soğanı (yeşil kısımları ince doğranmış)
- 1 kaşık Antep fıstığı
- 2 kaşık sızma zeytinyağı
- Tadımlık tuz ve karabiber



Yapılışı:

1. Dereotu, Antep fıstığı dışında kalan tüm malzemeleri bir kaşık zeytinyağıyla birlikte blenderde çekin. Tadına bakın ve gerekirse limon, Dijon ilave ederek ayarlayın.
2. Kâseye aktarın, üstünü düzeltin, dereotu ve soğanla Antep fıstığını ekleyip üzerine zeytinyağı gezdirin.
3. Pide, tortilla cipsi, galeta veya havuç, kereviz, grissini çubukları ile tadını çıkarın.

Meze 2



Malzemeler:

- 1 küçük salatalık (rendelenmiş)
- 1 orta boy pancar (rendelenmiş)
- 1 bardak süzme yoğurt
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık koruk suyu
- 1 çay kaşığı kimyon tohumu(kavrulmuş, havanda dövülmüş)
- Tadımlık tuz
- 2 kaşık susam(kavrulmuş)



Yapılışı:

1. Rendelediğiniz salatalığın suyunu iyice akıtın.
2. Pancar, salatalık, yoğurt, sarımsak, zeytinyağı, sirke, kimyon, tuzu bir kapta iyice karıştırın. Tadına bakın ve gerekirse ayarlayın. Susam ve zeytinyağını serperek buzdolabında 30 dakika bekletip maydanozlara serpiştirerek servis edin.
3. Cips, pide, galeta, havuç, kereviz, karnabahar ile servis edin.

Meze 3



Malzemeler:

- 150 g Ezine peyniri
- 2 kaşık labne (oda sıcaklığında)
- 3 kaşık Antalya yanık yoğurt
- 2 kaşık mayonez
- 1 kaşık kişniş tohumu
- 1 kaşık bal
- 10-12 adet Kalamata zeytini,
- 1 adet kapy biber (küp doğranmış)
- 2 kaşık roka (ince doğranmış)
- 1 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:

1. Beyaz peynir, krem peynir, mayonez, yoğurt ve balı mutfak robotunda pürüzsüz olana kadar çekin. Tadına bakın ve gerekirse balı veya baharatını ayarlayın.
2. Üzerine roka, kapy biberleri ve zeytinyağını serperek yarım saat kadar buzdolabında bekletin.
3. Kızarmış ekmek, cips veya sebze çubukları ile servis edin.

Meze 4



Malzemeler:

- ½ bardak süzme yoğurt
- 1 çay kaşığı buğday ruşeymi
- 3 kaşık ceviz (ince dövölmüş)
- 1 kaşık limon kabuğu (kıvrık, zest)
- 1 çay kaşığı tarçın



Yapılışı:

1. Limon kıvrıkları dışında tüm malzemeyi blenderden geçirip kıvrıkları ilave edin.
2. Kahvaltılarda, sürmelik veya sandviç içine kullanabilirsiniz.
3. Maydanoz ve kalan 1 kaşık zeytinyağını serperek buharda pişmiş veya çiğ sebzelerle ya da kahvaltılarda servis edin.

Meze 5



Malzemeler:

- ½ bardak yoğurt
- ½ bardak leblebi
- 1 kaşık limon suyu
- 1 kaşık isot acı biber salçası
- 1 kaşık domates salçası
- 2 çay kaşığı soğan tozu
- 1 çay kaşığı kuru reyhan



Yapılışı:

1. 1 kaşık zeytinyağı ile beraber tüm malzemeyi blenderden geçirin.
2. Maydanoz ve kalan 1 kaşık zeytinyağını serperek buharda pişmiş veya çiğ sebzelerle ya da kahvaltılarda servis edin.

Atom (Anonim)



Malzemeler

- 250 g süzme yoğurt.
- 4 diş sarımsak (havanda dövülmüş)
- Tadımlık tuz, pul biber
- 1 çay bardağı iç ceviz
- Bir kaşık tereyağı ve bir kaşık zeytinyağı



Yapılışı:²⁹⁷

1. Öncelikle kuru biberleri bir kaba alın ve üzerine sıcak su döküp on dakika bekletin.
2. Yoğurdun içine dövdüğünüz sarımsakları alın ve iyice yedin.
3. Şimdi yumuşayan biberlerin suyunu süzdürün, bir peçete yardımıyla kurulaşın.
4. Bir tavaya önce zeytinyağını ısınmaya başlayınca da tereyağını ilave edin ve erimeye başlayınca kuruladığımız biberleri koyalım.
5. Biberlerin üzerine pul biberi az tuzu, pul biberi koyun. Cevizi ilave edin ve 6 dakika çevirin.
6. Altını kapatıp servis tabağında bulunan süzme yoğurdun üzerine ilave edin.

Haydari (İzmir)

Malzemeler:

- 500 gr süzme yoğurt
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 3 çay kaşığı kuru nane
- 50 gr tereyağı
- Tuz

Yapılışı:²⁹⁸

- Sarımsağı bir kapta yoğurt ile karıştırın.
- Sos tavasında tereyağını eritin.
- Eriyen tereyağına nane ekleyip karıştırın.
- Naneli tereyağı karışımını, sarımsaklı yoğurda ekleyin ve hızlıca karıştırın.
- Yoğurdun üzerinde zeytinyağı gezdirin ve tuz ekleyin.
- Son olarak ince kıyılmış dereotu serpiştirin.

Snezhanka Salata (Bulgaristan)



Malzemeler

- ¼ kg süzme yoğurt
- 3 adet orta boy salatalık veya turşusu (küp doğranmış, suyu akıtılmış)
- 3 diş sarımsak (dövülmüş)
- 4 kaşık dereotu (ince doğranmış)
- 5 kaşık ceviz içi (irice dövülmüş)
- Tadımlık tuz
- 8-10 adet siyah zeytin



Yapılışı:²⁹⁹

1. Süzme yoğurdu bir keseye döküp bir kaç saat daha süzdürün. Peynir kıvamına geldikten sonra salatalıkları ilave edin.
2. Dövülmüş sarımsağı da ekleyip iyice karıştırın.
3. Buzdolabında bir saat beklettikten sonra siyah zeytinle süsleyip üzerine zeytinyağı gezdirerek özellikle kızartma sebzelerle ya da tek başına salata olarak servis edin.

Teretür (Adana)



Malzemeler

- ½ orta boy Yedikule marul (ince kıyılmış)
- 5 kaşık süzme yoğurt
- 3 kaşık tahin
- 6 dal maydanoz (rendelenmiş)
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 kaşık limon suyu
- 2 çay kaşığı sumak
- 2 çay kaşığı tuz



Yapılışı:³⁰⁰

1. Marul ve maydanozu az tuzlayın ovalayın. Suyunu süzün.
2. Yoğurt sos için bir kaba yoğurt, tahin, limon suyu, sarımsağı alıp karıştırın. Daha sonra hazırladığınız yoğurdu yeşilliklerle birleştirin.
3. Servis tabağına alın. Üzerine zeytinyağı gezdirip sumak serpin.

Havuç Börtme (Zonguldak)³⁰¹



Malzemeler

- ½ kg havuç (rendelenmiş)
- 2 bardak süzme yoğurt
- ¼ bardak zeytinyağı
- 3 diş sarımsak (ezilmiş)
- 1 çay kaşığı kırmızı pul biber
- Tadımlik tuz



Yapılışı

1. Sarımsak ve süzme yoğurdu tuzla çırpılarak karıştırın.
2. Yağı tencerede kızdırıp havuçları içine atın, karıştırıp tuzu ve pul biberi katarak kapağı kapatın ve 4-5 dakika orta ateşte pişirin.
3. Ateşten indirip 5 dakika ılımaya bırakın.
4. Ilımış havuçları, sarımsaklı yoğurt ile karıştırın. Bir servis tabağına aktarıp soğuk olarak servis yapın.

Tirokafteri (Hitipiti) (Yunanistan)³⁰²



Malzemeler

- 300 g Ezine Peyniri
- 100 g süzme yoğurt
- 1 adet büyük kırmızı kapy biber
- 2 adet küçük kırmızı acı biber
- 2 kaşık zeytinyağı
- 4 çay kaşığı kırmızı pul biber



Yapılışı:

1. Kırmızı kapy biber közleyip kabuklarını soyun. İrice doğrayın.
2. Derin bir kaptan peynir, süzme yoğurt, zeytinyağı, kapy biber ve kırmızı acı biberler blender yardımıyla kıvamlı bir karışım elde edene kadar karıştırın.
3. Karışım kapalı bir kaptan 40-45 dakika buzdolabında bekletin.
4. Üzerine az zeytinyağı ve kırmızı pul biber ekleyip kalamata zeytinle servis edin.

Palak Raita (Hindistan)³⁰³



Malzemeler

- 2 bardak ıspanak yaprakları (Palak), (ince kıyılmış)
- 1 bardak yoğurt
- ¼ çay kaşığı kırmızı toz biber
- ½ çay kaşığı kimyon tohumu, roasted
- ½ çay kaşığı şeker
- ½ çay kaşığı karabiber tohumu

Çeşni katmak için:

- ½ çay kaşığı susam yağı
- ¼ hardal tohumu
- 1 demet köri yaprakları (roka kullanılması önerilir)



Yapılışı:

1. Kimyon tohumlarını hafif soteleyin. Karabiber ile birlikte havanda dövün.
2. Sonrasında ıspanakları yüksek ısıda soteleyin. Bir tarafa alın ve soğumasını bekleyin.
3. Yoğurt, kimyon, karabiber, kırmızı biberi ve tuzu iyice karıştırın. Ispanağı da ilave edin ve iyice karıştırın. Servis tabağına alın ve buzdolabında 2 saat dinlendirin.
4. Çeşni için: hardal tohumu ve rokayı hafif yağla soteleyin. Üzerine serpin.
5. Sadece ya da sebze kızartma veya ana yemeklerle özellikle et yemekleriyle birlikte sunun.

Keşir Salatası (Hatay)³⁰⁴



Malzemeler

- 5-6 adet orta boy havuç (rendelenmiş)
- 3-4 kaşık yoğurt
- 1 adet orta boy kuru soğan(ince doğranmış)
- 1 çorba kaşığı ceviz
- 2 çay kaşığı kırmızı pul biber
- Yarım çay fincanı sızma zeytinyağı
- 1 bağ maydanoz
- İri taneli deniz tuzu



Yapılışı

1. Soğanları yağda pembeleştirin ve soğanlarla birlikte havuçları da ilave ederek biraz daha çevirin.
2. Ardından ılıyan soğan ve havuç karışımına ceviz, pul biber, yoğurt ve tuzu ilave edin.
3. En son olarak servis edilmeden önce üstüne zeytinyağı gezdirin ve maydanoz serpererek servis edin.

Cacık (Anonim)³⁰⁵



Malzemeler

- 3 adet orta boy salatalık (iri rendelenmiş)
- 3 ½ bardak yoğurt
- 1 ¼ bardak su
- 3-4 dal dereotu (ince kıyılmış)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Yoğurdu iyice çırp. Tuz, su ve salatalığı ilave edin. İyice karıştırın.
2. Kâselere boşalttıktan sonra üzerine zeytinyağı ve dereotunu serperek servis edin.

Burhani (Bangladeş)



Malzemeler

- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 yeşilbiber (hafif haşlanmış)
- 1 çay kaşığı tane hardal
- 1 çay kaşığı tane kişniş
- 1 çay kaşığı tane kişniş
- ¾ bardak nane (yaprakları ayıklanmış)
- ¼ bardak kişniş (yaprakları ayıklanmış)
- ½ çay kaşığı siyah tuz
- ½ çay kaşığı toz zencefil
- ½ çay kaşığı beyaz biber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Kişniş, hardal, kimyon tohumlarını orta ateşte soteleyin. İncecik toz halinde baharat karışımı elde edin.
2. Yoğurt, baharat karışımı, nane, kişniş, siyah tuz, zencefil, beyaz biber, tuz, 1 bardak soğuk suyu yumuşak kıvam elde edin.
3. Soğuk servis edin.

Küflü Çökelek Salatası (Hatay)³⁰⁶



Malzemeler

- 1 top küflü çökelek
- 2 domates (ince doğranmış)
- 2 adet yeşilbiber (ince doğranmış)
- 1 baş kuru soğan (ince doğranmış)
- 5 kaşık zeytinyağı
- Taze veya kuru nane



Yapılışı

1. Bir top çökelek ince ince ufalayıp soğanla beraber iyice ovun.
2. Domates, yeşilbiber ilave edin.
3. Üstüne zeytinyağı koyup hepsini karıştırın.
4. Üzerine taze nane ilave edin, karıştırarak servis edin.

Çökelek Piyazı (Erzincan)³⁰⁷



Malzemeler

- 1 ½ bardak çökelek peyniri
- 3 salatalık(ince doğranmış)
- 4 adet taze soğan(ince doğranmış)
- 4 sivri biber(ince doğranmış)
- 4 domates(ince doğranmış)
- 1 kaşık taze reyhan(ince doğranmış)
- 2 kaşık maydanoz(ince doğranmış)
- 1 bardak ekmek(küp doğranmış), isteğe göre
- Tadımlık tuz
- Marul yaprağı



Yapılışı

1. Çökeleği geniş bir kaba koyun, içine salatalık, domates, biber, taze soğan, taze reyhan, maydanoz ekleyip karıştırın. Biraz su ile inceltip zeytinyağı gezdirin.
2. Ya salata gibi ya da marul yapraklarında ekmekle sunun.

Tahinli Patlıcan³⁰⁸



Malzemeler

- 1 patlıcan (közlenmiş)
- 3 kaşık yoğurt
- 2 kaşık tahin
- 2 diş sarımsak
- 1 kaşık limon suyu
- 2 kaşık zeytinyağı



Yapılışı

1. Patlıcanları közleyin. Küçük bir bıçak yardımıyla kabuğunu soyun. Limonlu suda bekletin.
2. Mutfak robotuyla püre haline getirin.
3. Üzerine sarımsak, tahin, zeytinyağı, limon suyu ve yoğurdu ilave edin. İyice çırpın.
4. Servis tabağına alın. Üzerine zeytinyağını gezdirin.
5. Yanında kızarmış ekmekle servis edin.



Kahvaltılık

Taze Lor Peyniri (Uşak)



Malzemeler

- 1 litre çiğ süt
- 1 bardak yoğurt
- 2 m tülbent



Yapılışı:³⁰⁹

1. Süt kaynayınca tencerenin dibine yapışmasını engellemek için, sütü sudan geçirdiğiniz bir tencerede pişmeye bırakın. Ara sıra karıştırın. Süt kaynamaya başlamadan hemen önce üzerinde biriken kaymağı karıştırarak dağıtın ve 2-3 dakika daha karıştırarak kaynamasına izin verin. Hemen içine yoğurdu ilave edin.
2. Tahta kaşıkla karıştırmaya devam edip sütün parçalanmasını, ufak ufak peynir parçalarının oluşmasını sağlayın. Yaklaşık 5-7 dakika sonra altını kapatın.
3. 30-40 dakika bekleyip tortuların iyice çökmesini sağlayın. Sonrasında tencerede tortulaşan sütü bir tel süzgece dökün.
4. Tel süzgeçteki peynir parçalarını torba şeklindeki bir tülbendin içine alıp üzerine bir ağırlık koyarak iyice süzdürün. Taze lor peynirini kahvaltılarda kullanabilirsiniz. Tuzsuz yaparsanız da bozulmaması için parçalara bölüp kavanozda tuzlu suyun içinde saklayın.
5. Süzgeçteyken suyunu bastırıp akıtmak için üzerine bir kâse ve ağırlık koyup iyice sıkıştırarak sepet peyniri gibi bir peynir de yapabilirsiniz.

Çökelek



Malzemeler

- ½ kg yoğurt
- ½ limon suyu

Yapılışı:³¹⁰



1. Yoğurdu bir çelik tencereye alın ve ocakta kaynamaya bırakın. Kaynayan tencerenin altını kapatıp 1-2 dakika bekletin ve limon suyunu ilave edin ve tahta kaşıkla karıştırın.
2. Yoğurdun kesilmeye başladığını göreceksiniz. Beyaz bir tülbendi süzgecin içine koyup kesilen yoğurdu boşaltın. Altına suyu için bir kap koyun.
3. Süzülen suyu ekmek ya da mayalı hamur yapımında kullanabilirsiniz. Peynir süzüldükten sonra kullanıma hazırdır. Hemen kullanmayacaksanız buzluğa atabilirsiniz.

Yoğurttan Ev Peyniri



Malzemeler

- 2 kg çiğ süt
- ½ bardak yoğurt
- 1 orta boy limon suyu
- Tuzlu istenirse yeteri kadar tuz



Yapılışı:³¹¹

1. Önce sütü ocağa koyup kaynamaya bırakın.
2. Süt kaynadıktan sonra üzerine yoğurt ve limon suyunu döküp hızlıca bir karıştırın. Limon yerine sirke, çeşitli otlar vb. asitli başka bir malzeme de kullanılarak da elde edebilirsiniz.
3. Sonra ocağın altını kısıp ara sıra tahta kaşıkla çok karıştırmadan üzerindeki peynirleri kenarlara getirin.
4. Bu arada tuzlu peynir istiyorsanız tuzu ilave edin.
5. Artık peynirler iyice ortaya çıkınca ve su yeşile dönüşünce ocağın altını kapatın ve peyniri temiz bir tülbendin içine alın. Yuvarlak şekil vermeye çalışın.
6. Sonra peyniri bir süzgecin üzerine koyun. Üzerine ağırca yassı bir cisim koyun.
7. Bu şekilde akşamdan sabaha kadar serin bir yerde peyniri bekletin. Daha sonra peynir yemeye hazırdır.

Labne Peyniri (Lübnan)³¹²



Malzemeler

- (1 bardak (224 g) labne peyniri için:
- 2 ½ bardak (340 g) yoğurt
- ¼ çay kaşığı limon suyu
- ½ çay kaşığı tuz



Yapılışı:³¹³

1. Yoğurt, limon suyu ve tuzu karıştırın. Ardından, karışımı buzdolabına alın ve 12-24 saat dinlendirin. (bekleme süresi ne kadar uzun olursa, ürün o kadar kıvamı yoğun olur.)
2. İstenilen kıvama gelince zeytinyağı ve baharat çeşitleri ile de karıştırın.
3. Yoğurt, limon suyu ve tuz karıştırıp bir tülbent içine koyun ve 12-24 saat süzün.
4. Hava geçirmez bir kaba alın ve buzdolabında saklayın.

Avanit (Van)³¹⁴



Malzemeler

- 1 bardak yoğurt
- 4 adet yumurta
- 2 kaşık un
- 1 kaşık tereyağı
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)



Yapılışı:³¹⁵

1. Yumurtalar bir kaba kırın unu ilave edip iyice çırpın.
2. Bir tavada yağ eritip hafif kızdırın yumurtayı bu yağa dökün, kızgın yağda hemen kabaran yumurtanın bir tarafı renk değişince çevirin. Diğer tarafını da aynı şekilde pişirdikten sonra tavadan tabaklara alın. (Buna Kayganak denir.)
3. Sarımsakla yoğurdu iyice çırpın.
4. Üzerine sarımsaklı yoğurdu dökün ve yoğurdun üzerine de tavada kalan kendi yağından gezdirin.
5. Sıcak servis yapın buna da avanit denir. Yanında soğanla servis edin.

Cercerun (Tuzlu Yoğurt Kavurması)



Malzemeler

- 200 g tuzlu yoğurt
- 2 boy orta boy soğan(ince doğranmış)
- 1 adet kapy biber (ince doğranmış)
- 4 kaşık zeytinyağı
- 2 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı kimyon tohumu (çekirdekleri kavrulmuş, havanda dövülmüş)



Yapılışı:³¹⁶

1. Soğan ve biberi bakır bir tavada kavurun. Pul biberi de ilave edin ve çevirin.
2. Tuzlu yoğurdu ilave edin ve çevirmeye devam edin. Üzerine kimyonu ilave edin. Kısa bir süre daha çevirmeye devam edin. Ocaktan alın.
3. Servis tabağına alın veya tavada servis edin

Çete Ovalaması (Isparta-Burdur)



Malzemeler

- 1 bardak çökelek
- 2 adet kuru ev yufkası (elle ufalanmış)
- 2 soğan (ince doğranmış)
- 2 salatalık (alaca soyulmuş, ince doğranmış)
- ½ demet maydanoz (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı toz kırmızıbiber
- 1 kaşık çörekotu
- Tadımlık tuz



Yapılışı:³¹⁷

1. Yufkaların üstüne geniş bir kâsede çok az soğuk su serpin ve nemlendirin.
2. Yufkaları ıslattığınız kâseye çökelek, pul biber ve çörekotuyla tüm malzemeyi koyup iyice harmanlayın. Bu karışımdan ceviz büyüklüğünde parçalar alın, avucunuzda sıkarak şekillendirin.
3. Bir tabağa dizerek servis yapın.

Tatar Yoğurtlaması (Denizli)³¹⁸



Malzemeler

- 2 kaşık süzme yoğurt
- 5 tane yeşil biber
- 1 tane kapa biber
- 2 adet patates (soyulmuş, küp doğranmış)
- 1 adet patlıcan (halka doğranmış)
- 2 adet kabak (halka doğranmış)
- 1-2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- Tadımlik tuz
- Kızartmalık yağ



Yapılışı:³¹⁹

1. Yoğurt üzerine az az su koyularak ezip tuzu da ilave edin. Sonrasında sarımsak da yoğurda koyup karıştırın.
2. Bir tavada biberleri, kabakları, patatesleri kızartıp üzerine kırmızıbiber serpererek yoğurdun üzerine alın.
3. Ana yemek olarak veya her yemeğin yanına atıştırmalık, kahvaltılarda veya meze olarak kullanın.

Yumurta (Gagavuzya)



Malzemeler

- 4 adet yumurta
- 1 bardak yoğurt
- 1 ½ bardak çökelek
- 2 kaşık zeytinyağı
- 1 ½ çay bardağı su
- 1 çay kaşığı toz kırmızıbiber
- 1-2 diş sarımsak (incecik kıyılmış)



Yapılışı:³²⁰

1. Yağı tavada kızdırın. Peyniri, toz kırmızı biberi ilave edin. Çökeleği hafif çevirip suyu ilave edin.
2. Su kaynamaya başlayınca yumurtaları da üzerine kırın. Yumurta sarılarının bütün kalmasına dikkat edin.
3. Su iyice kaynayıp buharlaşınca kadar ocakta tutun.
4. Derin bir kâsede üzerine sarımsaklı yoğurdu dökerek servis edin.

Omletler



Malzemeler

- 6 adet yumurta
- ¼ bardak çökelek
- ¼ bardak yoğurt
- 2 kaşık tereyağı
- 2 kaşık siyah zeytin (ince dilimlenmiş)
- 2 çay kaşığı keten tohumu
- 1 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı kimyon
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Yumurtaları yoğurt, keten tohumu, zeytini ve çökelekle maydanozu da ilave edin ve iyice çırpın.
2. Tereyağını orta ateşte eritin. Yumurtalı karışımı tavaya boşaltın. Ateşi kısın ve üzerini kapatın.
3. Piştikten sonra üzeri açıp dilimleyip servis edin.

Omlet



Malzemeler

- 6 adet yumurta
- ½ kaşık domates salçası
- ½ kaşık acı biber salçası
- 1 kaşık nohut unu
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 kaşık zeytinyağı
- 1 kaşık ay çekirdeği
- Tadımlık tuz
- 2 kaşık taze reyhan (ince kıyılmış)



Yapılışı:

1. Yumurta, her iki salçayı ve yoğurdu iyice çırpın.
2. Un ile sarımsağı 1 kaşık ay çekirdeği ve yarım kaşık yağla soteleyin.
3. Kalan zeytinyağını ısıtıp yumurtalı karışımı unlu karışımla çırparak 1 kaşık reyhanı da ilave ederek tavaya yayıp 6-7 dakika, sonrasında ters yüz ederek 2-3 dakika üzerine kalan ay çekirdeği ve reyhanı ilave ederek pişirin.
4. Dilimleyip servis edin.

Tatlı Omlet



Malzemeler

- 5 adet orta boy yumurta
- 3 kaşık yoğurt
- 2 çay kaşığı haşhaş ezmesi
- 2 kaşık badem unu
- ½ çak kaşığı kabartma tozu
- 2 çay kaşığı Hindistan cevizi tozu
- 1 adet orta boy şeftali (küp doğranmış)
- 2 çay kaşığı Hindistan cevizi yağı
- 1 çay kaşığı vanilya
- ½ kaşık tuz



Yapılışı:

1. Yumurtaları, badem unu, ezme, Hindistan cevizi tozu, vanilya ve tuzla karıştırın. İyice çırpın.
2. Şeftalileri hafif soteleyip yumurtalı karışımı ilave edin. Orta ateşte pişirin.
3. Üzerin kapatarak kek gibi kabarmasını bekleyip sıcak servis edin.

Kuruttan Omlet



Malzemeler

- 6 adet yumurta
- 2 kaşık kurut (rendelenmiş)
- 1 kaşık tarhana
- 1 kaşık maden suyu
- 10-12 adet ıspanak kökleri (iyice temizlenmiş)
- 1 çay kaşığı biberiye
- 2 kaşık Kars gavyeri (rendelenmiş)
- Tadımlık tuz



Yapılışı:

1. Kurut, yumurtalar, maden suyu ve tarhanayı biberiye, 1 kaşık gavyeri de ilave edip iyice çırpın.
2. Ispanak köklerini az yağla 4-5 dakika soteleyin. Yumurtalı karışımı tavaya akıtarak orta ateşte ters yüz ederek pişirin
3. Pişmesine 1-2 dakika kala üzerine 1 kaşık kaşarı ilave ederek sıcak servis edin.

Yumurta Yoğurtlusı: Alaca Boranası (Çorum)³²¹



Malzemeler

- 4 adet yumurta
- 2 bardak süzme yoğurt
- 1 diş sarımsak
- 2 kaşık tereyağı
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- Tadımlık tuz



Yapılışı:³²²

1. 1 kaşık tereyağını tavada eritip yumurtaları ilave edin ve karıştırarak pişirin.
2. Süzme yoğurdu ekleyip pişirmeye devam edin. Sarımsakları da ekleyin.
3. Pişince servis tabağına alın.
4. Kalan tereyağını kızdırıp kırmızıbiberle çevirip yumurtanın üzerine dökerek servis edin.

Mıkla (Karaman)



Malzemeler

- 1 bardak süzme yoğurt
- 5 diş sarımsak (ezilmiş, ince kıyılmış)
- 4 adet orta boy yumurta
- 2 çay kaşığı pul biber
- 4 kaşık sıvı yağ
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:³²³

1. Tavada yağı eritin. Üzerine yumurtaları kırın. Tuz ve pul biberin yarısını katın, piştikten sonra ocaktan alın.
2. Sarımsakları yoğurda ilave edip iyice çırpın.
3. Sarımsaklı yoğurdu geniş bir tabağına alın.
4. Üzerine pişirilmiş yumurtaları yayın, kalan pul biber ve tuzu dökerek servis yapın.

Çökelekli Çiğ Köfte (Malatya)



Malzemeler

- 1 bardak çiğ köftelik bulgur
- ½ bardak çökelek
- 1 orta boy soğan (rendelenmiş, suyu sıkılmış)
- 3 kaşık taze soğan (ince kıyılmış)
- 2 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 3-4 adet marul
- 2 çay kaşığı pul biber
- 1 çay karabiber



Yapılışı:³²⁴

1. Çiğ köftelik bulgur bir kapta ılık suyla ıslatıldıktan sonra 10 dakika bekletin.
2. 15-20 dk. kadar sonra yağ, çökelek, soğan, karabiber, tuz ve kırmızıbiber ekleyip yoğurun.
3. Yoğrulduktan sonra yeşil soğan ve maydanoz da katın ve tekrar yoğurun.
4. Yoğurma işlemi bittikten sonra küçük parçalar halinde avuçta hafif sıkın.
5. Marul yapraklarıyla isterseniz atıştırmalık, kahvaltılık ya da meze olarak servis yapın.

Tatlı Lor (Anadolu'dan Ricotta Peyniri)³²⁵



Malzemeler

- 1 ½ litre çiğ süt
- 1 bardak yoğurt
- 2 çay kaşığı kaya tuzu
- 1 limonun suyu



Yapılışı:

1. Süt süzdükten sonra ocağa koyun.
2. Sütü orta ateşte kabarmaya başlayınca yoğurt, tuz ve limon suyunu ekleyin.
3. Pişirmeye devam edin, kaynama noktasına gelince peynir altı suyunun hızlı bir şekilde ayrıldığını göreceksiniz. Beş dakika kaynatmak yeterli olacaktır.
4. Tencereyi ocaktan alarak soğutun..
5. Peynir altı suyunu alabileceğiniz şekilde bir süzgeçle süzdürün.
6. Normal sertliği için süzgeçte iki saat kadar beklemesi yeterlidir. Daha sert bir yapı için baskı işlemi uygulayın.

Dorak Peyniri³²⁶



Malzemeler

- 1 kg yoğurt
- 2 kg süt
- 1 kaşık kaya tuzu



Yapılışı:

1. Kaynayan süte yoğurt ve tuzu ilave edip süt pıhtılaşana kadar yaklaşık 20 dakika kadar ara ara karıştırın. Sonrasında tülbent ya da bez torbaya döküp süzdürün.
2. Üzerine porselen bir tabak ve onun üzerine de 5 litrelik su dolu bidonu bırakın ve 2-4 saat dinlendirin.
3. Ardından kısa sürede tüketeceğimiz kadarını ayırıp kalanını süzdürdüğünüz suya ya da saf su içine 1 yemek kaşığı tuz ilave ederek salamura alıp bekletin. Buzdolabında saklayın.

Çökelek Söndürme (Çorum)³²⁷



Malzemeler

- 2 bardak çökelek
- 4 çorba kaşığı tereyağı
- Tuz



Yapılışı

1. Bakır bir tava içinde tereyağını eritin ve çökeleği ekleyin.
2. Tahta kaşıkla karıştırarak, arada ezerek eriyip sönmesini sağlayın.
3. Çökelek eriyince tuzunu ayarlayın ve sıcak servis yapın

Sürk Peyniri (Antakya)³²⁸



Malzemeler

- ½ bardak yoğurt kesiği (çökelek)
- 1 kaşık biber salçası
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı zahter
- 1 kaşık çörek otu
- 1 çay kaşığı kişniş
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı yenibahar
- Tadımlık tuz
- 1 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:

1. Sürk peyniri için kullanılan çökeleğin biraz daha yumuşak olması gerekir.
2. Çökelekten 500 gam tartarak geniş bir kaba alın.
3. Üzerine sırasıyla, salça, sarımsak, zahter, çörek otu, kişniş, kimyon, karabiber, yenibaharı ekleyin, yoğurun ve tuz ayarı yapın.
4. Kıvamı ve lezzeti için zeytinyağı ekleyin.
5. Ceviz büyüklüğünde yuvarlanarak şekil verin.

Küflü Sürk Peyniri (Hatay)³²⁹



Malzemeler

- ½ kg taze çökelek
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı kuru nane
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 kaşık tuz
- 2 kaşık pul biber
- 3 kaşık kekik



Yapılışı

1. Çökeleği tüm malzemelerle birlikte yoğurun. Limon büyüklüğünde parçalar elde edin. Bolca ıslattığınız avcunuzun içinde sıkarak top şekline getirin.
2. Çatlak oluşmamasına dikkat ederek tepsiye dizin. Üzerini tülbentle sıkıca örtün. 3-4 gün kadar gölgede 25 derece üzerindeki sıcaklıklarda bekletin.
3. Kuruyan peynirleri tek tek sararak buzdolabına alın.

Labne Peynir³³⁰



Malzemeler

- (1 bardak (224 gam) labne peyniri elde etmek için,
- ¼ çay kaşığı limon suyu
- ½ çay kaşığı tuz
- 2 ½ bardak (340 g) yoğurt



Yapılışı:

1. Yoğurt, limon suyu ve tuzu karıştırın. Ardından, karışımı buzdolabına alın ve 12-24 saat dinlendirin. (bekleme süresi ne kadar uzun olursa, ürün o kadar kıvamı yoğun olur.)
2. İstenilen kıvama gelince zeytinyağı ve baharat çeşitleri ile de karıştırın.
3. Yoğurt, limon suyu ve tuz karıştırıp bir tülbent içine koyun ve 12-24 saat süzün.
4. Hava geçirmez bir kaba alın ve buzdolabında saklayın.

Domastın (İğdır)³³¹



Malzemeler

- 3 bardak koyun yoğurdu
- ½ bardak pirinç
- 1 bardak koyun sütü
- ½ bardak yoğurt veya süt kaymağı
- 6 kaşık tereyağı(eritilmiş)



Yapılışı:

1. Yoğurdu bez torbaya alıp üzerine taş koyup süzölmeye bırakın.
2. Ara ara içine süzüldükten sonra kaymağı ilave edin. Suyunun iyice suyunun süzölmesini sağlayın.
3. Koyun sütüyle pirinci kaynatıp haşlayın ve lapa elde edin. Soğumaya bırakın. Sonrasında kaymaklı yoğurt karışımıyla ilave edin.
4. Pirinçle karıştırdığınız yoğurdu bu şekilde 3-4 gün torbada beklettikten sonra kavanozlara basın.
5. Üzerine bir parmak kadar eritilmiş tereyağı ekleyin.
6. Serin ve ışık almayan bir yerde 2-3 ay saklayın.
7. Kahvaltılarda servis edin.

Iab (Etiyopya)³³²



Malzemeler

- ½ kg çökelek veya lor peyniri
- 4 kaşık yoğurt
- 1 kaşık limon kabuğu (rendelenmiş)
- 1 çay kaşığı baharat karışımı
- 2 kaşık maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 çay kaşığı tuz
- ¼ çay kaşığı karabiber



Yapılışı

1. Derin bir kâsede peynir, yoğurt, limon kabuğu ve baharatları maydanoz, karabiber ve tuzla karıştırın.
2. Islak ancak sulu olmayan yumuşak bir kıvam elde edin. Fazla sulu olursa süzün.
3. Injera'nın üzerine 1 kaşık ??? ilave ederek servis edin.

Yoğurt Kuymağı³³³



Malzemeler

- 3 kaşık un
- 6 kaşık yoğurt
- 1 kaşık tereyağı
- Biraz sıvı yağ
- Su
- Tuz



Yapılışı:

1. Unu az yağla biraz kavurun.
2. Sonra yoğurdu katıp iyice yedirin ve 1-2 dakika da böyle kavurun.
3. Ardından azar azar suyu ilave edin.
4. Kuymak kıvamına geldikten sonra; tuzunu katıp karıştırıp yağı yüzüne çıkana kadar kısık ateşte pişirin.

Kilerden Tarifler

Yoğurt Suyuyla Turşu (Anonim)



Malzemeler

- 1 kg beyaz lahana
- ½ kg. kırmızı lahana
- 700 g. havuç
- ½ kg kırmızı pancar
- 2 kök kerevizin sapları ve 2 dal kereviz yapraklı sapı
- 4 diş sarımsak (ezilmiş)
- 6 adet defne yaprağı
- 4 kaşık kaya tuzu (toplam 2 litrelik 2 adet cam kavanoz için)
- 4 bardak süzölmüş yoğurt suyu veya kefir suyu
- 2 adet, 2 litrelik cam kavanoz



Yapılışı³³⁴

1. Önce lahanaları (beyaz kırmızı) ince doğrayın. Tuzla yoğurup 1 saat kadar bekletin.
2. Havuçlar ve pancarı turşuya konulmadan önce rendeleyin.
3. Kereviz sapları doğrayıp genişçe bir kapta tüm malzemeler karıştırın;
4. Cam kavanozlara karışımları avuçla doldurun. Yumrukla da malzemeler arasında hiç hava kalmadan basın. Zaten kendi suyu üste çıkacaktır.
5. Her kavanozun üzerinde 2-3 cm boşluk olacak şekilde, 2 bardak yoğurt suyunu alacak şekilde malzemeler doldurun ve bastırın.
6. Üzerine 2 dal kereviz yaprağı ve onun da üzerine 2-3 adet defneyaprağı yerleştirin.
7. Kapağı iyice kapatıp oda sıcaklığında karanlık bir yere alın. 10-12 gün sonunda hazır olacaktır. Ancak daha sıcak bir ortam varsa 10. günden sonra buzdolabında, mevsim kış ise serin yerde bekletmelisiniz.
8. Turşu kavanozu açıldıktan sonra tüketilene kadar buzdolabında bekletin. Yoğurt suyu yerine kefir de kullanabilirsiniz.

Yer Elmasından Turşu (Kuzey Kafkasya)



Malzemeler

- 1 kg yer elması (temizlenmiş, isteğe göre soyulmuş ve dilimlenmiş)
- ½ bardak ev yapımı yoğurt suyu
- 2-3 diş sarımsak
- 1 litre içme suyu
- 1 ½ kaşık iri kaya tuzu
- 2 adet meşe, defne veya dut yaprağı



Yapılışı:

1. Kaynatılmış su içinde tuzu eritin. Soğumaya bırakın.
2. Yer elması ve sarımsakları kavanoza yerleştirin.
3. Yoğurt suyu ve tuzlu suyu sebzelerin üzerini 2 parmak geçecek şekilde ilave edin.
4. Sebzelerin havayla temasını kesmek için dut veya meşe yapraklarıyla kaplayın.
5. Işık almayan, güneşten uzak serin bir yerde ara sıra kavanozu gevşetip biriken gazını alarak kapatıp saklayın.
6. 21-30 gün içinde turşu yenmeye hazır olacaktır. Eğer dilimleyip kullanırsanız bu sürenin 10-12 gün gibi düşünmelisiniz.

Girit Usulü Yoğurt Turşusu (Yunanistan)



Malzemeler

- ½ kg süzme yoğurt
- ½ kg tuzlu lor
- 1 çay kaşığı tuz
- ½ kaşık kaşığı kekik
- 250 g paşa biberi (halka doğranmış)
- Sızma zeytinyağı



Yapılışı:³³⁵

1. Birebir ölçüde süzme yoğurt ve tuzlu lorı karıştırın.
2. İçine iri doğranmış biberleri ilave edin
3. Cam kavanoza koyup üzerine iki parmak sızma zeytinyağıyla kapatın.
4. Buzdolabında 15 gün bekletin kahvaltılık veya atıştırmalık olarak kullanın.

Geremez (Gümüşhane)



Malzemeler

- ½ kg süzme yoğurt
- ½ kg taze çökelek
- ¾ kg yeşil biber (irice doğranmış)
- 1 çay kaşığı tuz



Yapılışı:³³⁶

1. Yoğurt ve çökeleği karıştırıp tuz ilave edin.
2. Bu karışımla biberleri karıştırıp kavanoza bastırın.
3. Üzerini örtecek şekilde küflenmesi önlemek için zeytinyağı gezdirin.
4. Serin ve güneş almayan bir yerde yaklaşık 8-10 gün bekletin. Bu süre içinde daha homojen olması için 1-2 defa karıştırın.
5. Kahvaltılarınızda veya garnitür olarak servis edin.

Ekşi Maya (Aksaray)



Malzemeler

- 1 bardak tam buğday unu
- ½ Bardak kepekli köy unu
- 3 bardak içme suyu
- 1 çay bardağı kuru üzüm
- 1 bardak yoğurt suyu



Yapılışı:³³⁷

1. Gün: çay bardağı buğday unu, 1 kaşık kepekli köy unu ve 1 bardak su ilave edin. Üzerine kuru üzümler ve yoğurt suyunu alıp kapağı kapatın, çalkalayın ve oda sıcaklığında bırakın.
2. Gün: Kavanozdaki malzemeleri tahta bir kaşıkla karıştırın ve kuru üzümlerin yarısı kavanozda, yarısı ayrı kapta kalacak şekilde ayırın. Kavanoza tekrar ½ çay bardağı buğday unu, 1 kaşık kepekli köy unu ve 1 bardak su ekleyip kapağı kapatın, çalkalayın ve oda sıcaklığında bırakın.

Keş Peyniri-Kurut³³⁸



Malzemeler

- 1,5-2 kg az yağlı ya da yağsız yoğurt
- Süzmek için bez torba



Yapılışı

1. Yoğurdu bez torba içine dökün, bir gün süzüldükten sonra torba üzerine bir taş koyun ve 2 gün daha suyunun çıkması için bekleyin. Sonrasında yoğurt yumuşak bir peynir kıvamına gelmiş olacaktır. (2 kg yoğurttan mevsimine göre 300-500 g elde edilir.)

2. Kalan süzülmüş yoğurdu bir tepsiye alın ve üzerine kaya tuzu ekleyin ve yoğurun. (Tuz raf ömrünü uzatmak için kullanılır).
3. Daha sonra yoğurdu ele alarak çiğköfte gibi parçalar halinde sıkın ve tepsiye dizin.
4. Üzeri ince bir bezle kapatın ve kurumaya bırakın. İyice kuruyana kadar güneşte bekletin.
5. Tam kurumuş bir kurut peyniri taş kadar serttir. Genellikle rendelenerek kullanılır.

Soka (Bosna Hersek)³³⁹



Malzemeler

- 300-400 g süzme yoğurt
- 150-200 g lor peyniri
- 1 bardak kaymak
- 1 l süt
- 1 kg yeşilbiber
- 2 kaşık salamura tuzu



Yapılışı

1. Biberlerin saplarını başıyla beraber keserek tohumlarını çıkartıp iyice kurutun.
2. Bir kap içerisinde iri tuzu serpiştirin. Daha sonra bir süzgeç içerisinde suyunun iyice çıkması için biberleri en az 3-4 saat en çok da 1 gece bekletin. Süre sonunda biberler suyunu salacaktır.

3. Sosu için derin bir kaba yoğurt, kaymak ve lor peynirini alıp iyice karıştırın.
4. Kavanozun dibine bir miktar biber koyup üzerine 1 kepçe sostan ilave edin. Tüm malzemeler bitinceye kadar bu işlemi sıra sıra tekrarlayın.
5. Kavanozun üzerinde 2 parmak boşluk kalacak şekilde her seferinde malzemelerin üzerine bastırın
6. Sütü hafif ısıtın ve azar azar kavanozun içine dökün. Sütün aşağıya kadar inmesi için bir kaşık yardımıyla biberleri hafif oynatın.
7. En sonunda kavanozun üzeri sütle kaplayın. Süt, mayalandırarak ve fermentasyonu sağlayacaktır. Sonra ağzını sıkıca kapatın. Buzdolabında 10 gün beklettikten sonra hazır olacaktır.

Ekşi Maya (Aksaray)³⁴⁰



Malzemeler

- 1 bardak tam buğday unu
- ½ Bardak kepekli köy unu
- 3 bardak içme suyu
- 1 çay bardağı kuru üzüm
- 1 bardak yoğurt suyu



Yapılışı

1. 1.gün:
1 çay bardağı buğday unu, 1 kaşık kepekli köy unu ve 1 bardak su ilave edin. Üzerine kuru üzümler ve yoğurt suyunu alıp kapağı kapatın, çalkalayın ve oda sıcaklığında bırakın.
2. 2.gün:

Yoğurt ve Soydaşlarıyla Terbiyeleme

Beyaz Et Terbiyesi



Malzemeler

- 2 adet limon veya portakal
- 1 bardak yağlı yoğurt
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı kaya tuzu
- ½ çay kaşığı karabiber
- 1 kg kemiksiz, derisiz tavuk et



Yapılışı:

En az yarım saat en çok bir gece ağzı kapatılabilen poşete yerleştirin

Kırmızı Et Terbiyesi



Malzemeler

- 2 çay kaşığı toz biber
- 1 çay kaşığı kimyon
- 3 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 2 çay kaşığı deniz tuzu
- 3 kaşık zeytinyağı
- 1 bardak yoğurt
- 2 kaşık domates salçası
- 1 kaşık biber salçası
- 1 bütün limon



Yapılışı:

En az 2 saat, en çok bir gece buzdolabında terbiye edin.

Süzme Yoğurt (Anonim)



Malzemeler

- 2 kg süttten mayalanmış taze yoğurt



Yapılışı:³⁴¹

1. Taze yoğurdu bir gün buzdolabında bekletin. Pamuklu temiz bir beze koyun.
2. Bezin dört ucunu üstten bağlayın. Yüksek bir yere asın.
3. Altına bir çanak koyarak yoğurdun suyunu süzün.
4. Suyu tamamen süzülünce kese yoğurdu hazırdır.
5. Hemen kullanılmayacaksa buzdolabında ya da güneş almayan yerin bir yerde saklayın. İsterseniz süzülen yoğurdun suyu ayran, hamur işleri ve çorbalarda, turşularda kullanılabilirsiniz.

Tuzlu Yoğurt (Hatay)



Malzemeler

- 1 kg yoğurt
- 1 kaşık tuz
- 2-3 kaşık zeytinyağı



Yapılışı:³⁴²

1. Yoğurdu geniş bir kaba boşaltın. Hafif ateşte sürekli özellikle tahta kaşıkla karıştırın. Dibinin tutmasını engelleyin. Karıştırırken içine ayar tuzu ilave edin.
2. Yaklaşık 25-30 dakika karıştırın. Göz göz olunca ocaktan alın. İyice soğutun.
3. Kavanozlara koyun. Üzerine zeytinyağı dökün ve serin bir yerde saklayın.

Ekşi Krema (Sour Cream)



Malzemeler

- 1 ½ bardak süt kreması
- 2 kaşık yoğurt



Yapılışı:³⁴³

1. Oda sıcaklığında süt kremasının içine süzme yoğurdu ekleyip karıştırın ve ağzı tülbentle örtün.
2. 24 saat oda sıcaklığında mayalanması için sonrasında buzdolabına 5-6 saat bekleme sonrası ekşi krema (sour cream) hazır olacaktır.
3. Ekşi krema yapımı için: “yayıkaltı (buttermilk)”, kefir veya ayranı birbiri yerine kullanabilirsiniz.

Yanık Yoğurt (Antalya- Denizli)



Malzemeler

- 1 kg taze koyun sütü
- 1 kaşık koyun yoğurdu



Yapılışı:³⁴⁴

1. Açık havada bir ocağı meşe odunuyla yakın. Üzerine kalaylı bakır bir tencere oturtun.
2. Tencereyi kuru olarak ısıtın. Öyle ki tencereden hafif bir yanık kokusu gelmelidir.
3. İyice kızmış olan tencerenin üzerine süzgülü süzerek taze sağılmış sütü ilave edin. Sütü meşe ateşiyle kaynatıp ocaktan indirin.
4. Yoğurdu mayalayacağınız kaba boşaltın. Bu kabın içinde ılımasını bekleyin. (Serçe parmağını yakmayacak şekilde ılık olmalıdır.)
5. Ilık süttten bir birkaç kaşık alıp koyun yoğurduna karıştırın.
6. Sonrasında ılımış süütün kaymağını bozmadan tahta bir kaşıkla içine salın (mayalayın).
7. Kaymağın altından sütü güzelce karıştırın.
8. Kabın üzerine geniş bir tabak kapatın. Onun da üzerini süütün ılık kalacağı şekilde kalın bezlerle bir gün bu şekilde bekletin.

Matsoni (Gürcistan)³⁴⁵



Malzemeler

- ¼ bardak eski matsoni yoğurt
- 2 bardak tam yağlı süt



Yapılışı:³⁴⁶

1. Matsoni mayasını tam yağlı sütle orta boy bir kaptan çırpın ve bir kavanoza dökün. Gevşek bir şekilde örtün ve mutfağınızda 24 ila 48 saat mayalanacağı sıcak bir yere koyun.
2. Süt yarı katı bir yapı oluşturduğunda ve kavanozu eğdiğinizde kavanozun kenarlarından kaydığında matsoni hazırdır. Fermantasyonu durdurmak için buzdolabına alın.
3. Daha sonradan mayalandırmak için ¼ bardağını ayırarak yoğurt kullandığınız her yerde kullanabilirsiniz.

Skyr (İzlanda)



Malzemeler

- 1 litre süt
- 1 kaşık skyr yoğurt



Yapılışı:

1. Sütü 95 derecede ısıtın. 10 dakika bu sıcaklıkta sabit tutun. Isı değişken değişken olursa yoğurt tutmaz.
2. Tencerenin dibine yapışmasını önlemek için sütü sürekli karıştırın. Tencereyi ocaktan alın ve oda sıcaklığında bekletin. 39 dereceye kadar soğutun.
3. 1 kaşık Skyr yoğurdu kaydattığınız süte ilave edin.
4. Kalın bir havluyla sarıp 12-15 saat bekletin.
5. İstenilen kıvam oluşunca buzdolabına alın.

Viili (İskandinavya yoğurdu)



Malzemeler

- 2 bardak pastörize süt
- 1 kaşık eski viili yoğurdu



Yapılışı:³⁴⁷

1. Bir kavanozda sütü ve mayayı karıştırın.
2. Metal kapakla gevşek bir şekilde kapağını oturtun.
3. Oda sıcaklığında 24 saat bekletin. Kıvamını alması için yerinden oynatmayın.
4. Bu süre bittiğinde 24-48 saat bekletildiğinde aromasını bulacaktır.

Yoğurttan Mayonez



Malzemeler

- 3 yumurta sarısı
- 1 ½ zeytinyağı
- ¼ bardak limon suyu
- 4 kaşık yoğurt veya kefir
- ¼ çay kaşığı hardal tozu
- ¼ çay kaşığı deniz tuzu



Yapılışı:

1. Yumurta sarılarını limon suyu, hardal ve soğan tozuyla ve tuzla iyice blenderda çırpın.
2. Yavaş yavaş zeytinyağını daha iyi emmesi için 2-3 dakika sürecek şekilde ilave edin. İdeal kalınlığı elde etmek için gerekirse biraz daha yağ ilave edin.
3. Son olarak yoğurdu ekleyin.
4. Tadarak damağınıza göre limon suyu veya tuz ilave edin.
5. Mayonezi blenderden çıkarın. 1 hafta buzdolabında saklayabilirsiniz.

Yoğurttan Ketçap



Malzemeler

- 2 bardak domates salçası
- ¼ bardak bal
- ¼ bardak yoğurt
- 2 kaşık elma sirkesi
- 1 çay kaşığı limon suyu
- 2 çay kaşığı limon kıvrıkları
- 1 çay kaşığı deniz tuzu
- 1 çay kaşığı yenibahar
- 1 çay kaşığı soğan tozu
- Yarım çay kaşığı hardal tozu
- Yarım çay kaşığı karanfil
- 1 adet sarımsak



Yapılışı:

1. Tüm malzemeyi blendera alıp çırpın. Tadına bakıp isteğinize göre tuz, yenibahar, limon suyu ekleyin.
2. Bir kaba alıp 3-5 güne kadar oda sıcaklığında, 2 haftaya kadar da buzdolabında saklayabilirsiniz

Kundusuv / Kundupsu (Kuzey Kafkasya)



Malzemeler

- 2 bardak koyun yoğurdu
- Yeteri kadar tuz
- Yoğurdun üzerini örtecek kadar tereyağı veya kuyruk yağı



Yapılışı:³⁴⁸

1. Bir kavanoza yoğurdu boşluk bırakmayacak şekilde ve aralara tuz serperek yerleştirin.
2. Kavanoz tamamen dolduğunda ağzına temiz bir bez bağlayın.
3. Çakıl taşlarını yıkayıp bezin üstüne koyun. Ağırlık içe doğru indiğinde bezin üzerine yoğurdun içindeki su çıkıp biriktikçe alın.
4. Bez ve çakılları iki günde bir yıkayın.
5. Su azaldıkça kavanozdaki yoğurt süzme yoğurt kıvamı alacaktır. Su bittiğinde kavanozun iç kenarlarını temizleyip üzerine bir parmak kalınlığında tereyağı döküp yayın ve yoğurdun havayla temasını kesin. Eğer yağ dökülmezse yoğurdun üzeri küfleneyecektir. Bunu önlemek ve lezzetini korumak için bu yağ gereklidir.
6. En erken 1-1,5 ay sonra açılıp yenilebilir.
7. Serin bir yerde bekletilmelidir. 1-2 yıl saklanabilir.

Cara Peyniri (Hatay)³⁴⁹

Malzemeler

- Taze çökelek
- Ezme peynir
- Çörekotu
- Kekik
- Tuz
- Zeytinyağı

Yapılışı:

1. Çökelekler bez torbaya koyun.
2. Suyunu iyice süzdürün. İçine çörek otu ekleyin. Peynir olarak ezme peynir kullanarak çörekotu ve kuru kekik de ilave edin.
3. Hem çökelek hem de peynir iki ayrı büyük leğende tuz ile iyice harmanlayın. Her tarafına tuzun mutlaka nüfuz etmesini sağlayın.
4. Testiye sırayla bir kat peynir bir kata çökelek bastırın. Bu basma işlemi çok önemlidir. Hiç hava boşluğu kalmamalıdır.
5. Testini ağız bezle bağlayın ve ters konularak suyunun geçmesi için birkaç gün bekleyin.
6. Sonra testinin ağız kısmına tereyağı eritip dökün. Üzerini hamurla sıvayın.
7. En üstü tülbentle kapatılıp testi ters bir biçim de bahçeye gömün.
8. Yaklaşık 6 ay toprağın içinde bırakın. Çıkardıktan sonra tüketin.

Notlar ve Kaynakça

- 1 Kaynak: Merhum Ayşe Uğur, İzmir 2011
- 2 Orta Asya'dan Anadolu'ya gelen bir yemektir. Ayrıca günümüzde dolaştığımız pek çok coğrafya ve komşuluk yaptığımız ülkelerin mutfaklarında da yapılıyor. Bu çorba, bazı yörelerde ad değişikliği yaşamış. Çorbanın ana vatanı olarak kabul edilen Özbekistan'da "toyga" olarak bilinir. Anadolu'da da birçok ilde yöre mutfağının özel çorbalarından biri olmuş. Orta Asya'dan gelen göçlerin yoğun olduğu illerin yemek kitaplarında bu çorbanın farklı versiyonlarının kullanımı dikkat çekicidir. Özellikle Osmaniye, Kırklareli, Kayseri, İskenderun yörelerinde "toğga" denilirken; Sivas, Amasya, Ankara, Konya, Eskişehir, Denizli, Bartın, Kütahya, Muğla, Erzurum, Kilis, Adana, Mersin, Tokat, Afyon, Isparta, Çorum yörelerinde "toyga" deniliyor. İç Anadolu'da salça da konuluyor. Çorba Osmaniye'de özel günlerde mutlaka yapılıyor. Hemen hemen her yörede farklı biçimlerde yapılsa da yörelere göre de farklı adlar alıyor. Osmaniye'de Toğga adıyla biliniyor. Meşe odunu külü bakır tencerenin içine sıvanıyor, öylece pişiriliyor. Nohut koymayanlar, yarma yerine pirinç kullanılıyor. Osmanlı'da bu yemeğin adı Bozca aş imiş. Sivas ve çevresinde yarmayla birlikte yeşil mercimek ve kemikli et de ilave edilerek ana yemek oluyor. Adana, Kilis gibi bölgelerde aşağı yukarı küçük farklılıklarla böyle yapılıyor. Hatay'da yapılırken ıspanak kullanılıyor. Toyga'nın şımşirden ve ardıçtan özel olarak yapılmış çomça denilen kaşıklarla içiliyor olması da unutulmaya yüz tutmuş bu çorbanın ritüellerinden.
- 3 Kaynak: Amasya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2015
- 4 Kaynak: Filiz Arkan, 2011
- 5 Kaynak: www.azcookbook.com. 2022
- 6 Mardin, Bitlis, Siirt, Batman ve Diyarbakır'da benzer şekilde yapılıyor. Ancak Bingöl'de haşlanmış kenger kökü, Iğdır'da ise bulgurla birlikte içine ebegümeci, evelik, pancar yaprağı gibi yeşillikler konuluyor. Tencereye su konularak bulgur kaynatılır. Buna ince doğranmış otlar ilave edilip iyice pişiriliyor. 4 kaşık un suda ezilerek karışıma ilave edildikten sonra diğer tarafta ayran hazırlanan ezilmiş sarımsaklar ayrına katılıyor. Sonrasında pişirilen karışıma ayran eklenir. Bir iki taşım kaynatılıp ateşten alınıyor. Yarpuz ya da nanenin yazın tazeşi, kışın kurusu kullanılır. Ayran çorbası kışın sıcak, yazın soğuk olarak tüketilmektedir. Batman'daki ayran aşında buğday iyice piştikten sonra ayran ilave edilir, biraz daha kaynatılır ve dinlenmeye bırakılır. Soğuduktan sonra üzerine pekmez ya da tuz dökülerek yenir.
- 7 Kaynak: *Anadolu Yemek Sanatı*, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, 2018
- 8 Kaynak: www.caspiannews.com. 2022
- 9 Özellikle Orta Asya, Kafkas ve Balkan coğrafyalarında "Tutmaji", Altaylarda "tutmas" adıyla bilinir. Ortadoğu coğrafyasında yapılışı benzer ancak adı farklılıklar gösteriyor. Anadolu'da en yaygın çorbalarından olan Tutmaç çorbası, Siirt, Van, Bitlis ve Bayburt'ta keşkten de yapılırken; Kayseri ve Sivas'ta ile kısmen Ankara'da bir başka keşk çeşidi olan peskütan kullanılıyor. Peskütan için ayran toplanıp küplerde alınıyor ve ayran olabildiğince ekşitiliyor. Ekşitilen ayran büyük kazanlarda ateşe bırakıp karıştırılıyor. Ayran kaynatıldıktan sonra içine dövme ve az miktarda nohut eklenip karıştırmaya ayrına katılınca kadar devam edilir. Katılan yemek ateşten alınarak soğutulmaya bırakılıyor. Soğutulduktan sonra köfte büyüklüğüne getirilip güneşe bırakılıp kurutulur. Genelde kışları ayran çorbası yapılıyor.
- 10 Kaynak: Bingöl İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2018

- 11 Özbekistan'ın bu çok bilindik, belki de çorbaların atası kabul edilebilecek tarifi süt, yoğurt veya su kullanılarak da yapılıyor. Orta Asya'da en eski tariflerinden birisi olarak hala günümüzde geçerliliğini koruyor. Afyon'da yapılagelen buğday ununu ve kıymayı kavurarak yoğurt, ayran ya da su ilave edilerek yapılan "Miyane" Atala çorbasıyla benzerlik gösterir.
- 12 Kaynak: Şenay Neftçi, Kerkük, 2011
- 13 Kaynak: Rinat Tzadok 2022
- 14 *Kubaneh* tereyağı ve çörekotunun kullanıldığı Yemen Yahudilerine ait Suriye ve İsrail'de de yapılan yumuşak bir ekmeğe çeşitli iken *Challah* Yahudilerin festival ve bayramlarında hamurunda bal kullanarak yaptıkları bir çeşit ekmeğe.
- 15 Bu tarife yarma, buğday ilave edilerek yapılan Spas adında benzeri Ermenistan'da bulunuyor.
- 16 Kaynak: <https://georgiantable.com>. 2016
- 17 Kaynak: Gülgün Seferoğlu, Hatay 2014
- 18 Bölüm 5'te Andırın'da geleneksel tarif uygulama öyküsünü paylaştım.
- 19 Kaynak: www.lezzetustasi.com.tr. 2019
- 20 Kaynak: Zedal Kondakçı, Bursa İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2023
- 21 Kaynak: Nafise Pardakchi, Hamedan, 2019
- 22 Kosova, Batı Sırbistan, Makedonya ve Bosna Hersek'te de yapılıyor.
- 23 Kaynak: Karlygash Omurbayeva, www.turkkazak.com. 2020
- 24 Afyonkarahisar kebabı, Bolvadin mantısı, labada sarması, Velense hamur aşısı ve göç köftesi tescillenmiştir.
- 25 Kaynak: Karlygash Omurbayeva, www.turkkazak.com. 2020
- 26 Kaynak: www.culinaryshades.com. 2023
- 27 Kaynak: Khaleej Times, www.emiratesvoice.com. 2021
- 28 Çorba bu şekilde tüketildiği gibi taze yoğurt ve et suyu ilavesiyle de tüketilebilirsiniz. Cips kıvamında tarhana Konya mutfağında da yapılıyor.
- 29 Kaynak: Gülsüm İbişoğlu, Şumnu, 2021
- 30 Kaynak: www.mutfaksirlari.com. 2020
- 31 Kaynak: www.mynet.com. 2015
- 32 Kaynak: H.İ. Yılmazoğlu, Kahramanmaraş'ın Mutfak ve Beslenme Kültürü, Kahramanmaraş İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayını, s. 270, 2014
- 33 Kaynak: Hülya Duranoğlu Erol, 2023
- 34 Kurutmadan tüketilen yaş tarhanadan çorba yapımı Çankırı, Manisa, Eskişehir, Uşak, Kütahya, İzmir, Muğla, Bursa ve Denizli'de de görülüyor.
- 35 Kaynak: Rabia Yamakoğlu, 2014
- 36 Kütahya Cimcik aşısı tescillenmiştir.
- 37 Kaynak: Nurhan Conker, Gediz, 2018

- 38 Uşak, Fethiye un tarhanalarını Bolu, Kastamonu ve Kütahya kızılçık, Maraş cips tarhanalarını tescillemişlerdir.
- 39 Nazmiye Kaşıkçı, Uşak, 2010
- 40 Kaynak: Mahmut Kılıç, Denizli, 2015
- 41 Kaynak: Nazik Çelik, 2015, Kayseri, Ankara, Kırıkkale, Çorum ve Çankırı da yöreye özgü farklı malzemeler kullanılarak yapılıyor.
- 42 Kaynak: Kahramanmaraş Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2021
- 43 Kaynak: Ferideh Rahmi. 2019
- 44 Kaynak: Özge Uğur Adige, İzmir, 2018, Bela adlı Sırbistan'da servis edilen geleneksel bir çorbaları bulunuyor. Çorbada tavuk göğsü yanında patates, havuç ve un, aromatik otlarla yapılıyor. Servis edilirken üzerine yoğurt ilave ediliyor.
- 45 Kaynak: Gül Eser Alp, 2021, Bu tarif” Ashe Dough” adıyla Erdebil’de ayran ile yapılıyor. Bu tarifi benzeri, Gaziantep’te “Yuvalama” Romanya’da Ciziba de Perisoare, Bosna’da Bosnska Kufte adlarıyla benzerleri bulunuyor.
- 46 Kaynak: Mücahit Akyunak. Tekirdağ, 2011, Bulgaristan’ın güney kısımları, Makedonya ve Trakya bölgesinde sıklıkla yapılıyor. Bolu’da pirinç ve küçük et; Erzurum nohut, minik köfte, buğday, bulgur kullanıyor. Bu çorbanın Ortadoğu da özellikle Suriye, Lübnan, Filistin ve Irak’ta ki karşılığı Shakriya’dır. İran ve Azerbaycan’da da yapılıyor
- 47 Kaynak: Hilal Loş. 2017
- 48 Kaynak: <http://uzbekcooking.blogspot.com>. Özbekistan’ın bu çok bilindik, belki de çorbaların atası kabul edilebilecek tarifi süzme yoğurt ve su kullanılarak yapılıyor. Orta Asya’da en eski tariflerinden birisi olarak hala günümüzde geçerliliğini koruyor. Afyon’da yapılagelen “Miyane çorbası” buğday ununu ve kıymayı kavurarak yoğurt, ayran ya da su ilave edilmesiyle Atala çorbasıyla benzerlik gösterir.
- 49 Kaynak: Kastamonu Kültür ve Turizm Müdürlüğü <http://www.yemekemekister.com>. 2017
- 50 Kaynak: Muhsine Yakıcı, İkiztepe Köyü, Batman 2012. Ermenistan’da Chortan ve İran’da Keshk, Suriye, Hatay, Irak’ta çeşitli baharatlarla aromalandırılıp Sürk, Kafkaslarda Chaklish, Arap coğrafyasında ise chokeleg olarak geçiyor. Bunlardan aynı yöntemle çorba da yapılıyor.
- 51 Kaynak: Süreyya UTKU / Abaza, 2014. Ermenistan’da Kyalagyosh çorbası da süzme yoğurt, ekşi krema, buğday unu, tavuk suyu ile yapılıyor. Kızartılmış bazlama türü ekmek üzerine servis ediliyor. Tereyağında soğan ve kekik, nane, pul biber gibi baharat veya aromalı otların sotelenip kızartılmış lavaş türü ekmek üzerinde genellikle sıcak servis ediliyor.
- 52 Kaynak: Feresteh Namyar, Tahran, 2013
- 53 Kaynak: Gülgün Seferoğlu, Hatay 2014,
- 54 Kaynak Gülhan Kara (Çorbalar kitabı) 2018. Antakya mutfağında yer alan bu çorba, pek çok yörede biliniyor ve yapılıyor. Ispanak, labada, semizotu vb. otlarla hazırlanan bu tür çorbalar genellikle pirinç, bulgur vb. ile birlikte yoğurtla pişiriliyor. Ekşili terbiyeli de yapılıyor. Konya’da tavuk eti ve tarhun otu kullanılarak tavuk suyu ve yoğurtla yapılan geleneksel tarif de bulunuyor.
- 55 Kaynak: www.kanald.com.tr. 2019. Çördük otu diğer adıyla baldıran otu da deniliyor. Özellikle ayranlı çorbalar başta olmak üzere Kürdo, gendime vb. çorbalarına aroma vermek için kullanılıyor.

- 56 Kaynak: <http://sehirercis.com>. 2015
- 57 Kaynak: MALDİANA Kadın Kooperatifi, 2016
- 58 Kaynak: <https://culinaryshades.com/gujarati-kadhi-yogurt-soup/> 2023
- 59 <http://bengalicuisine.net/2013/kadhi-spicy-indian-yogurt-soup/> 2019
- 60 Kaynak: G. İbisev (2021)
- 61 Kaynak: <https://www.anediblemosaic.com>.2018. Anadolu'nun düğün çorbasının neredeyse tüm Orta Doğu ülkelerinde uygulanması gibidir.
- 62 Özellikle Doğu Anadolu ve Güney Doğu Anadolu'nun tüm illerinde ve değişik malzeme ve kıvamda yapılıyor. İran, Azerbaycan, Ermenistan, Tacikistan Bulgaristan, Kosova, Makedonya, Bosna Hersek, Irak, Filistin, İsrail, Ürdün, Yemen, Lübnan, Makedonya, Azerbaycan, Gürcistan'da da yapılıyor.
- 63 Kaynak: Ülkü Engür, Tokat, 2015
- 64 Anadolu'da cacık için salatalık dışında çağla badem, acur, semizotu, madımak otu, turp, pancar da kullanılıyor. Balkanlarda özellikle Bulgaristan'da tarator ile Shezanka salata, Yunan'da Tzatziki olarak daha yoğun kıvamda meze olarak uygulandığı için bu tarifi Salata ve Mezeler bölümünde paylaştım. Rusya coğrafyasında Okroshka, İran'da Ab Dough Hyar, Salatalık ve yoğurt olmazsa olmazı. Bu soğuk çorba çeşidinde ceviz kullanımı Balkanlarda soğuk yoğurt çorbalarının vazgeçilmezi. Hindistan, Pakistan ve Bangladeş'de ise Raita olarak bilinir.
- 65 Kaynak: P. Mary Işın, (1900) "Aşçıbaşı, Mahmut Nedim Bin Tosun", Yapı Kredi Yayınları, 2017
- 66 Kaynak: www.myrecipes.com. 2016
- 67 Kaynak: Moti Assadian, Tahran, 2018
- 68 Soğuk Rus çorbası olan Okroshka, daha çok sebzeler kullanılarak yapılıyor. Ekşi krema, kefir kullanılsa da yoğurt kullanımı da çok yaygın. Orta Asya'nın chalop, Bulgarların tarator Anadolu'nun soğuk ayran çorbasına yakındır.
- 69 Kaynak: www.saveur.com. 2019
- 70 Kaynak: <http://alexeyburlak.narod.ru>. 2017
- 71 Kaynak: <https://www.findbgfood.com>. 2016
- 72 Kaynak: Sahrap Soysal, 2016. Ispanak, pazı, ebegümeci, dereotu, su teresi, kuzukulağı gibi yeşillikler, yeşil biber, koruk ile de aynı şekilde çorba yapılıyor. Özellikle Bulgaristan ve Makedonya ile Kosova'da esas olmak üzere Balkanlarda su teresi kullanılarak yapılıyor.
- 73 Kaynak: <https://www.foodandwine.com>. 2018
- 74 Kaynak: <http://alexeyburlak.narod.ru>. 2017
- 75 Kaynak: <https://thatrecipe.com>. 2011. Genellikle dolaştığımız coğrafyaların mutfakları yoğurt ve salatalığın kullanıldığı kendi salata veya çorba tariflerini barındırıyorlar. Yunanlılar sarımsakla Tzatziki, Ermeniler name ve dereotu ilave ederek Jajuk derken, İranlılar Mast-e Khair, Mısırlılar?? diyorlar.
- 76 Kaynak: Güneydoğu Anadolu Bölgesi Mutfak Kültürü ve Yemekleri Nevin Halıcı, Oğlak Yayınları, 2009. Güneydoğu Anadolu'da özellikle Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Bitlis, Bingöl, Van, Şırnak vb. illerde yapılan ve soğuk içilen çorbalardan. Genellikle koyun yoğurdu tercih edilir. Mar-

din’de nohut koymadan yapılıyor. Kaselere koyulduktan sonra buzdolabına alınıyor. Bazı bölgelerde üzerine pekmez gezdirildiği de oluyor. Adıyaman’da yarpuzsuz yapılıyor ve soğuk yeniyor. Van, Urfa gibi yörelerde içine küp doğranmış kabak konularak yapılıyor. Bölgede çok kullanılan Ayrın Çorbası, sadeyağ elde edilirken dibe çöken ayrına sadece dövme katılarak nohutsuz pişen bir çorba türü olarak karşımıza çıkıyor.

- 77 Kaynak: www.nytimes.com. 2011
- 78 Kaynak: Ayşe Baysal, *Türk Mutfağından Örnekler*, Kültür Bakanlığı Tanıtma Eserleri, 1993.
- 79 Arnavutluk’un geleneksel yoğurtlu tariflerinden birisidir. Marmara ve Ege bölgelerinde Balıkesir ve Edirne, İzmir vb. illerde genellikle özel günlerde kuzu etinin bol olduğu ilkbaharda pişiriliyor. Bazı yörelerde un, etin yağında kavruluyor, daha sonra yoğurt yumurta karışımına eklenip etlerin üzerine dökülüyor. Bazı yörelerde un konmasa da Arnavutluk’un yöresel tarifinde bulunuyor.
- 80 Kaynak: Ayşe Baysal ve diğer (Komisyon), *Türk Mutfağından Örnekler*, Kültür Bakanlığı Tanıtma Eserleri, 1993
- 81 Kaynak: www.myalbanianfood.com. 2016
- 82 Kastamonu Araç Akdere göce çorbasını da Kastamonu tescillemiştir.
- 83 Kastamonu simidi diğer yörelerden farklı olarak, böreklik un ile mayalanıp yoğrulduktan sonra, hamur simit halkası haline getiriliyor ve 10 dakika bekletiliyor. Dinlenmiş hamur içinde elma pekmezinin kaynadığı suda haşlanıp fırınlanarak pişiriliyor.
- 84 Kaynak: <https://www.kulturportali.gov.tr/turkiye/kastamonu/neyenir/smt-trd>, *Ağz Tadyyla Kastamonu Mutfağı*, Kastamonu Valiliği Yayınları, 2009.
- 85 Bu yemek geleneksel olarak Paskalya için hazırlanır, ancak bayramlar ve aile öğle yemeği toplantılarının da vazgeçilmezidir. Yoğurtlitava, tavë kosi olarak bilinen Arnavutluk’ta ulusal bir yemek olarak kabul edilen Elbasan tava adlı bir başka geleneksel Kuzey Makedon ve Kosova yemeklerine de benzemektedir.
- 86 Kaynak: <http://www.macedoniancuisine.com>. 2017
- 87 Alenazik farklı bölgelerde farklı isimlerle de karşımıza çıkmaktadır. Örneğin; Urfa yöresinde; Söğürme, Çukurova yöresinde; “baba annüş” adıyla yapılmaktadır. Alenazik, tadı ve hafifliği ile öne çıkmış bir yemektir. 18. yüzyılda yazılmış çeşitli yemek risalelerinde bu yemeğin adı “yoğurtlu bazincan” olarak geçmektedir. Rakkuş Bacı isimli halk ozanı Antep üzerine yazdığı bir destanda bu yemek için; “Alenazik bir mucize, yutmadan kendi kayar. Yerken damak mest olur, dil dudakları yalar.” diye söz etmektedir.
- 88 Kaynak: Mehtap ÇİVİOĞLU ile Aynur AKKAYA, 2005
- 89 Kaynak: Kadriye Şahin, *Mutfak Kültürü ve Yemekleri*, Hatay Valiliği, 2018
- 90 Kaynak: Mina Holland, *Yemek Atlası*, Yapı Kredi Yayınları, 2016
- 91 Bu tarif in farklı bir uygulaması da Denizli’de Kide/Kirde adıyla kaymak ve çökelek kullanılıp kay kat hamur arasına döşeniyor. Fırında pişiriliyor.
- 92 Kaynak: Yasemin ve Alpaslan Konuralp Alaçatı İzmir, 2016
- 93 Konya; Cımcık, etli yaprak sarması ile kikirdekli kesme, tarhun ve tutmaç çorbalarını tescillemiştir.
- 94 Sinop, Samsun, Konya, Şanlıurfa’da yöresel olsa da Hatay’da patates ve salça kullanılarak yapılıyor.
- 95 Kaynak: Derleyici Demet Kuzey ve Şükran Taymaz, 2005

- 96 Muğla Göce tarhanası Muğla Saraylısı da tescillenmiştir.
- 97 Lübnan, Yemen, Filistin ve Suriye’de yapılan Fattoush tarifıyla benzerlik göstermektedir.
- 98 Kaynak: www.hürriyet.com.tr. 2012
- 99 Bu tarifi benzerini Shakriya adıyla Suriye’de, Irak, Filistin ve Lübnan’da da görülmektedir.
- 100 Kaynak: www.anediblemosaic.com. 2022
- 101 Kaynak: Mehmet Mat, 2018,
- 102 Alenazik veya Hünkarbeğendi kebablarına benziyor.
- 103 Kaynak: Nizam Akram Elkharrat Şam, 2021
- 104 Kaynak: Ayşe Baysal ve diğer (Komisyon), Türk Mutfağından Örnekler, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, Tanıtma Eserleri, 1993
- 105 Erzurum çılıbırı “çılıbıra” şehir adına tescillenmiştir.
- 106 Kaynak: Meriç Köyatası, İzmir, 2022
- 107 Kaynak: Vedat Başaran, 2023.
- 108 Perde Pilavı Siirt yöresine ait çok eski yemeklerinden birisidir. Asıl vatani Orta Asya’dır. Orta Asya toplumlarının düğünler için hazırladıkları geleneksel düğün yemeğidir.
- 109 Kaynak: Usta Mazlum Sevinç, 2005
- 110 Paça, kıyma, kelle, piring kullanarak da uygulanıyor.
- 111 Kaynak: Fadime Gündoğar, Kastamonu, 2017
- 112 Kaynak: Rabia Yamakoğlu, Kastamonu-Cide, 2006
- 113 Kaynak: Okan Alay, *Kültür Dünyamızda Bingöl*, Ankara. (1996).
- 114 Tebriz’de bu tarife ince kıyılmış ıspanak da ilave ediliyor. Ancak Hamedan’da ise kuru patlıcan ve domates ilave dilerek pişiriliyor.
- 115 Kaynak: Susan Pardakchi, 2021
- 116 Borana, borani, boranı, borano vb. adlarla sadece Türkmen coğrafyasında değil komşuluk yaptığımız coğrafyalarda sotelenmiş sebzeler (ıspanak, pazı, biber, ısırgan, labada vb.) ile genellikle yumurtalı olarak yapılan sebzelerin üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek hazırlanan yemeklerin ortak adıdır. Turşu ya da kurutulmuş biberden de yapılıyor. Ancak Kırklareli’nin labada boranisi geleneksel tariflerindendir.
- 117 Kaynak: Yemek ve Kültür Dergisi 50. Sayı 2018
- 118 Kaynak: Nafiseh Pardahchi, Hamedan, 2018
- 119 Borani Bayburt, Şanlıurfa, Isparta, Muğla, Trakya, Erzurum, Gaziantep vb. Anadolu’nun neredeyse her yerinde bölgeye özgü bitkilerle kabak, bakla, yeşil soğan, taze fasulye, semizotu, labada, pazı, yarpuz, hindiba, cibez vb. ile de borani yapılageliyor. Urfa’da pazı kullanılırken, Isparta’da bamya, fasulye vb. kullanılıyor. Ülkemizde de özellikle Hatay’ın tuzlu yoğurttan yapılan ıspanak boranisi bilindik borani tariflerinden. Pancar kullanarak İran’da Borani Chogondar, Pakistan’da patlıcan kullanılarak yapılan Banjan borani tarifleri de geleneksel reçetelerden. Tacikistan, Hindistan, Balkanlar ve Orta Doğu’da farklı sebze ve yeşilliklerle de uygulanıyor.

- 120 Kaynak: Ferough Hekmat, The Art of Persian Cooking, 2019
- 121 Malatya, kiraz yaprağı sarmasını, Malatya, ayrınlı soğuk çorba ile Malatya tarhanasını da tescillemiştir.
- 122 Kaynak: Zeynep Türkileri, Malatya Maldiana Kadın Kooperatifi, 2020
- 123 Kaynak: www.sifrafoods.com. 2023
- 124 Sudan'ın geleneksel yahnisi olan "Mullah", Osmanlı egemenliği ve Suriyeli tacirleri bölgenin mutfağının oluşmasında etkili olmuş. Sarımsak, yoğurt, pul biber ve diğer gıdaların bölgede yayılması na neden olmuş.
- 125 www.spendidable.org. 2019
- 126 Kaynak: Dilek Yetkiner, Urla, 2015
- 127 Erzurum, ayran aşı, Gliko, Herle aşı, Çılbır (Erzurum çılbırı) ile Tatar böreği, Erzurum mantısı (Hinkel) tescillemiştir.
- 128 Kaynak: Heybet Pasinler, 2017
- 129 Kaynak: Nevin Halıcı, Güneydoğu Anadolu Mutfak Kültür ve Yemekleri Oğlak Yayınları, 2009
- 130 Sadece Pakistan'da değil, Hindistan ve çevre ülkelerde de geleneksel olarak yapılan bir yemektir. Papayayı bulamadığımızda, ezilmiş kivi veya şeftaliyi de terbiyeleme için kullanabilirsiniz. Garam masala 6 baharatın karışımıyla elde edilen Hint ve çevre ülkelerinin geleneksel baharat karışımıdır.
- 131 Kaynak: Shireen Anwar, <https://www.therecipespk.com/raan-roast-recipe/> 2022
- 132 Kaynak: Retibe Çakıcıer, Kilis, 2021
- 133 Karnabahardan, patlıcan ve soğana, kabaktan biberlere kadar birçok sebzeyi kızartarak yoğurtla birlikte servis etmek neredeyse Hindistan ve çevre ülkelerinde (Pakistan, Nepal, Bangladeş, Bengal vb.) olduğu gibi, Tacikistan, İran, Orta Asya, Orta Doğu, Anadolu, Balkanlarda da yoğun olarak yapılır. Hem kahvaltılarda hem de ana yemeklerde, özellikle et ızgaralarının yanında servis ediliyor.
- 134 Kaynak: <https://www.recipetineats.com>. 2023
- 135 Kaynak: Elif Güney Sungurlu, 2023
- 136 Kaynak: Gamze Aydın ile Songül ÜNAL, 2005. Perde Pilavı Siirt yöresine ait çok eski Türk yemeklerindendir. Asıl vatani Orta Asya'dır. Orta Asya Türklerinin düğün geceleri için hazırladıkları geleneksel düğün yemeğidir. Bugün Perde pilavı yöre halkı kadınları tarafından çok özel günlerde misafirlere sunulur. Özellikle de şehir dışından gelen konuklara bir bakıma da yöresel değerlerini tanıtmak ve sevdirmek için yapılır ve ikram edilir.
- 137 Kaynak: Okan Alay (1996). Kültür Dünyamızda Bingöl. Ankara, Meg Ajans.
- 138 Kaynak: <https://www.sharmispassions.com/curd-rice-recipe-thayir-sadam-bagala-bath/> 2023
- 139 Kaynak: Dr. K. Şahin Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri, 2011. Borani neredeyse Bayburt, Şanlıurfa, Isparta, Muğla, Trakya, Erzurum, Gaziantep vb. Anadolu'nun neredeyse her yerinde bölgeye özgü bitkilerle kabak, bakla, yeşil soğan, taze fasulye, semizotu, yarpuz, hindiba, cıbez vb. borani yapılageliyor. Urfa'da pazı kullanılırken, Isparta'da bamya, fasulye vb. kullanıldığına tanık oluruz.
- 140 Kaynak: <http://www.pakistaneats.com/recipes/banjan-borani> 2015. Özellikle Kuzey Hindistan, Afganistan, Tacikistan, Nepal, Bengal vb. ülkelerde yapılır.
- 141 Kaynak: Retibe Çakıcıer, Kilis, 2020

- 142 Kaynak: Salma Hage, The Lebanese Kitchen, 2014, Phaidon
- 143 Kaynak: Hat Ali Naji Al-Laith, 2022. ** Yapıntının bir diğer çeşidi. Ürdün de yapılıyor. Bu yemek mevsiminde bulunan sebze veya meyvelerle de (salatalık, biber, domates, maydanoz, erik vb.) üzerine gezdirilerek servis edilebilir.
- 144 Kaynak: www.yemek.com. (2023)
- 145 Kaynak: <https://www.anediblemosaic.com>. 2022
- 146 Kaynak: Nas Kazan Ş. “Burdur Yemekleri ve Kültürü” 2012
- 147 Kaynak: Zeynep Tunçileri Maldiana Kadın Kooperatifi, Malatya, 2021
- 148 Kaynak: Zeynep Türkileri Malatya Maldiana Kadın Kooperatifi, 2020. ** İsteğe göre kaynayan köftelerin içine pazı, ıspanak koyularak da pişiriliyor. İlaveten yoğurda su katılmaz. Köftenin suyundan yoğurdun açılması için az bir şey katılıyor.
- 149 Kaynak: <https://www.nefisyemektarifleri.com> 2022. ** Çökelek ya da süzme yoğurt yerine de yöresel olarak Siirt, Bitlis, Batman, Diyarbakır’da kurut kullanılıyor.
- 150 Kaynak: <https://www.pepperdelight.com> 2023. ** Kuzey Hindistan’da patlıcan, Kerala’da geleneksel olarak bal kabağı, salatalık, pancar vb sebzelerle de uygulanıyor. Köri bitkisi yerine roka ya da pazı kullanabilirsiniz.
- 151 Kaynak: Ankara Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2022
- 152 Kaynak: www.nefisyemektarifleri.com. 2022. Olgunlaşmamış domatesler gibi yöresel ebegümeci, kazayağı, sarmaşık, cibeze, melocan, ışkın, tırşık vb birçok ot da benzer şekilde kavrulmuş yoğurtlu yemekleri yapılıyor. Hem doyumluk hem de kahvaltılık olarak sofralarda yer alıyor. Gerçekte Türk mutfağında göğ domateslerin turşu kurulumunda önemli yeri var. Konya, Çorum, Sivas vb.birçok ilde farklı adlarla yemeği yapılıyor. Örneğin Sivas’ta alaca domates yemeği olarak kıymalı uygulanıyor.
- 153 Kaynak: Arto der Haroutunian The Yoghurt Cookbook, 1983. İran’ın Keman bölgesinde yapılıyor. Daha çok yayıkaltı veya kashk ile yapılıyor. Ancak yoğurt da kullanılıyor. Bezelye, zerdeçal, cevizi de tat verdiği tarifler de uygulanıyor. Genellikle piring pilavı ile servis ediliyor.
- 154 Kaynak: Nevin Halıcı 2009
- 155 Kaynak: Nevin Halıcı 2009
- 156 Kaynak: Lilia Zaouali Medieval Cuisine of the Islamic World: A Concise History with 174 Recipes 2002
- 157 Kaynak: Faruk Bayrak Güneydoğu Anadolu Yemekleri Alfa Yayınları, 2015. Ancak “Şişe Şirten” adıyla Siirt’in benzer bir yemeği de bulunuyor. Kurutu sürterek eritiyorlar ve üzerine su ilave ederek ayran kıvamına getiriyorlar.
- 158 Kaynak: <https://www.ucook.com>. Hannaford Fresh Magazine, Mayıs - Haziran 2008. *Sudak, mezgit, turna, levrek, çipura, minakop, morina veya yayın vb. (2 ila 3 cm kalınlığında) beyaz balık filetoları kullanın.
- 159 Kaynak: Adana Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2020. Kastamonu ve Hatay da yöresel tatlarından olan Sireysil, Anadolu’nun neredeyse birçok yerinde bulgur yerine farklı ürünlerle uygulanıyor. Arap coğrafyasından Mutebli de bulgur yerine yarma buğday kullanılarak yapılıyor.

- 160 Kaynak: <http://www.e-sehir.com>. 2020. Dolma Kafkaslarda Tolma olarak birçok sebze ve yeşillikler kullanılarak yapılıyor. Balkanlarda da yaprak sarma ve dolma olarak yapılıyor ve her daim yoğurtla servis ediliyor.
- 161 Kaynak: Bayburt Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2018. Kütahya’da labada dolması olarak biliniyor. Bayburt ve Erzurum’da çökeleğe lor deniyor. Soğan kırmızıbiber, pirinç, bulgur bazen de yumurta ilave edilerek yoğruluyor. Üzüm yaprağına sarılarak pişiriliyor. Yoğurtla yeniyor
- 162 Kaynak: Faruk Bayrak, Ege Yemekleri, Alfa Yayınları 2016. Kütahya’ya özgü bir tarif. Daha sulu hazırlanırsa çorba olarak da tüketilebiliyor.
- 163 Kaynak: Süleyman Dilsiz, Salataya Dair Her Şey, Alfa Yayınları, 2018
- 164 Kaynak: Aşçılar Diyarından Bolu Lezzetleri (Bolu Belediyesi Bolu Araştırmaları Merkezi), 2012
- 165 Kaynak: Süleyman Dilsiz, Lezzet Dergisi, 2018
- 166 Kaynak: Musa Dağdeviren, 2018, Yemek ve Kültür Dergisi, 2008, Sayı 13
- 167 Kaynak: Semahat Kılıç Milas, Muğla, 2017
- 168 <https://www.mantitarifi.com>. 2016
- 169 Kaynak: Gülsüm Seferoğlu, Hatay, 2016
- 170 Kaynak: <https://www.thespruceeats.com>.
- 171 Orta Asya’dan Orta Doğu ve Kafkaslara, Anadolu’dan Balkanlara önemli ana yemeklerden. Çeşitli sebzeler (patlıcan, kabak, şalgam, enginar, kereviz ile çeşitli yapraklar (asma, kiraz, dut vb.) ile ebegümece gibi çeşitli yeşillikler ve elma kullanılarak birçok ülkede dolmalar yapılıyor. Yoğurtla pişirildiği gibi üzerine yoğurtlu sos gezdirilerek de servis ediliyor.
- 172 Kaynak: Fatma Dilek Tecirli, *Unutulmaya Yüz Tutmuş Hatay Lezzetleri*, Alfa Yayınları, 2022
- 173 Kaynak: Adıyaman İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2019
- 174 Isparta, Afyon’da Velense hamuraşı olarak da buna benzer tarif uygulanıyor.
- 175 Kaynak: Funda-Filiz Arıkan, Uşak, 2016
- 176 Genellikle asma yaprağının yoğun kullanıldığı meyvelerin yapraklarının da tercih edildiği neredeyse dolaştığımız tüm coğrafyaların vazgeçilmez yemeklerinden. Özellikle Köstence ile Dodurga Romanya’da bu tarif yoğun uygulanırken tüm Balkan coğrafyasında da bulunuyor. Orta Doğu, Mısır, Kafkaslar, kısmen Orta Asya ve komşuluk yaptığımız ülkelerin mutfaklarında yoğurtla birlikte ya da yoğurt suyuyla pişirildiğine tanık oluyoruz.
- 177 Kaynak: www.foodconnectspeople.com. 2016
- 178 Kaynak: Kadriye Şahin, *Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri*, Hatay Valiliği, 2010.
- 179 Daha çok Selanik olmak üzere Balkan göçmenlerinin İzmir’de yaşayanların uygulayageldikleri bir tarif.
- 180 Kaynak: Sebla Murat İleri Alaçatı İzmir 2012
- 181 Kaynak: Şef Muhsin Ertürk, 2014
- 182 Bolu Mengen kaldırık dolması Bolu adına tescillenmiştir.
- 183 Kaynak: *Aşçılar Diyarından Bolu Lezzetleri* (Bolu Belediyesi Bolu Araştırmaları Merkezi), 2012

- 184 Kaynak: Süleyman Dilsiz, *Lezzet Dergisi*, 2018
- 185 Kaynak: Güngör Bilir, Safranbolu, 2020
- 186 Daha çok sarımsaklı yoğurtla servis edilen mantı: Bozüyük mercimekli mantı, Çorum kuru mantı, Bartın pirinçli mantı, Samsun Yakakent, Sinop ve Kayseri mantısı, Bursa Zeyniler Hinkali, Erzurum Hingeli olarak ilgili şehirler yöresel tatlarını tescillemişleridir.
- 187 Kaynak: Yıldız Kayışoğlu, Sivas, 2016
- 188 Kaynak: Osmaniye İl Turizm ve Kültür Müdürlüğü, 2021
- 189 Kaynak: Julietta Kızıl, 2018
- 190 Kaynak: www.malatyakultur.gov.tr. 2016
- 191 Kaynak: Selma Uğur Çetin, Banaz, 2017
- 192 Kaynak: Melika Shayk, 2023
- 193 Kaynak: Meral Taşlı, Balıkesir, 2022
- 194 Kaynak: Çağatay Dönmez, 2020
- 195 <https://marcussamuelsson.com>. 2015
- 196 Kaynak: Ayşe Uğur, İzmir, 2015
- 197 Kaynak: Süleyman Dilsiz *Lezzet Dergisi*, “Tarhana Çorba Değildir!” Şubat 2018
- 198 Diğer adları: Enişte Lokumu, damat lokması, efendi lokması, avandi, apandi olarak da biliniyor. Özellikle Rize Karadere, Arev ve çevresinde gelin almaya giden erkek tarafına kız tarafı bir parça 3x10 cm büyüklüğünde düğün kokumu kopartıp vererek üzeri çizgilerle süslenmiş şekerli ve yağlı lokmalar halinde yapıp şeker şerbetiyle servis edilmiştir
- 199 Kaynak: Musa Dağdeviren, *Mutfak ve Kültür Dergisi*, 2008.
- 200 Kaynak: <https://globaltableadventure.com>. 2023
- 201 Selçuklu mutfağının en bilindik tariflerindendir. Afyon, Burdur, Konya, Antalya’nın Toros eteklerinde yapılıyor
- 202 Kaynak: Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2015
- 203 GastroAfyon Gastronomi Festivali Süleyman Dilsiz , “Yerel Tatlar, Küresel Yorumlar” Uygulamalarından, 2023
- 204 Kaynak: Merva Sharipova, 2023
- 205 Kaynak: R. Güneri Taşcıoğlu, Kastamonu, 2023
- 206 Kaynak: Gülsüm İbişoğlu, Şumnu, 2016
- 207 Kaynak: Elif Güney Sungurlu, 2023
- 208 Şef Kadir Uslu, 2023.
- 209 Kaynak: Gül Bakioğlu, 2017, Neredeyse birçok Balkan ülkelerinde uygulandığı gibi Macaristan’da ise geleneksel olarak düğün yemeği olarak da yapılıyor. Mayalı hamurdan yapılanlar, üzerine yağda kavrulmuş un koyup da fırınlayanlar da vardır. İçinde kullanılan yoğurdun tatlı olması ve hamurun bozulmaması için elde fazla çevrilmeden çabuk hazırlanması önemlidir. Hiç su koyulmadan, sade-

ce yoğurt ile yoğrulan hamur kabaca açılıp üzerine peynir serpiştirildikten sonra sarılır, dilimlenir ve yan yana dizilip fırınlanıyor.

- 210 Kaynak: Arzu Aygen, İstanbul, 2017
- 211 Kaynak: Osmanlıdan Cumhuriyete Bursa Mutfağı, Bursa Valiliği, 2019
- 212 Ispanak yerine pazı, ısırgan otu, gelincik otu, kazayağı veya başka bir çok ot bölgelere göre farklı kullanılıyor.
- 213 Kaynak: Gül ÖZTÜRK <http://www.pamukkale.gov.tr/tr/Yoresel-Yemekler-ve-Tarifleri> 2016
- 214 Kaynak: <http://www.giresunlularkulveyarder.com/?Syf=26&Syz=548582> 2017
- 215 Kaynak: www.nefisyemektarifleri.com/mafis-yapimi-933710/ 2017
- 216 Kaynak: Ebru Şenocak Fırat Üni. Fen Edebiyat Fakültesi, Elazığ Mutfağı ve Yöresel Yemekleri, 2018
- 217 Kaynak: Ebru Şenocak Fırat Üni. Fen Edebiyat Fakültesi, Elazığ Mutfağı ve Yöresel Yemekleri, 2018
- 218 Kaynak: Faruk Bayrak Ege Yemekleri Alfa Yayınları
- 219 Kaynak: Arzu Aygen <https://sevgilimutfak.com>. 2017
- 220 Kaynak: Mine Akay, Sivas 2023. Diğer adı da sarı burma olarak biliniyor. Eskişehir ve Ankara’da da yapılıyor. Patatesli, ispanaklı vb. çeşitleri bulunuyor.
- 221 Kaynak Süleyman Dilsiz, Lezzet Dergisi 2017. Biscotti dünyanın her yerinde severek ve beğenilerek yenilen bir ekmek türüdür. İtalya Toskana bölgesi sınırları içinde yer alıyor olsa da Anadolu’nun çifte pişirilmiş kuruları, ekmekleri de aynı kültürün ürünleridir. Biscotti bulunduğu yerlere göre farklı isimler alabilir. Cantuccini, Toskana’nın bademli ekmeklerine deniliyor, Mandelbrot Musevi kültüründe ki karşılığıdır.
- 222 Kaynak: Fatma Kuşçu, Burgaz, 2017
- 223 Kaynak: Ülkü Necipoğlu, Türk ve Batı Mutfagından Yemek Tarifleri, 2005
- 224 Kaynak: Meral Taşlı, Balıkesir, 2022
- 225 Hamur açılıp yufka olarak yapılan ya da derin yağda kızartılan hamurlu tatlılarda Anadolu’da sıklıkla yoğurt malzeme olarak kullanılıyor. Bu sadece Anadolu’da değil, özellikle Kuzey Kafkasya, Hindistan, Pakistan, Bengal, İran, Balkanlar ve Orta Doğu tatlı hamurunda yoğurt, yumuşaklık üzerine sürülerek ise çıtırılık katılması sağlanıyor. Bengal’in Mistai Doi tarifi buna örnektir. Ülkemizde ise: Zarbana(Bartın), Sarı Burma (Niğde-Aksaray), bazı yörelerde ev yapımı baklava, yumurta tatlısı (Yozgat), İnge tatlısı (Denizli), Raayoş-u Meketip (Siirt), Cennet Küngü(Ankara), Çarşamba Kıvratması (Samsun), Laz Böreği (Trabzon), Beyaz Baklava (Zonguldak) ve bunun gibi diğer tatlılarda yoğurt hamurun yapımında önemli malzemedir.
- 226 Kaynak: Faruk Bayrak, Ege Yemekleri, 2015
- 227 Kaynak: Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2018
- 228 Kaynak: Sebahat Çakır, İzmir, 2015
- 229 Kaynak: *Konya Mutfacı*, Konya Büyükşehir Belediyesi Yayınları, 2020
- 230 Kaynak: Perihan Dilsiz, Uşak, 2015

- 231 Kaynak: Oya Emerk, Bodrum 2022
- 232 Revani ve yoğurt tatlısı arasında belirgin fark vardır. Revanide irmik kullanılır, yoğurt tatlıysa irmiksiz yapılır.
- 233 Kaynak: Ulviye Kavasoglu, Antalya Serik 2018
- 234 Süleyman Dilsiz, GastroAfyon Gastronomi Festivali, Yerel Tatlar Küresel Lezzetler” Etkinliği, Afyon, 2023
- 235 Şanlıurfa keme boranisi, lebeniyesi ve tiridi de tescillenmiştir.
- 236 Kaynak: Nevin Halıcı, Konya, 2009
- 237 Kaynak: <https://www.mygeekdish.com>. 2022
- 238 Şambalı tatlımıza yakın, Lübnanlıların Harriseh, Cezayirlielerin Kalb el louz, iken; Mısırlıların Basbousa benzerdir. Orta doğu ve benzer coğrafyalarda irmik kullanımı baskınken, Balkanlar ve Kafkaslarda un ya da sadece yoğurt veya ikisi birlikte kullanılarak yapılıyor. Lübnan ve Suriye’de benzer bir tatlı olan Namoura birebir Basbousa ile aynı değildir. Orta Doğu’da irmik ve yoğurt ya da sütle yapılan tatlı Basbousa olarak bilinir.
- 239 Kaynak: www.cheftariq.com. 2023
- 240 Kaynak: Safiye Pertelek, İzmir, 2018
- 241 Diyarbakır’ın Gebol, Meyir, Lebni ile Kürt Mustafa çorbası ve kenger boranisi tescillenmiştir.
- 242 Kaynak: Silva Özyerli, *Yemekli Diyarbakır Tarihi: Amida’nın Sofrası*, Aras Yayınevi, 2019
- 243 Kaynak: Kürşad Serdar Ayyıldız, Fatma Çetin, 2017
- 244 Kaynak: Malatya Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2018
- 245 Kaynak: Niğde İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü 2021. Niğde’ye özgü bir tatlı çeşidi. Sarım Burma,- Sarıği Burma, Kıvrırma Börek olarak da biliniyor.
- 246 Kaynak: Lezzet Dergisi, 2008
- 247 Kaynak: Lezzet.com.tr 2017
- 248 Kaynak: Antonio Fanone, Roma, 2014
- 249 Kaynak: 2014
- 250 Kaynak. 2020
- 251 Kaynak: Vehip Atalay Kitapsarayı-Erzurum /<http://erzurumportali.com>. 2015. Erzurum mutfağında gliko, Gümüşhane yöresinde cıvız dolma diğer yörelerde yalancı köfte, bulgur köftesi, sıkma olarak adlandırılıyor. Bu yemeğin Erzurum yöresinde bir adı da “İmir dolması”dır.
- 252 Kaynak:<http://bengalicuisine.net>. 2020
- 253 Kaynak: ??* Not: Tatlının yumuşak olmasını istiyorsanız; tatlı sıcakken soğuk şerbet ya da tatlı soğukken sıcak şerbet dökmelisiniz.
- 254 Kaynak:<https://www.lezzet.com.tr>. 2019
- 255 Kaynak:<https://www.perigaf.net>. 2016
- 256 Kaynak: Fadime Ünal 2007

- 257 Kaynak: Lezzet.com.tr. 2018
- 258 Kaynak: <https://yemek.com/tarif/hira-tatlisi/> 2020. Hira tatlısının püf noktası şerbetinin kaynatılmadan yapılıyor olması. Suyu şekeri tencereye aldıktan sonra sadece şeker eriyene dek karıştırın ve kaynamaya başlamadan altını kapatıp soğumaya bırakın. Pek çok şerbetli tatlı da olduğu gibi bu tatlıda da soğuk şerbetin, sıcak tatlının üstüne dökülmesi gerekiyor.
- 259 Kaynak: <https://cahidesultan.net/2016/03/21/kalburabasti-tarifi-yogurtlu/> 2019. Sivasta da yapılıyor
- 260 yemek.com 2019
- 261 Bulgur yerine arpa, darı veya bulgurla birlikte darı karışımı da kullanılabilir. Farklı birçok uygulanır, ancak Orta Asya'da da arpa kullanılarak yapılır.
- 262 Kaynak: Ayşe Baysal ve diğer (Komisyon), Türk Mutfağından Örnekler, Kültür Bakanlığı Tanıtma Eserleri, 1993.
- 263 Ayrar: Orta Asya, Kafkaslar, Batı Asya, Balkanlar ve Orta Doğu'da çok bilinir. Güney Kıbrıs'ta Ayrani olarak bilinen ayrar, İran'da Doogh, Kürtçe'de Dew/Awemast Arnavutluk'ta Dhalle, Irak'ta Shanina, Özbekistan'da Chalop, Ermenistan'da Tahn/Tan, Afganistan'da Shomba veya dogh olarak biliniyor. Neredeyse tüm bilinen coğrafyalarda ayrar kıvam farklılığı gösterse de nar olmazsa olmazı olarak yer alıyor.
- 264 Kaynak: Şef Murat Ürk, İzmir, 2016
- 265 Kaynak: Şef Ekrem Çağatay, 2018
- 266 Kaynak: Susurluk Belediyesi, 2018
- 267 Kaynak: İlah İsmailova, 2016
- 268 Kaynak: Mohsen Itadi, Shraz, 2020
- 269 Kaynak: Mohsen Itadi, Shraz, 2020
- 270 Kaynak: www.mariaushakova.com. 2016
- 271 Kaynak: www.cookwithmanali.com. 2020
- 272 Lussi, Hindistan ve çevre ülkelerde tatlı (meete) ve tuzlu (numkkeen) olarak yazın sade olarak veya kebablarla servis ediliyor.
- 273 Kaynak: Arto Der Haroutunian *The Yoghurt Book*, Penguin Books, 1983
- 274 Chaas'a yakın tat olan ve Hindistan'da yapılan Mattha ise yayık altı, kimyon, acı biber, zencefil ve pudra şekeri kullanılarak yapılıyor. Nepal'de ise Mattha'nın adı Mohi olarak biliniyor.
- 275 Kaynak: www.madhurasrecipe.com. 2019
- 276 Kaynak: Bülent Şık, 2015
- 277 Kaynak: <https://www.cookwithmanali.com/masala-chaas/> Masala Chaas Hindistan'ın en bilindik yoğurtlu içeceklerinden... Bu ferahlatıcı tat hafif baharatlanıp tam bir yaz içeceği olarak çok yaygın kullanılıyor.
- 278 <http://www.madhurasrecipe.com>. Mattha; Maharasti halkının yemek öncesi ve sonrasında sindirimi kolaylaştırmak için kullandığı bir içecek çeşidi.
- 279 Kaynak: www.indobase.com.

- 280 Kaynak: SD
- 281 Kaynak: Şef Khisore D. Reddy, <https://food.ndtv.com>. 2014
- 282 Benzer tarifleri Hindistan, Bangladeş ve Pakistan'da da görmek mümkün. Hindistan'ın *Palat Raita*'sı buna örnektir. Aslında Anadolu'da, bildiğimiz borani İran'da ıspanakla yapılan *esfenaj borani*, ya da Gürcistan'da *ıspanakhis pkhali* olarak geleneksel dip sos ya da ana yemeklerin yanında eşlikçi ya da salata olarak tercih ediliyor. İçine ceviz, sarımsak, taze soğan, kişniş, çemen otu tohumu ve kırmızı şarap sirkesi katılarak daha homojen salata yapısı elde ediliyor.
- 283 Kaynak: <https://www.astray.com>. 2022
- 284 Aydın yuvarlaması da coğrafi işaret almıştır
- 285 Kaynak: Süleyman Dilsiz, *Salataya Dair Her Şey Kitabı*, ALFA Yayınları, 2017
- 286 Kaynak: Şef Cemal Yıldız, 2014
- 287 Kaynak: www.nytimes.com. 2011
- 288 Her yörede sıklıkla yapılıyor. Kışın kıvrıcık salata, semizotu, madımak, yarpuz, çağla badem ile de yapılıyor. Neredeyse her öğün tüketiliyor. Özellikle pilav, köfte, börek vb. eşlikçi olarak da sunuluyor.
- 289 Kaynak: Mehmet Şiriş, Kahire, 2020
- 290 Kaynak: Nizam Akram Elkharrat, Şam, 2021
- 291 Kaynak: Ümran Özdemir, Ankara, 2013
- 292 Kaynak: Türkan Kaya 2011, İzmir
- 293 Kaynak: Sahrap Soysal, 2018
- 294 Kaynak: Nesrin Buluş, .2016, Benzer tarifleri Hindistan, Bangladeş ve Pakistan'da da görmek mümkün. Hindistan'ın *Palat Raita*'sı buna örnektir. Aslında Anadolu'da, bildiğimiz borani İran'da ıspanakla yapılan *esfenaj borani*, ya da Gürcistan'da *ıspanakhis pkhali* olarak geleneksel dip sos ya da ana yemeklerin yanında eşlikçi ya da salata olarak tercih ediliyor. İçine ceviz, sarımsak, taze soğan, kişniş, çemen otu tohumu ve kırmızı şarap sirkesi katılarak daha homojen salata yapısı elde ediliyor.
- 295 Kaynak: Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2022
- 296 Kaynak: <https://thepakistanicook.com>. 2023
- 297 Kaynak: Usta Ali Rıza Özbek, 2020
- 298 Kaynak: Usta Kadir Yakıcı, 2020
- 299 Kaynak: Necdet Kuşcu, Burgaz, 2013
- 300 Kaynak: Osman Baloğlu, Adana, 2022
- 301 Kaynak: Okşan Üreksoy, 2023.
- 302 Kaynak: Şef Nikolaidis Vasileios. 2024
- 303 Kaynak: <https://www.archanaskitchen.com>. 2014. Aslında Anadolu'da, bildiğimiz borani İran'da ıspanakla yapılan *esfenaj borani*, ya da Gürcistan'da *ıspanakhis pkhali* olarak geleneksel dip sos ya da ana yemeklerin yanında eşlikçi ya da salata olarak tercih ediliyor. İçine ceviz, sarımsak, taze soğan, kişniş, çemen otu tohumu ve kırmızı şarap sirkesi katılıp homojen yapısı elde edilerek yapılıyor.

- 304 Kaynak: <http://yemektariflerici.blogspot.com>.
- 305 Kaynak: Nazife Ünal, Afyon, 2019, ** Her yörede sıklıkla yapılıyor. Kışın kıvrıcık salata, semizotu, madımak, yarpuz, çağla badem ile de yapılıyor. Neredeyse her öğün tüketiliyor. Özellikle pilav, börek vb. eşlikçisi olarak da sunuluyor.
- 306 Kaynak: hatayrehber.com.
- 307 Kaynak: <https://www.kemaliye.net>. 2015. ** Yoğurt veya beyaz peynirle birlikte kullanıldığı da görülür.
- 308 Kaynak: Çiğdem Erduran, Ömer Faruk Şerifoğlu Anadolu'da Patlıcan Yemekleri, 2018
- 309 Kaynak: Fadime Ünal, Uşak, 2009
- 310 Kaynak: Halil Akkuş, Afyon, 2014
- 311 Kaynak: Öznur Apaydın Arıkan, 2018
- 312 Orta Doğu mutfığında popüler olan labne peyniri, hafif dokusuyla birçok kullanımı mümkün. Daha sonra taze sebzeler veya pide yanında soğuk olarak servis ediliyor.
- 313 Kaynak: www.themediterraneandish.com. 2015
- 314 Van, Keledoşu ve ayran aşını tescillemiştir.
- 315 Van İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2019
- 316 Kaynak: Fatma Dilek Tecirli, *Unutulmaya Yüz Tutmuş Hatay Lezzetleri*, ALFA Yayınları, 2022
- 317 Kaynak: Fatma Dilek Tecirli *Unutulmaya Yüz Tutmuş Hatay Lezzetleri*, ALFA Yayınları, 2022
- 318 Hindistan'da "Pakoras" tarifi gibi ana yemeklerde sebzelerin yoğurdun kullanıldığı bulamaçla kızartıldığı tarifler bulunuyor. Komşuluk yaptığımız ve dolaştığımız coğrafyalarda kızartılmış sebzelerin sade yoğurtla veya sarımsakla aromalandırarak ana yemeklerde ya da kahvaltılarda kullanımı oldukça yaygındır.
- 319 Kaynak: Umut Mat Milas / Mahmut Kılıç Denizli
- 320 Kaynak: www.tastycraze.com. 2015
- 321 Çorum Alaca Boranası ile ayran ve sirkeyle yapılan İskilip Sirke salatası coğrafi şaret almıştır.
- 322 Kaynak: Erdal Sungur (2021)
- 323 Kaynak: H. İbrahim İncekara, *Karaman Yemekleri*, Komsan Ofset, 2007
- 324 Kaynak: Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2020
- 325 ** Saklama süresi buzdolabında 8-10 gündür.
- 326 Kaynak: Fatma Gürsoy, www.nefisyemektarifleri.com. 2022. Daha çok koyun sütü kullanılarak yapılan yayık altı ayranı kaynatılıyor. Sonrasında ortaya çıkan çökeleğin içine, kaymak, tereyağı ve yoğurt gibi yoğurt soydaşlarından birisini veya hepsinin karıştırılmasıyla üretiliyor. Daha çok deri tulumlara ancak son zamanlarda plastik bidonlara basarak olgunlaştırılıyor. Daha çok kahvaltı ve hamur işlerinde iç malzemesi olarak kullanılıyor. Sivas ve Elazığ yöresinde Dorak peyniri, Doğu Anadolu da ise Tomas Peyniri adıyla yaygındır.
- 327 Kaynak: Çorum Kültür İl Müdürlüğü www.kulturportali.org.tr. 2016
- 328 Kaynak: Öznur Apaydın Arıkan, sutdunyasi.com. 2016

- 329 Kaynak: Pakize Yurdakul, 2012, Antakya
- 330 ** Orta Doğu mutfağında popüler olan labne peyniri, hafif dokusuyla birçok kullanımı mümkün. Daha sonra taze sebzeler veya pide yanında soğuk olarak servis edilebilir.
- 331 Kaynak: Iğdır Kültür ve Turizm Müdürlüğü, (2023)
- 332 Kaynak: <https://www.recipelion.com>. 2011
- 333 Kaynak: Ayşe Kurt nefisyemektarifleri.com. 2023
- 334 Kaynak: Selçuk Demirvücut, Antalya, 2020
- 335 Kaynak: Dilek Yetkiner, Urla, İzmir 2017
- 336 Kaynak: Tamer Turan, Bursa, 2023
- 337 Aksaray İl Kültür ve Turizm İl Müdürlüğü, 2023
- 338 Anonim.
- 339 Soka, içinde sirke olmadan yapılan bir Boşnak turşusudur. Orijinal soka tarifinde Boşnak biberi, süt ve krema ile yapılıyor. Kırklareli mutfağında "Sütlü biber turşusu" olarak da biliniyor. Kaynak: Cemal Paleçiç, 2022
- 340 Kaynak: Aksaray Kültür ve Turizm İl Müdürlüğü, 2023. Kavanozdaki malzemeler tahta bir kaşıkla karıştırın ve kuru üzümler kavanozda kalacak şekilde yarısını ayrı bir kaba dökün. Kavanoza tekrar ½ çay bardağı buğday unu, 1 kaşık kepekli köy unu ve 1 bardak su ekleyip kapağı kapatın, çalkalayın ve oda sıcaklığında bırakılın.
- 341 Kaynak: Hatice Dilsiz, Uşak, 2012
- 342 Kaynak: Hatay Yemekleri, Hatay Valiliği, 2013
- 343 Kaynak: <https://kitcheninred.com> 2019
- 344 Kaynak: Ali Tefenli, Burdur, 2023
- 345 Kaynak: www.yemoos.com. 2016
- 346 Kaynak: Şef Gunnar Karl Gislason www.icelandmag.is. 2016
- 347 Kaynak: <https://fermentersclub.com/viili/>
- 348 Kaynak: Ayten Koç, 2016
- 349 <https://hatayyemektariflerim.blogspot.com>.