

# Yemek Kitabım

Nermin Yazılıtaş

Türkiye'nin  
80 lezzetli tarifi



CHRISTIAN



# **Yemek Kitabım**

## **Nermin Yazılıtaş**

**Türkiye'nin  
80 lezzetli tarifi**

**Fotoğraflar: Nina Soentgerath**



# İÇİNDEKİLER



Önsöz  
Giriş

## **MEZELER**

Çorbalar  
Hamur işleri

## **ANA YEMEKLER**

Et ve Balık  
Vejetaryen Ana Yemekler

## **GARNİTÜRLER**

Salatalar  
Ekmek Çeşitleri  
Pilavlar ve Patates  
Mezeler

## **TATLILAR**

Dizin  
Yazar Hakkında  
Fotoğrafçı Hakkında

# Teşekkürler





# MERHABALAR

Bu yemek kitabını, benim yemek kitabımı, elinizde tuttuğunuz için çok mutluyum. Bu kitabımın yayınlanması, Instagram'da bir yemek bloggeri olarak yolumun en önemli noktalarından biridir.

Kitap en sevdiğim 80 tarifi içeriyor: tipik Türk hamur işleri, mezeler, popüler ana yemekleri ve popüler Türk tatlıları.

Tarifleri seçerken hangilerini sunacağım hakkında çok düşündüm. Umarım kendin için, ya da ailen veya arkadaşların için yemek pişirmek istiyorsan, içinde uygun tarifler bulabilirsin.

Yemek pişirmeyi çocukluğumdan beri seviyorum; önce mutfakta yemek yapan büyüklere yardım ettim, sonra kendim pişirmeye başladım, yeni tarifler denedim ve kendi yemeklerimi düzenledim. Yani yemek yapmak ve yemek tarifleri geliştirmek uzun zamandır hayatımın bir parçası. Yemek pişirmek benim için kolay bir şey ve bundan çok zevk alıyorum. Instagram kanalım aracılığıyla birçok kişiyi teşvik edebilmiş olmam, beni bu yemek kitabını yazmaya cesaretlendirdi.

Umarım benim tarifleri düzenlemekten ve yazmaktan zevk aldığım kadar sen de okumaktan ve denemekten keyif alırsın.

İyi eğlenceler!

*Nermin Yazılıtaş*

# GİRİŞ





## **MUTFAK VE KÜLTÜR**

Yemek Türk kültürümüzde önemli bir rol oynar, çünkü memleketimizin geleneksel yemeklerini hazırlamak ve yemek sevdiğimiz bir şeydir ve yemek insanları bir araya getirir: ailemiz ile yemek masasında, arkadaşlarla kahve veya çay keyfinde ya da düğün gibi büyük kutlamalarda. Hangi nedenle bir araya gelirsek gelelim, her zaman yiyecek bir şeyler vardır, genellikle bol miktarda. Ve elbette, yemek sevilen bir konuşma konusudur.

Bunu Instagram kanalımda da görüyorum. Aslında kanalımı yalnız akrabalarım ve arkadaşlarımla tarifleri paylaşma amacıyla 2016 yılında başlatmıştım. Fakat başka insanlar da ilgi gösterdi, tariflerime olan talep böylece arttı ve yeni aboneler gelmeye devam etti. Tabii ki bu beni gururlandırıyor ve Instagram arkadaşlarımla her gün iyi yemek konusunu paylaşmaktan çok memnunum.

Yine de, güncel hayatımı ve özel hayatımı değiştirmek istemiyorum. Kendi halinde yaşayan biriyim ve Instagram hesabım hala benim için bir hobi. Bu nedenle burada kendim hakkında yazmak ve kendimi ön plana çıkarmak benim için alışılmadık bir durum. Yine de biraz kendimden bahsetmek istiyorum:

## **YEMEKLERİM**

Yemek konusu beni her zaman anneme bağlayan bir konu oldu. Çocukken ona sık sık mutfakta eşlik eder ve yemek yapmasını izlerdim. Ona yardım etmeme izin verirdi ve

yemekleri kendim denemem için beni cesaretlendirirdi. Yemek yapma sevgimi ondan aldım ve o hala benim en büyük örneğimdir.

Özellikle hamur işi yapmayı ondan öğrendim. Bunda inanılmaz derecede iyiydi - ve ben de yapabilmek istedim. Bu yüzden evde olmadığı zamanlarda ona sürpriz yapmak için hep kek ya da hamur işleri denedim. Artık bunları da çok iyi yapabildiğimi düşünüyorum.

Çoğunlukla ailem için yemek yapıyorum. Onları lezzetli yemeklerle şımartmak çok hoşuma gidiyor. Şansıma eşim ve çocuklarım yeni tarifler konusunda çok açıklar. Genellikle yeni bir şeyler denememi de istiyorlar, böylece yeni yemekler yaratmam için bana ilham veriyorlar.

Eşim pişirdiğim her şeyi yer. Çocuklarım ise yalnız karaciğer ve bamyaya ile bir şeyler hazırladığımda pek memnun olmazlar. Bu yüzden bu kitapta ciğer ve bamyaya içeren tarifler mevcut değildir. Ayrıca sosis veya salam kullanmıyorum. Çünkü bunları sevmiyorum, kokularına bile tahammülüm yok.

Uzun süredir Almanya'da yaşadığım için tabii ki Alman yemeklerini de yaparım, örneğin çocuklarımın çok sevdiği Schnitzel ve Hackbraten. Ama kalbim Türk mutfağı için atıyor. Yoğurt çorbasını çok severim mesela. Bu çorbayı günün her saatinde yiyebilirim. Ve lahmacun! Bunu restoranlarda da sık sık sipariş ediyorum. Yemek yapmayı sevmeme rağmen dışarda yemek yemeyi de seviyorum. Bunu yaparken benim için en önemli şey ailemle birlikte olmam.

## **İLHAM KAYNAĞIM**

Restoranlara gittiğimde aşçı ile konuşur ve ona yemek tarifleri hakkında sorular sorarım. Bunu yapmaktan her zaman zevk aldım ve bana çok ilham veriyor. Arkadaşlarımı veya akrabalarımı ziyaret ettiğimde ve yemekleri çok hoşuma gittiğinde, yemeğin tarifini sorarım ve tavsiyelerini alırım. Tarifleri denemekten veya değiştirmekten zevk alıyorum.





Türkiye'de başka yörelere ait olan henüz tanımadığım yemekleri de hep merak etmişimdir. Bunu çok ilginç buluyorum.

## **TARİFLERİMİN SIRRI?**

Bir çok insan tariflerimin sırrının ne olduğunu sorarlar. Buna cevap vermek gerçekten zor. Sanırım uzun süredir yemek yapıyor ve yemekleri çok sık yapmış olmamdadır. Bu, tarifleri sürekli geliştirmemi ve daha iyi yapmamı sağladı.

Artık pek çok yemeği göz kararı ile pişiriyorum. Çok sık yaptığım için malzemeleri tartmama gerek kalmıyor. Bu yemek kitabını yazarken doğru miktarlar sunabilmek için malzemeleri yine tam olarak ölçtüm ve bu benim için biraz garipti. Ama sonuçta yemekleri herkesin iyi pişirebilmesini istiyorum. Çoğu Türk gibi ben de bardakla ölçüyorum. Almanya'da ise malzemeler genellikle tartılır.

Ama yemek pişirmekten zevk alıyorsanız ve bunun için biraz zaman ayırırsanız, yemekleriniz güzel olacaktır. Ayrıca iyi ve taze malzemeler çok önemlidir. Çok sık ihtiyacım olan malzemeleri almak için eşimle haftada bir toptan alışveriş yapıyoruz. Mesela evde her zaman un, tereyağ, şeker, yoğurt, salça, domates ve çeşitli taze sebzeler bulunur. Eksik bir şey varsa, bunu özel olarak satın alırım.

İyi ki Almanya'da da Türk yemekleri için ihtiyacım olan tüm malzemeleri bulabiliyorum. Sadece madımak otunu özlüyorum. Aslında yabancı bir ottur. Ama kurutulmuş olarak çok iyi kullanılabilir.

## **TARİFLERİM HAKKINDA**

Ancak kitaptaki tarifler için bu ota ihtiyacınız yoktur. Yani Almanya'da yaşıyorsanız endişelenmenize gerek yok. Çoğu tarif için çok fazla malzeme gerekmiyor ve yemeklerin hazırlanması kolaydır.

Tarifleri denemenizde bol eğlenceler dilerim ve afiyet olsun!





# MEZELER





# ÇORBALAR



# MERCİMEK ÇORBASI

**8 porsiyon için | Hazırlama süresi: 40-45 dakika**

## **Çorba için**

230 g sarı mercimek = 1 su bardağı (300 ml), tam dolu  
1 soğan  
1 patates  
1 havuç  
5-6 yk ayçiçek yağı  
2 diş sarımsak  
1 yk un (tip 405 veya 550)  
1 çk domates salçası  
1 l sıcak su  
1 çk tuz

## **Üzeri için**

2 yk tereyağ  
1 ½ çk toz kırmızı biber

## **Servis için**

8 dilim limon

Mercimekleri bol suda yıkayın. Soğan, patates ve havuçları soyup iri parçalar halinde doğrayın.

Bir tavada ayçiçek yağını kızdırın ve doğranmış soğanları kavurun. Ardından kp küp patatesleri, havuçları ve sarımsakları kavurun. Sebzeler yumuşayınca unu ilave edin ve 1-2 dakika kavurun. Son olarak mercimekleri ve salıayı ilave edip bir iki kez karıştırın ve su ilave edip kaynamaya bırakın.

Kaynayan ve kıvamlanan ıorbayı blenderden geıirin ve tuzlayın. Mutlaka kıvamına bakın. ıok koyu olmuş ise kaynar su ilave edip tuzunu ekleyin.

zeri iıin tereyağını eritin ve eriyen tereyağında kırmızı toz biberi kavurun. ıorbaları kâselere alın ve üzerine 1-2 ıay kaşığı sos gezdirin.

ıorbayı bir dilim limon ile servis edin.







# TAVUKLU ŐEHRIYE ÇORBASI

**8 porsiyon için | Hazırlama suresi: 1 saat 10 dakika**

## **orba için**

1 tavuk budu

1 l su

Tuz

2 domates

1 yk tereyağ

1 yk domates salçası

1 k biber salçası

1 k pul biber

1 k nane

1 k karabiber

120 g arpa Őehriye = 1 su bardağı (300 ml)

## **Servis için**

8 dilim limon

İlk önce tavuk budunu yıkayıp 1 litre tuzlu suda yaklaşık 35-40 dakika haşlayın. Ardından tavuğu küçük küçük didikleyin. Domatesleri soyup rendeleyin.

Sonra tereyağını tencereye alın ve eritin. zerine salçaları, pul biberi, naneyi, karabiberi ve rendelediğiniz domatesi

ekleyin ve karıştırın. Ardından tavuk suyunu ve tavuk parçalarını ilave edin. Çorba kaynayınca arpa şehriyeyi ekleyin ve yaklaşık 6 dakika pişmeye bırakın.

Çorbayı bir dilim limon ile servis edin.

# KESME ÇORBASI

**8 porsiyon için | Hazırlama suresi: 30 dakika**

## **orba için**

200 g yeşil mercimek = 1 su bardağı (250 ml)

1 l su

100 g erişte = 1 küçük kâse

4-5 yk tereyağ

1 soğan

1 yk domates salçası

1 k biber salçası

Tuz

Pul biber

Karabiber

Nane (isteğe bağlı)

İlk olarak yeşil mercimeği yıkayıp 1 litre suda 6-7 dakika haşlayın. Mercimekler yumuşayınca erişteyi ekleyin ve kaynamaya bırakın (8-10 dakika). Küçük bir tava içine tereyağını ve yemeklik doğranmış soğanı alıp pembeleşene kadar kavurun.

Ardından salçaları ekleyip biraz kavurduktan sonra tuz, pul biber, karabiber ve naneyi (isteğe bağlı) ekleyin. Kaynayan

tencereden bir kepçe alıp tavadaki sosa ilave edip karıştırın.  
Sosu tencereye ekleyip 5 dakika kaynatın.

# YAYLA ÇORBASI

**8 porsiyon için | Hazırlama süresi: 45 dakika**

## **orba için**

100 g yarma = 1 çay bardağı (150 ml)

1 l su

500 g yoğurt (% 3,5) = 3 bardak (her biri 300 ml)

1 yumurta

1 yk un (tip 405 veya 550)

100 g haşlanmış nohut = 1 çay bardağı (150 ml)

Tuz

## **zeri için**

1 yk tereyağ

1 ½ k nane

## **Servis için**

taze nane (isteğe bağlı)

Yarmayı 1 litre sıcak suda yaklaşık 15 dakika yumuşayana kadar haşlayın. Daha sonra süzerek yarmayı bir kâseye alın.

Bir tencereye yoğurt, yumurta, su ve unu ilave edin. Kaynayana kadar karıştırın. Ardından yarma ve haşlanmış nohutları ekleyip orta ateşte 5-6 dakika kaynatın.



Koyulaşmışsa biraz daha sıcak su ekleyebilirsiniz. Bu sırada küçük bir tavada tereyağ ve naneyi hafif kavurun ve kaynamakta olan çorbaya dökün. Çorbayı ocaktan alın ve son olarak tuz ekleyin.

Çorbayı taze nane ile servis edin.

