

Banu Atabay'ın

*Mütevazı
Lezzetler*

İkramlar



PARK FOTO®
Kültür Yayınları © Ocak 2004

Eser: *Mütevazı Lezzetler* ikramlar

Ver:2.344.300 - Final:4 -Vol:#2
2. Baskı

Yazar: **Banu Atabay**

©MMIV Bütün Hakları Saklıdır Kopyalanamaz

Editör: Şahin Atar

Fotoğraflar:



PARK FOTO®

©MMIV Bütün Hakları Saklıdır Kopyalanamaz

Özgün Sayfa ve Kapak Tasarımı: Çetin Atabay

©MMIV Bütün Hakları Saklıdır Kopyalanamaz

ISBN: 975-92047-0-3

Basım Yeri Yılı: İsmat Ocak 2004

Yayınlayan:



PARK FOTO®

Kültür Yayınları © Ocak 2004

parkfoto.8m.com

De Gaulle Cad. 67/C

TR-06500 Beşevler ANKARA

Tel: 0.312.213 63 57

Faks: 0.312.223 59 00

e-mail:parkfoto@hotmail.com



Banu Atabay

12.10.1969 yılında Ankara'da doğdu, ilk, orta ve kız sanat lisesini Ankara'da tamamladı. Önce Anadolu Üniversitesi İktisat Fakültesinde sonra Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya fakültesinde öğrenim gördü. Varşova Üniversitesi'nde Leh dili ile ilgili çalışmalarda bulundu ve tezini hazırladı. Daha sonra, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesinde pedagojik formasyon eğitimi aldı.

Giyim tasarımı, modelistlik ve öğretmenlik yaptı, değişik sosyal kuruluşlarda gönüllü çalışmalarda bulundu, portre fotoğrafçılığı yaptı.

Çocukluğundan beri mutfak işleri en sevdiği uğraşısı oldu, 1995 yılından bu yana Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde yemek ve yemek kültürü üzerine araştırmalar yapmaktadır.

Henüz 9 yaşındayken yaptığım ilk kurabiyeyi tattıktan sonra
"Hanım, bu çocuğa büyüyünce pastane açalım" dedi.

Rahmetli Babamın Anısına

İÇİNDEKİLER	5
Önsöz	14
Fotoğraf Yönetmeninin Notu	15
Garnitürler - Salatalar	17
Garnitürler - Salatalar Hakkında	18
Patates Salatası	19
İçli Köfte	20
Tavuk Salatası	22
Fırında Mücver	22
Kısır	23
Mısır Salatası	24
Rus Salatası	25
Fasulye Piyazı	26
Cubuk Havuç	27
Sosisli Salata	28
İtalyan Salatası	28
Zeytinyağlı Biber Dolması	29
Yoğurtlu Havuç Salatası	30
Çiğ Köfte	31
Mercimek Köftesi	32
Soğan Kızartması	33
Zeytinyağlı Yaprak Sarması	34
Patates Mücveri	36
Fellah Köftesi	36
Patlamış Mısır	37
Kızarmış Patates Dip Sosu	38
Kanepeler	39
Kanepeler Hakkında	40
Muhammara	41
Çiğer Ezmesi	42
Yumurtalı Kanepeler	43
Peynir - Ekmek	44
Kakaolu Fındık Kreması	45
Mortan	46
Üçgen Kanepeler	47
Lal	48
Ton Balıklı Kanepeler	49
Kanepeler Tapa	50
Köfteli Kanepeler	51
Ninem Kanepeler	52
Sabah Kanepesi	53
Tost	54





Sürn	55
Hamur İşleri	57
Hamur İşleri Hakkında	58
Tatlı Krep	59
Katmer	60
Pilahir	62
Sandviç	63
Hamburger Ekmeği	64
Patatesli Ekmek	65
Galeta	66
Krep	67
Urla Katmeri (Peynirli)	68
Cevizli Ekmek	70
Portakallı Krep	71
Pizza	72
İçli Bazlama	74
Kumru	75
Peynirli Pizza	76
Bardak Altı	77
Tost Ekmeği	78
Gözleme	79
Kasarlı Pide	80
Kuru	82
Lahmacun	83
Ekmekten Pizza	84
Kır Pidesi	85
Sarımsaklı Ekmek	86
Mantı	87
Soğanlı Pizza	88
Börekler	89
Börekler Hakkında	90
Zarf Böreği	91
Oklaç Böreği	92
Makarnalı Sigara Böreği	94
Mercimekli Börek	95
Peynirli Rulo Börek	96
Tepsi Böreği	97
Arap Böreği	98
Tembel Böreği	99
Talas Böreği	100
Gözleme Böreği	102
İçli Köfte Böreği	103

Saçaklı Börek	104
Paçavra Böreği	104
Paçanga Böreği	105
Su Böreği	106
Konak Böreği	107
Bohça Böreği	108
Burgu Börek	109
Cin Böreği	110
Muska Böreği	111
Nemse Böreği	112
Çırak Böreği	114
Çiğ Börek	115
Efli Rulo Börek (Strudel)	116
Somun Böreği	117
Sütlü Börek	118
Gazlı Börek	119
Sarıyer Böreği	120
Patlıcan Serpmesi	122
Sarma Sıkma	123
Fincan Böreği (Çiğerli)	124
Gül Böreği (Mantarlı)	125
Kol Böreği (Patatesli)	126
Cevizli Börek	127
Kekler	129
Kekler Hakkında	130
Brovni	131
Yağsız Kek	132
İncirli Kek	132
Armutlu Kek	133
Kakaolu Kek	134
Sütlü Kek	134
Çaylı Kek	135
Mısır unlu Esmer Kek	136
Muzlu Kek	136
Kağıtta Portakallı Kek	137
Siyah Beyaz Kek	138
Royal Kek	138
Fındıklı Kek	139
Pudingli Kek	140
Üzümli Kek	141
Portakallı Kek	142
Elmalı Kek	142





Limonlu Kek	143
Havuçlu Kek	144
Erikli Kek	145
Kaklı Kek	146
Cizgili Kek	146
Ispanaklı Kek	147
Karamelli Kek	148
Panedyen	149
Marmelatlı Kek	150
Islak Kek	150
Mermer Kek	151
Kek Milan	152
Tahinli Kek	152
Kurabiyeler	153
Kurabiyeler Hakkında	154
Un Kurabiyesi	155
Tarçınlı Cevizli Kurabiye	156
Burgulu Kurabiye	157
Uzümlü Kurabiye	158
Portakallı Kurabiye	158
Soğanlı Bisküvi	159
Çikolatalı Kurabiye	160
Alacalı Kurabiye	161
Hindistan Cevizli Kurabiye	162
Al Kurabiye	163
Kakaolu Kolay Kurabiye	164
Altın Madalya	165
Limonlu Kurabiye	166
İskandinav Kurabiyesi	166
Kuru Kayısı Kurabiye	167
Susamlı Çubuk	168
Dedem Kurabiyesi	169
Fındıklı Kurabiye	170
Elmalı Kurabiye	171
Kremalı Kurabiye	172
Mantar Kurabiye	173
Zencefilli Kurabiye	174
Nöbet Kurabiyesi	175
Arap Parmağı	176
Sable Bisküvisi	177
Hilal Kurabiye	178
Tırtıl Kurabiye	178

Abanoz Kurabiyesi	179
Bal Topu	180
Bal Gözü Kurabiyesi	181
Papatya Kurabiye	182
Kahke	183
Biberli Kurabiye	184
Define Kurabiyesi	185
Beğendim Kurabiyesi	186
Kedi Dili	187
Kesme Bisküvi	188
Visneli Kurabiye	189
Pastalar	191
Pastalar Hakkında	192
Alman Paştası	193
Bisküvili Üçgen Pasta	194
Hasturta	195
Amonyaklı Yas Pasta	196
Kedi Dili Pasta	197
Çikolatalı Yas Pasta	198
Muzlu Pasta	200
Muzlu Hafif Pasta	201
Gözde Pasta	202
Armutlu Pasta	203
Visneli Pasta	204
Mandalinalı Pasta	206
Balbadem Paştası	207
Havuçlu Pasta	208
Kolay Muzlu Rulo	210
Milföy Paştası	212
Kivili Pasta	213
Limonlu Pasta	214
Profiterol	216
Kakaolu Rulo Pasta	218
Ktır Mozaik	219
Yeşil Pasta	220
Kağıt Helva Paştası	221
Tiramisu	222
Bakara	224
Seftalili Pasta	226
Çörekler	227
Çörekler Hakkında	228
Boyoz	229





Nalesnik	230
Carsı Poğaçası	231
Patates Çöreği	232
Tepsidede Patatesli Çörek	232
Poğaç	233
Paskalya Çöreği	234
Pidecik	235
Latin Çöreği	236
Ay Çöreği	238
Kete	239
Oflu Çörek	240
Tandır Çöreği	240
Acma	241
Peynirli Ay Poğaçası	242
Kandil Simidi	243
Elma Maya	244
Gülistan	246
Mayalı Poğaç	248
Puro	249
Cevizli Çörek	250
Hashaslı Çörek	250
Kekikli Çörek	251
Ispanaklı Poğaç	252
Örgü Çörek	253
Dökme Çörek	254
Zeytinli Çörek	255
Reçelli Çörek	256
Berliner	257
Sosisli Çörek	258
Diyarbakır Çöreği	258
Tatlı S Çörek	259
Sucuklu Çörek	260
Tatlılar	261
Tatlılar Hakkında	262
Kabak Tatlısı	263
Asure	264
Ayva Tatlısı	265
Zerde	266
Ekmek Tatlısı	266
Meyveli Börek	267
Kayısı Peltesi	268
Halkalı Elma	269

Armut Tatlısı	270
Lorin	271
Havuç Tatlısı	272
Muz Kızartması	273
Karışık Pelte	274
Kayısı Tatlısı	275
Portakallı İrmik Tatlısı	276
Portakallı İncir Tatlısı	277
Limon Peltesi	278
İncirleme	278
Kase Sucuğu	279
Sütlü Tatlılar	281
Sütlü Tatlılar Hakkında	282
Su Muhallebisi	283
Tavuk Göğsü	284
Yalancı Tavuk Göğsü	284
Katı Muhallebi	285
Sakızlı Fırın Sütlaç	286
Muhallebi	287
Karamelli İrmik Tatlısı	288
Sütlaç	288
Kazandibi	289
Limonlu Puding	290
Sultan Muhallebisi	290
Parfe (Armutlu)	291
Kavunlu Muhallebi	292
Soslu Muhallebi	293
Seftali Buzda	294
Meyveli Muhallebi	294
Sup	295
Meyveli İrmik Tatlısı	296
Kayısı Muhallebi	297
Cilek Rüyası	298
Krem Karamel	299
Pelteli Tutu	300
Sakızlı Rulo Muhallebisi	300
Pekmezli Muhallebi	301
Muzlu Krem	302
Gizemli Seftali	302
Vişneli Sütlaç	303
Sakızlı Krem Sokola	304
Tiltonbak	305





Keskül	306
Serbetli Tatlılar	307
Serbetli Tatlılar Hakkında	308
Sekerpare	309
Kadayıf Dolması	310
Cevizli Kadayıf	311
Babil	312
Sambaba	314
Sambali	314
Gönpare	315
Lokma	316
Kaymaklı Ekmek Kadayıfı	317
Ev Baklavası	318
Revani	320
Kalburabastı	321
Laz Böreği	322
Sekli	323
Akşehir Tatlısı	324
Kolay Baklava	325
Pratik Dilber Dudağı	326
Baba Tatlısı	326
Kemal Paşa Tatlısı	327
Künefe	328
Hurmacık	329
Cennet Köskü	330
Lalanga	332
Çerkez Tatlısı	333
Yoğurt Tatlısı	334
Samsa	334
Tulumba Tatlısı	335
Muamma Tatlısı	336
Bodrum Lokması	337
Selver Paşa Tatlısı	338
Sünger Tatlısı	338
Sirke Tatlısı	339
Bülbül Yuvası	340
Helvalar	343
Helvalar Hakkında	344
Un Helvası	345
Aside Helvası	346
Hosmerim	347
Peynir Helvası	348

Kuru Helva	348
Irmik Helvası	349
Fıstıklı Cevizli Helva	350
Yağsız Irmik Helvası	350
Öksüz Helvası	351
Sekerlemeler	353
Sekerlemeler Hakkında	354
Kaymak Sekeri	355
Cezerye	356
Saplı Seker	357
Kestane Sekeri	358
Cilekli Pralin	359
Elma Sekerlemesi	360
Elma Sekeri	361
Badem Ezmesi	362
Susam Sekeri	363
Serbetter - İçecekler	365
Serbetter - İçecekler Hakkında	366
Gazsız Kola (Karamel Serbeti)	367
Limonata	368
Portakal Kabuğu Serbeti	369
Yalancı Salep	370
Gül Serbeti	371
Gelincik Serbeti	372
Cilek Serbeti	373
Muzlu Süt	374
Kayısı Serbeti	375
Visne Surubu	376
Koruk Serbeti	377
Bal Serbeti	378
Karanfil Serbeti	379
Dondurmalar	381
Dondurmalar Hakkında	382
Vanilyalı Dondurma	383
Frigobuz	384
Sakızlı Dondurma	385
Buzlu Semen	386
Muzlu Dondurma	387
Rokoko	388
Eskimo	389
Visneli Dondurma	390
ALFABETİK DİZİN	391



Önsöz

"Mütevazı Lezzetler" serisinin ikinci kitabı olan "ikramlar" son günlerde piyasada bulunan çok sayıdaki mutfak kitaplarından farklı bir yere sahip.

"İkramlar" ilk kitapta olduğu gibi, gene uzun araştırmalar ve denemeler sonucunda meydana geldi, hayal ürünü olarak yazılmadı. Tariflerimizin tamamı denendi, bağımsız kişilere ve aile halkına tattırıldı onaylandıysa en kullanışlı haliyle ölçülendirildi ve kitaba alındı. Kimi tarifler için belki 2 gün uğraşıldı ama sonuç alınmadığı için kitapta yer alamadı. Mevcut tarifler gene okuyucudan gelen istek üzerine bardak, kaşık gibi ölçülerle, ölçülendirildi.

Bu kitap bu güne kadar bu konuda çıkmış, en geniş kapsamlı ilk kitaptır. Hanımlar misafirlerine nasıl farklı bir ikramda bulunacağını çok sık düşünür. Belki bilir ama, o an hatırına gelmez, bu anlamda "Mütevazı Lezzetler İkramlar"ın yol gösterici bir özelliği de mevcuttur

"İkramlar" için hazırlanan tariflerde maliyeti oldukça düşük, her yerde bulunabilen ve sağlığa zararı olmayan malzemeler kullanılmıştır. Ayrıca Türk kültürüne aykırı, domuz ürünleri, alkol, içeriği şaibeli olan jelatin gibi malzemelere kesinlikle kitapda yer verilmedi.

Kitapda, misafirler geldiği sırada yapılacak, çok kolay tarifler mevcut. İçlerinde zaman alıcı tarifler de var, onlar da, bir gün önceden hazırlansa bile tazeliğini koruyacak nitelikte.

Bu eser yazılmış olsun diye yazılmış bir kitap değil. Gerçek anlamda bir eser, çünkü gerek anlatım biçimiyle, gerek fotoğraflarıyla, gerek sayfa ve kapak düzeniyle gerçekten incelemeye değer.

Bu eserin kitaba dönüşmesinde katkısı bulunan annem Yurdanur Sevim Atabay'a ve ağabeyim Çetin Atabay'a sonsuz teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Cenab-ı Hak misafirlerimizi ve onların bize getireceği bereketi eksik etmesin. Sağlıklı günler dileği ile...

Banu Atabay

banu_atabay@hotmail.com

Fotoğraf Yönetmeninin Notu

"Mütevazı Lezzetler" serisinin bu ikinci kitabı ile tekrar karşınızdayız. Birinci kitapta olduğu gibi bu kitapta da 1967'den beri gelen tecrübelerimi kullanarak, sizlere en güzel fotoğrafları çekmeye çalıştım.

Obje fotoğrafı çekmek, en az portre fotoğrafı çekmek kadar zordur. "Mütevazı Lezzetler" serisindeki fotoğraflarımızda, öncelikle yemeğe uygun bir çevre tasarımı ve yemeğe uygun dekorlar seçildi, daha sonra objeye en uygun ışık ve açı belirlendi. Bütün bunlar yapıldıktan sonra ışık ölçümleri ve test çekimleri yapıldı, en güzel fotoğraf bulunduktan sonra esas çekimlere geçildi, yukarıda saydıklarımın hepsi her yemek için ayrı ayrı yapıldı.

Bütün bunları stüdomuzdan uzakta yaptık, bütün ekipmanlarımızı taşıyarak mini bir stüdyo kurduk. Çekimlerimizde teknolojinin en gelişmiş ürünleri kullanıldı. Bütün fotoğraflar en az 2 milyon piksel ölçüsünde çekildi. Her objeden en az 5 kare çekilerek, bilgisayar ortamına aktarıldı ve içlerinden en iyileri seçildi. Fotoğraflar dijital olarak çekilse de hiçbirine dijital rotüş yapılmadı, olduğu gibi doğal bırakıldı.

Bütün bu işleri yaparken de en az 3 kişi ile çalıştık. Bu kitap için yaklaşık 1500 defa deklanşöre bastık. Bunun sadece 300 tanesi kitaba layık bulundu. Böylesine güzel yiyeceklerle, en güzel fotoğrafları çekmeye çalıştık.

Bu kadar emek harcayarak çektiğimiz fotoğraflarımızın görsel estetiğini ve iştah açıcılığını siz değerli okurlarımızla paylaşmanın zevkini yaşıyorum.

Yeni "Mütevazı Lezzetler"de buluşmak üzere...

Murat Atabay

muratatabay@hotmail.com



PARK FOTO® TR-06500-BEŞEVLER

<http://www.parkfoto.8m.com>

*'Abi-safirlerinize ne ikram ederseniz edin
ama, öncelikle güler yüzünüzü ve tatlı
dilinizi eksik etmeyin.'*

Banu Atabay