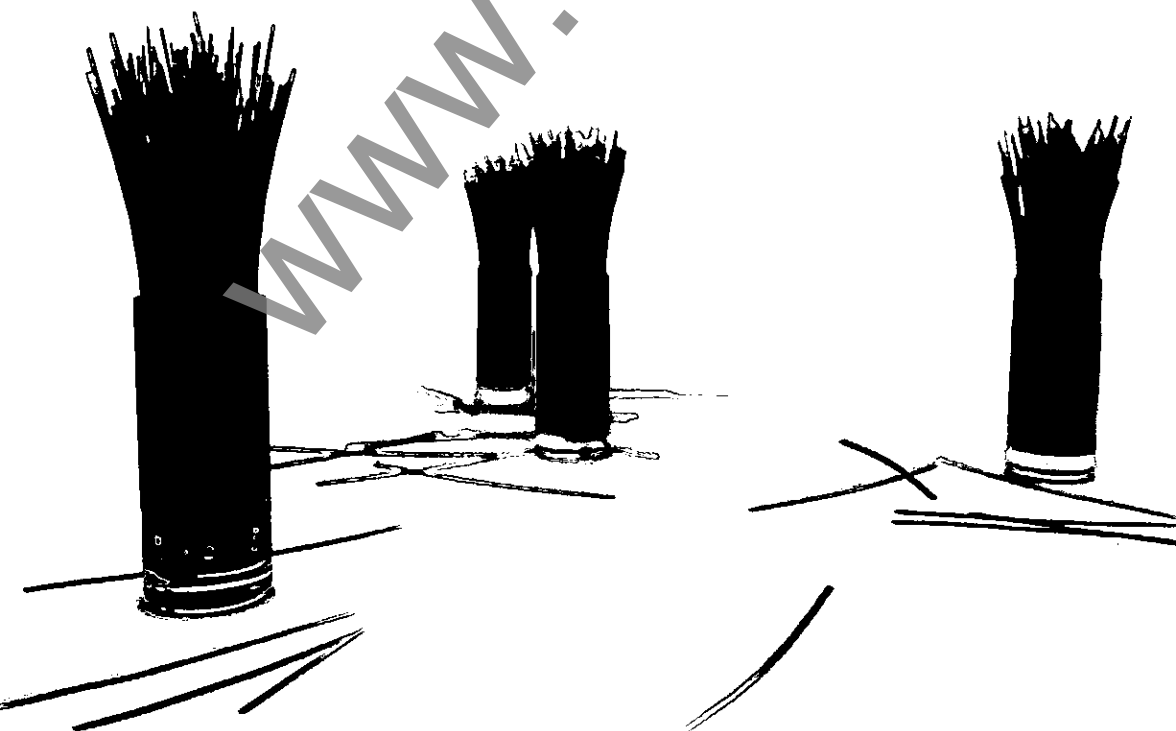


سیری در لذت ها با استاد اکتای

دستورهای جدید آشپزی
طعم های جدید



Aymelek , Oktay

سرشناسه : آی.ملک. اکتای
عنوان و نام پدیدآور : سیری در لذتها با استاد اکتای دستوره‌های جدید آشپزی طعم‌های جدید/ ترجمه پروانه حلاجی‌نسب.
مشخصات نشر : تبریز : فروزش، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری : ۳۵۲ ص.: مصور (رنگی).
شابک : 978-964-547-362-2
وضعیت فهرست نویسی : فیا
یادداشت : Oktay usta yla: lezzet yolculugu. عنوان اصلی :
موضوع : آشپزی ترکی
موضوع : پیش‌غذاها
موضوع : دسرها
شناسه افزوده : حلاجی‌نسب، پروانه، ۱۳۴۹-، مترجم
رده بندی کنگره : ۶۴۱/۹۱۱ : TX ۷۲۵
رده بندی دیویی : ۶۴۱/۵۵۶۱
شماره کتابشناسی ملی : ۲۷۱۵۶۲۷



انتشارات فروزش

نام کتاب: سیری در لذتها با استاد اکتای
ترجمه: پروانه حلاجی‌نسب
ناشر: انتشارات فروزش
حروفچینی: واحد کامپیوتر انتشارات فروزش
تیراژ: ۳۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول ۱۳۹۱
تعداد صفحه: ۳۵۲
لیتوگرافی: فروزش
صحافی: فروزش
قیمت: ۲۸۰۰۰۰ ریال
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۴۷-۳۶۲-۲

ISBN: 978- 964-547-362-2

مراکز بخش و فروش

دفتر و فروشگاه مرکزی: تبریز - خیابان امام خمینی، نرسیده به چهارراه آبرسان
تلفن: ۳۳۶۹۵۲۵ (۰۴۱۱) فاکس ۳۳۵۷۰۶۱ (۰۴۱۱)
دفتر بخش تهران: ۶۶۴۶۱۴۶۰ (۰۲۱)

فهرست

سسوپ ها

۴

۶

۸

۱۰

۱۲

۱۴

۱۵

۱۶

سسوپ تره فرنگی

سسوپ کدو حلوائی

سسوپ ماهی

سسوپ کدو

سسوپ گوجه فرنگی با بلغور

سسوپ مرغ و قارچ

سسوپ اسفناج و سیب زمینی

سالاد ها

۱۸

۲۰

۲۲

۲۴

۲۶

۲۷

۲۸

۳۰

۳۲

۳۳

۳۳

۳۴

۳۶

۳۸

۳۹

۴۰

۴۲

۴۳

۴۴

۴۶

سالاد رولت سیب زمینی

سالاد باغچه

سالاد مرغ در ظرفهایی از سیب

سالاد جوانه سویا

سالاد با رشته‌ی به شکل جو همراه با سوسیس

سالاد سیب زمینی به شکل کیک

سالاد کاهو با پنیر

سالاد قارچ

سالاد مرغ

سالاد اژه

سالاد کلم سفید با کشمش و سیب

سالاد لوبیا سفید با سس خردل

سالاد هویج در ظرفهایی از سیب زمینی

سالاد باغبان

سالاد پنیرک (گل مروارید، بابونه)

سالاد گندم و ماهی سومون همراه با سبزیجات

سالاد کدو با گردو

سالاد کرفس در پوست پرتقال

سالاد میوه

فهرست

سیب‌های سالادها

۴۷

۴۸	سس ماست و خیار شور
۴۹	سس مایونز
۵۰	سس ماست و فلفل
۵۱	سس برگ شاهی
۵۱	سس گردو و جوزهندی
۵۲	سس تند ذرت و گوجه فرنگی
۵۳	سس ماست و پیازچه

غذاهای گیاهی

۵۴

۵۶	بادمجان قایقی
۵۸	کلم برگ با سیب‌زمینی و گوشت در فر
۵۹	توپ های عدس با سس گوجه فرنگی
۶۰	غذای قارچ
۶۲	تخم مرغ با سبزیجات تازه
۶۳	انگنار با آواکادو
۶۴	سوشی با برگ چغندر

انواع غذا با گوشت مرغ

۶۶

۶۸	سینه ی مرغ و بادمجان
۷۰	دلمه ی ران مرغ
۷۱	کوفته مرغ
۷۲	دلمه ی مرغ با برگ چغندر
۷۴	غذای مرغ و کدو
۷۶	رولت مرغ با سبزیجات
۷۸	غذا با گوشت شتر مرغ
۸۰	ران بوقلمون با ادویه

فهرست

پلوها

۸۲

- | | |
|----|-----------------------------------|
| ۸۴ | پلو عید با یوفکا |
| ۸۶ | پلو با فلفل قرمز و ذرت |
| ۸۸ | پلو علی پاشا |
| ۹۰ | پلوی قارچ و هویج |
| ۹۲ | پلوی بادمجان و جعفری و گوجه فرنگی |

انواع غذا با گوشت قرمز

۹۴

- | | |
|-----|----------------------------|
| ۹۶ | کوفته با اسفناج |
| ۹۸ | کباب ماست از گوشت چرخ کرده |
| ۱۰۰ | غذای گوشت و به |
| ۱۰۰ | غذای جگر |
| ۱۰۱ | بیفتک با قارچ |
| ۱۰۲ | کباب در سیخ |
| ۱۰۴ | کوفته توپی در سیخ |

ماهی‌ها

۱۰۶

- | | |
|-----|-----------------------------------|
| ۱۰۸ | گراتین محصولات دریایی |
| ۱۱۰ | ماهی درسته در نمک |
| ۱۱۱ | ماهی سومون با رب انار و گندم |
| ۱۱۲ | ماهی با سس گوجه فرنگی و سیب زمینی |
| ۱۱۴ | ماهی لورک با عدس و هویج |
| ۱۱۶ | ماهی لورک شکم پر با اسفناج |
| ۱۱۸ | پخت ماهی لورک در فر یا روی بخار |

فهرست

۱۲۲	پیراشکی سبزی
۱۲۴	پیراشکی با سیب زمینی و پیاز
۱۲۶	پیراشکی گل با گوشت مرغ
۱۲۸	پیراشکی با اسفناج و پنیر
۱۳۰	پیراشکی به شکل مثلث
۱۳۲	پیراشکی سوسیس و سیب زمینی
۱۳۴	پیراشکی ساده
۱۳۵	مانتی سیب زمینی و عدس
۱۳۶	پیده ی پنیری
۱۳۸	پیده ی بسته
۱۴۰	لاهماجون خانگی کوچک
۱۴۲	پیراشکی با سس ماست
۱۴۳	پیراشکی میلفوی آسان
۱۴۴	لازانیای ساده
۱۴۶	پیتزای مخلوط پنیری
۱۴۷	پیراشکی با خمیر یوفکای خانگی
۱۴۸	پیراشکی با پنیر سفید
۱۵۰	پیراشکی مرغ
۱۵۱	پیراشکی خام
۱۵۲	پیراشکی پنیر و شوید
۱۵۴	تست کنجدی
۱۵۶	سیمیت های نمکی کوچک
۱۵۸	نان با ارده و گردو
۱۶۰	نان کاکائویی به شکل ماه
۱۶۲	نان فندقی

فهرست

کیک ها

۱۶۴	کیک قیسی و قهوه
۱۶۶	کیک سیب و گردو
۱۶۸	کیک با مواد مختلف
۱۷۰	کیک لیمو
۱۷۲	کیک آلبالو و شکلات
۱۷۴	کیک گلاب
۱۷۵	کیک براونی
۱۷۶	کیک شکلاتی تر
۱۷۸	کیک با روکش کنجد
۱۸۰	کیک سوسیس و گوجه فرنگی
۱۸۱	کیک سیب و عسل
۱۸۲	کیک با پوست پرتقال
۱۸۴	کیک با پنیر سفید و شوید

قراییه ها

۱۸۸	قراییه ی فندقى
۱۹۰	قراییه ی آردى
۱۹۲	قراییه ی کنجدى
۱۹۴	قراییه ی نارگىلى
۱۹۶	قراییه ی فندقى و کشمشى
۱۹۸	قراییه ی گردوى
۲۰۰	قراییه ی قنادى
۲۰۲	قراییه ی سیب به شکل گل
۲۰۴	قراییه ی آلو سیاه
۲۰۶	رولت گردوى
۲۰۸	قراییه ی گلابى
۲۱۰	قراییه ی رولتى با مارمالاد گوجه سبز
۲۱۲	قراییه با رب گوجه فرنگى و کنجد
۲۱۴	قراییه ی آجىلى

فهرست

۲۱۶	قرابیه با مارمالا در زغال اخته
۲۱۸	شیرینی گردو و پودر نارگیل
۲۲۰	قرابیه ی سیاه
۲۲۲	قرابیه ی گوشواره ای
۲۲۳	قرابیه با طعم لیمو

کیک ها

۲۲۶	کیک اسفناج
۲۲۸	کیک آلبالو
۲۳۰	کیک آلمانی
۲۳۲	کیک شاه توت و شکلات به شکل قلب
۲۳۴	کیک بلوطی
۲۳۶	کیک میوه ای
۲۳۸	کیک انجیری
۲۴۰	کیک کدو حلوابی
۲۴۱	کیک نسکافه ای

تارت ها ، تورت ها ، پارفه ها

۲۴۳	تارت اسفناج و پنیر
۲۴۴	تارت پرتقالی
۲۴۶	تارت سیب و به
۲۴۷	تارت بروکلی
۲۴۸	تارت میوه ای
۲۵۰	تارت سیب و گردو
۲۵۲	تارت سیب و فندق
۲۵۴	پارفه ی خنک لیمو
۲۵۶	پارفه ی زرد آلو و فندق
۲۵۸	پارفه ی هلو
۲۶۰	پارفه ی شکلات و هلو
۲۶۲	موس با قهوه
۲۶۴	تورت اسفناج
۲۶۶	

فهرست

۲۶۸

دسرهای پخته‌شده

۲۷۰	کادایف با گردو
۲۷۲	رولت گردویی
۲۷۴	باقلاوی خانگی
۲۷۶	شکر پاره‌ی کاکائویی
۲۷۸	لقمه‌های دارچینی
۲۸۰	دسر حلقه‌ای
۲۸۲	حلوای ایرمیک با سس شکلات
۲۸۴	روانی پرتقالی
۲۸۶	پودینگ با سقز سفید
۲۸۸	پودینگ ساده
۲۹۰	کرم کارامل وانیلی
۲۹۲	پودینگ موز
۲۹۳	حلوای آرد با شکلات
۲۹۴	پودینگ آلبالویی
۲۹۶	پودینگ با سس توت فرنگی
۲۹۷	پودینگ با گلاب
۲۹۸	رولت آنکوا
۳۰۰	سوفله شکلاتی
۳۰۲	خمیر پفی
۳۰۴	دسر گلابی میخک‌دار
۳۰۵	دسر سیب
۳۰۶	کرپ کاکائو با عسل و گردو و موز
۳۰۸	شیرینی انجیر

فهرست

مرباها

۳۱۰

۳۱۲

۳۱۳

۳۱۳

۳۱۳

۳۱۴

۳۱۵

۳۱۵

۳۱۵

مربای به

مربای توت فرنگی

مربای انگور بدون هسته

مربای هلو

مربای سیب

مارمالاد زردآلو

مربای آلو قرمز

مارمالاد زغال اخته

میان غذاهای ساده

۳۱۶

۳۱۸

۳۲۰

۳۲۲

۳۲۳

۳۲۴

۳۲۶

۳۲۸

۳۳۰

۳۳۲

۳۳۳

ساندویچ پنیر و گوجه فرنگی

ساندویچ با پنیر خامه‌ای

توپ های پنیری رنگارنگ

نان تست با پنیر و تخم مرغ

گوجه فرنگی پر شده با پنیر خامه ای

اردورهای پنیر سفید و پنیر پیتزا

ساندویچ‌های کوچک با سوسیس

کرب با ماهی و شوید

ساندویچ تن ماهی

ساندویچ کوچک با پنیر خامه‌ای و زیتون

۳۳۵

۳۳۶

۳۳۷

۳۳۸

۳۳۹

۳۳۹

۳۴۰

۳۴۰

۳۴۱

سس های شیرین

سس کاکائویی

سس گیلان

سس شاه توت

سس توت فرنگی

سس پرتقال

سس وانیل

سس شکلات

سس کیوی

در این جهان که روزی خیلی گسترده و بزرگ به نظر می‌رسید به تعداد ملل، ذائقه‌های متفاوتی وجود داشت و دارد. در زمان‌های نه چندان دور، هر ملت و قومی به آداب و رسوم فرهنگی و غذایی خود بسنده می‌کرد و چندان آگاهی‌ای از ذائقه‌ی ملل دیگر در میان نبود. حتی نوشته‌هایی که با نام «اطعمه و اشربه» بر جای مانده، مختص همان ملت بوده است. به عنوان نمونه می‌توان از کتاب «آشپزی دوره صفویه» اثر «محمدعلی باورچی و نورالله آشپز» به کوشش «ایرج افشار» نام برد.

ولی امروزه با توجه به تحولات تکنولوژیکی و علمی و فرهنگی، و ورود انسان به عصر مدرنیته و پسامدرنیته با توجه به کوچک شدن فاصله‌های جغرافیایی جهان و از بین رفتن مرزها در بعضی از نقاط، و گسترش و رونق گرفتن گردشگری و جهانگردی؛ که امروزه تقریباً به صورت علم و رشته‌ی تحصیلی درآمده‌اند، فرهنگ ملل، تقریباً باهم در آمیخته‌اند و به تبع آن، ذائقه‌ها نیز در لذت بردن از شیوه‌ی آشپزی و تغذیه‌ی ملل دیگر سهیم شده‌اند. با توجه به این موارد بر آن شدیم تا شیوه‌ی آشپزی مدرن کشور دوست، «ترکیه»، را در اختیار هموطنان عزیز بگذاریم تا بتوانند از لذت غذاهای مدرن این کشور بهره‌مند شوند. بنابراین مصمم هستیم که ترجمه‌ی کتاب‌های «استاد اکتای» را؛ که یکی از معروفترین و شناخته شده‌ترین آشپزی‌های مدرن ترکیه است در اختیار مردم عزیز ایران قرار دهیم. امیدواریم که این کتاب‌ها مورد استقبال و پسند خاطر هموطنان گرامی قرار گیرد.



سوپ تره فرنگی



- مواد لازم
- برنج ۱ استکان
 - تره فرنگی ۱ ساقه ی بزرگ
 - ماست ۳ قاشق سوپ خوری
 - آرد ۲ قاشق سوپ خوری
 - کره ۲ قاشق سوپ خوری
 - آب یا آب مرغ ۱ لیتر
 - پودر فلفل قرمز به مقدار لازم
 - نمک به مقدار لازم

طرز تهیه :

بعد از شستن برنج، آن را در ظرف مورد نظر می ریزیم و تقریباً یک لیتر آب به آن اضافه می کنیم و در حرارت ملایم می گذاریم تا برنج خوب پخته شود. بعد تره را ریز، خرد کرده و به برنج اضافه می کنیم. در ظرفی دیگر، آرد و ماست را می ریزیم و یک لیوان آب ولرم می افزاییم و هم می زنیم. وقتی سوپ کاملاً پخته شد مخلوط آرد و ماست را به سوپ اضافه می کنیم و هم می زنیم تا ماست بریده نشود. پنج دقیقه که جوشید از روی اجاق برداشته در ظرف می ریزیم. برای روی سوپ، کره را در ظرفی کوچکی حرارت می دهیم وقتی کره آب شد پودر فلفل قرمز و کمی نعناع به آن اضافه می کنیم و روی سوپ می ریزیم.

اگر بخواهید در این سوپ از آب گوشت نیز می توان استفاده کرد. برای تهیه ی سس سوپ، برای این که سس بریده نشود کمی آب گرم می افزاییم تا سس ولرم شود. در کنار سوپ، نان سرخ شده سیردار سرو می کنیم.