

Maandmenu



april 2006

Yoghurt preisoep
Yogurtlu pirsas corbasi

Makreelfilet
Terbiyeli uskumru

Spinazie met lamsgehakt en prei uit de oven
Yumurtali ispanak firindan

Lamsrugfilet met snijbonen, rijstpilav en bulgur
Kuzu bel etti, Zeyrubyagli fasulya, Sehriyeli pilav, Mercimekli bulgur pilav

Baklava met vanille-ijs, kweeperen en druivenstroop
Baklava dandarma vanilya armut üzümpemezli

Mokka

Tomaten/paprikasaus (*Salca*)

Hoeveelheid	
Ingrediënten	
Tomatenpuree (blik)	1 blik
Paprikapuree (milde), (blik)	1 blik
Zonnebloemolie	2,5 dl
Zout	1 flinke eetlepel

Materiaal:

Kom	Lepel
-----	-------

Bereidingswijze:

Saus:

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Meng alle ingrediënten goed door elkaar in **een hoge bakplaat** kom en zet dit in een oven van 200°C.
- Zodra het begint te pruttelen en de bovenkant wat donkerder kleurt is de saus goed.
- Laat hem in de oven afkoelen met de deur open.

Turks brood (*pide*)

Hoeveelheid	Voor 2 broden
Ingrediënten	
Witte bloem	500 gram
Gist	10 gram
Zout	8 gram
Water	350 cc
Rozemarijn (gedroogd)	
Maanzaad	
Sesamzaad	
Water	
Ei	

Materiaal:

Litermaat	Bakblikken	Garde	Kwastje
-----------	------------	-------	---------

Bereidingswijze:

Turks brood:

- **Hak de roz4e fijn**
- Verwarm de oven voor op 250°C.
- Los de gist op met iets lauwwarm water en voeg er 400 gram bloem aan toe.
- Voeg het zout toe en kneed het geheel tot een nat deeg.
- Voeg dan beetje voor beetje de rest van de bloem toe totdat je een soepel en elastisch deeg hebt.
- Laat het minstens een half uur goed rijzen en kneed het voor het gebruik nog een keer goed door.
- Verdeel het deeg in twee delen (voor 10 personen in 2 delen en voor 20 personen in 4 delen) en rol het ovaal uit tot een centimeter dikte. Tip: gebruik bij het uitrollen c.q. uitdrukken van het deeg ruim bloem.
- Bestrooi een bakblik met bloem en gedroogde rozemarijn en leg de stukken deeg erop. Laat het nog een half uur rijzen.
- Maak je handen nat en maak al drukkend in het midden een ruitpatroon.
- Klop het ei met het water los en bestrijk het deeg met dit mengsel.
- Bestrooi het deeg licht met sesam- en maanzaad.
- Bak het in een voorverwarmde oven van op 180 °C in circa 10 -15 minuten bruin en gaar.

Yoghurt preisoep (*Yogurtlu pirasa corbasi*)

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Soep:</i>			
Prei	1,2 stuks	3 stuks	6 stuks
Zonnebloemolie	1,2 eetlepels	3 eetlepels	6 eetlepels
Eidooier	1,2 stuks	3 stuks	6 stuks
Turkse Yoghurt	300 gram	750 gram	1500 gram
Water	3 dl	7,5 dl	1,5 l
Kikkererwten	0,5 blik	1 blik	2 blikken
Mint (gedroogd)	1,2 gram	3 gram	6 gram
Olijfolie	2,4 eetlepels	6 eetlepels	12 eetlepels
Zout en peper			

Materiaal:

Snijplank	Mes	Zeef	Pannen
Steelpan	Warme diepe borden		

Vorbereiding:

Soep:

- Snijd de prei in ringen van 0,5 cm en was dit goed. Laat het uitlekken.

Bereidingswijze:

Soep:

- Doe wat zonnebloemolie in een pan en bak de prei heel kort in de olie.
- Voeg de kikkererwten met vocht en het water toe. Laat het geheel aan de kook komen voeg zout en peper toe en laat het drie minuten doorkoken. Haal de pan van het vuur.
- Neem een andere pan en doe daar de yoghurt en de eidooiers in. Zet dit op een zacht vuur en roer het geheel langzaam door tot het gaat dampen.
- Voeg dan deze massa al roerend in een straal aan de soep in de andere pan toe.
- Neem een steelpan, doe de olijfolie en de mint daarin. Roer dit goed door elkaar en verwarm het heel even. Voeg dit aan de soep toe.

Serveren:

- Zet de pan met soep op het vuur en verwarm het onder goed roeren, maar let op: het mag niet meer koken, de soep gaat dan schiften!
- Schep de soep in diepe borden.
-

Makreelfilet (Terbiyeli uskumru)

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vis:			
Makreelfilet	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Knoflook	1 teentje	2,5 teentjes	5 teentjes
Salca saus (zie apart recept)	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Zonnebloemolie	0,4 dl	0,6 dl	1,2 dl
Bloem			
Zout en peper			
Koolsla:			
Witte kool	Stukje	0,125 stuk	0,25 stuk
Rode kool	Stukje	0,125 stuk	0,25 stuk
Ui	0,5 ui	1 uien	2 uien
Turkse peterselie (platte)	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Zonnebloemolie			
Azijn			
Zout en peper			
Garnering:			
Citroen	0.4 stuk	1 stuk	2 stuks

Materiaal:

Kom	Lepel	Snijplank	Koksmes
Koude borden	Zeef	Koekenpan	

Vorbereiding:

Vis:

- Doe alle ingrediënten, behalve de vis, in een kom en roer dit met de olie tot er een dik papje ontstaat.

Koolsla:

- Snijd de kool en de ui heel fijn.
- Hak de peterselie grof.
- Maak een dressing van azijn, zout, peper en een beetje olie en giet dit over de kool.
- Zet de kool weg voor later.

Bereidingswijze:

Vis:

- Smeer de vis in met het papje en haal de vis door de bloem.
- Giet een flinke laag olie in een **koekenpan** en bak hierin de vis gaar. Begin met de velkant en daarna iets korter op de andere kant.

Serveren:

- Laat de koolsla even uitlekken en schep een hoopje op een bord.
- Leg de vis er schuin naast.

Spinazie met lamsgehakt en ei uit de oven (*Yumurtali ispanak firindan*)

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Wilde of Belgische spinazie	300 gram	750 gram	1500 gram
Lamsgehakt	150 gram	375 gram	750 gram
Ui	1 stuk	2,5 stuks	5 stuks
Henneneitjes	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Salca	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Zout en zwarte peper			
Knoflook yoghurt saus:			
Turkse yoghurt	80 gram	200 gram	400 gram
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Zout			
Tomatensaus:			
Salca	0.8 dl	2 dl	4 dl
Turkse yoghurt	0.2 dl	0.5 dl	1 dl
Peper en zout			
Garnering:			
Tomaatjes	3 stuks	8 stuks	15 stuks

Materiaal:

Grote bak	Snijplank	Koksmes	Zeef
Ovenschaal	Warme borden	Bolle lepel	Steker (8 cm Ø)
Kom	Lepel		

Vorbereiding:

Spinazie:

- Was de spinazie heel goed en hak ze grof. Als de spinazie niet te grof is kun je de steeltjes eraan laten.
- Snipper de ui klein.

Bereidingswijze:

Spinazie:

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Bak het gehakt, samen met de ui in een ruime pan rul.
- Voeg de salca toe en evenzo in ruime mate het zout en de peper. Proef goed! Roer het goed door.
- Voeg de spinazie toe en laat het iets slinken; haal de pan van het vuur.
- Verdeel het spinaziemengsel in een ovenschaal.
- Duw met de achterkant van een bolle lepel een kuiltje (een per persoon) in het mengsel en breek daar een ei in.
- Zet de schaal in de oven en wanneer het ei gestold is, is de spinazie klaar.

Zie blad 2

Spinazie met lamsgehakt en ei uit de oven (*Yumurtali ispanak firindan*) (vervolg)

Bereidingswijze: (vervolg)

Tomaten:

- Snijd de tomaatjes in 4 partjes en bestrooi ze met zeezouten gril ze onder de salamander.

Knoflook yoghurtsaus:

- Wrijf de knoflook met de zijkant van het mes heel fijn.
- Doe alles in een kom en meng het goed.
-

Tomaten yoghurtsaus:

- Doe alles in een kom en meng het goed.
-

Serveren:

- Steek met een steker een portie per persoon uit het spinaziemengsel, zodanig dat het ei in het midden zit.
- Leg dit op een voorverwarmd bord en garneer met de tomaatjes en tomatensaus wat en knoflook yoghurtsaus
- Serveer met een stukje brood.

Lamsrugfilet met snijbonen, rijstpilav en bulgur

(Kuzu bel etti, Zeytinyagli fasulya, Sehriyeli pilav, Mercimekli bulgur pilav)

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Vlees:</i>			
Lamsrugfilet	500 gram	1000 gram	2000 gram
Rozemarijn	1 takje	2 takjes	4 takjes
Roomboter	50 gram	125 gram	250 gram
Zout en peper			
<i>Iskendersaus:</i>			
Roomboter	35 gram	75 gram	125 gram
Gepelde tomaten	0,3blik	0,75 blik	1,5 liter
Zout en peper			
<i>Groente:</i>			
Snijbonen	100 gram	250 gram	500 gram
Tomaten	0.6 stuk	1.5 stuks	3 stuks
Ui	0.4 stuk	1 stuks	2 stuks
Paprika (rode, punt, zoet)	0.4 stuk	1 stuks	2 stuks
Olijfolie	0.1 dl	0,25 dl	0,5 dl
Salca	0,25 eetlepel	0,625 eetlepels	1,25 eetlepels
Zout en peper			
<i>Rijstpilav:</i>			
Basmatirijst	1 kopjes	2,5 kopjes	400 gram
Sehriye pasta	0,25 kopje	0,75 kopjes	200 gram
Zonnebloemolie	1,5 eetlepels	3,75 eetlepel	7,5 eetlepels
Water	0,3 l	0,75 l	1,5 l
Zout			
<i>Bulgur pilav met linzen:</i>			
Bulgur	1 kopjes	2,5 kopjes	400 gram
Linzen (groene)	0,25 kopje	0,75 kopjes	100 gram
Ui	0,5 stuk	1,25 stuks	2,5 stuks
Salca	0.5 eetlepel	1,25 eetlepels	2,5 eetlepels
Zonnebloemolie	1,5 eetlepels	3,75 eetlepels	7,5 eetlepels
Zout en zwarte peper			

Materiaal:

Warme borden	Snijplank	Koksmes	Pannen
Staafmixer	Litermaat	Zeef	

Zie blad 2

Lamsrugfilet met snijbonen, rijstpilav en bulgur

(Kuzu bel etti, Zeytinyagli fasulya, Sehriyeli pilav, Mercimekli bulgur pilav) **(vervolg)**

Vorbereiding:

Iskendersaus:

- Doe de gepelde tomaten in een litermaat en maal ze met de staafmixer fijn. Zeef de massa.
- Smelt de boter en laat het uitbruisen totdat het bijna bruin is. Giet daar het verkregen tomatensap bij en laat het aan de kook komen.
- Zet het vuur zacht, voeg zout en peper toe en laat de saus inkoken.
- Mocht de saus iets te dik worden, voeg dan wat water toe.

Vlees:

- Smelt de boter in een pan en laat het uitbruisen.
- Schroeit het vlees aan alle kanten dicht en bak de rozemarijn en peper mee.
- Haal het vlees uit de pan en doe het op een bakplaat en dek af met aluminium folie
- Blus het bakvet met de iskendersaus en laat het iets indikken.

Snijbonen:

- Snijd de uiteinden van de bonen af en verdeel de boon in drie delen.
- Snipper de ui grof.
- Snijd de tomaten brunoise.
- Snijd de paprika in dunne reepjes.

Bulgur pilav met linzen:

- Zoek de linzen goed uit (steentjes).
- Kook de linzen circa 10 minuten in ruim water met zout.
- Haal de pan van het vuur en laat hem staan.
- Giet het vocht van de linzen.

Bereidingswijze:

Vlees:

- Verwarm de oven voor op 140°C. met oven op stand 3
- Zet het vlees, afhankelijk van de gewenste gaarheid, circa 6 a 7 minuten in de oven.
- Haal het vlees uit de oven en bestrooi het met zout en eventueel nog wat peper.

Zie blad 3

Lamsrugfilet met snijbonen, rijstpilav en bulgur

(Kuzu bel etti, Zeytinyagli fasulya, Sehriyeli pilva, Mercimekli bulgur pilav) **(vervolg)**

Bereidingswijze: (vervolg)

Groente:

- Verwarm de olijfolie, voeg de snijbonen, ui, zout en peper toe en laat het geheel 10 minuten zachtjes stoven.
- Voeg de reepjes paprika toe en na 5 minuten de helft van de brunoise gesneden tomaten en de salca.
- Roer het geheel af en toe. Zodra de stukjes tomaat gaar zijn, de rest van de tomaten toevoegen.
- De tomaten moeten gaar zijn, maar probeer ze heel te houden.

Rijstpilav:

- Giet ruim zonnebloemolie in een pan en bak daarin de pasta.
- Als de pasta licht gekleurd rijst toevoegen en om roeren
- Giet de benodigde hoeveelheid water toe De pasta en de rijst moet onderstaan
- Voeg zout toe en laat het geheel aan de kook komen.
- Verlaag de warmtebron en laat het circa 11 minuten koken.

Bulgur pilav met linzen:

- Doe de olie in een pan en fruit daarin de gesnipperde ui.
- Voeg de uitgelekte linzen en de salca toe en roer de massa goed los.
- Voeg de bulgur en het water toe en laat het geheel koken. zorg dat het onder water staat
- Voeg zout en peper toe en roer af en toe goed. Houd het deksel op de pan en kook het in circa 5 minuten.
- Zet het in de warmhoudkast

Serveren:

- Neem vierkante borden.
- Snijd de Lamsrugfilet in plakken.
- Leg de rijstpilav en bulgur elk in een hoek van het bord. Leg de groente in een andere hoek.
- In de vierde hoek wat Iskendersaus en daarop de plakken lamsrugfilet.

Baklava met vanille-ijs, kweeperen en druivenstroop

(Baklava + dandarma vanilya + armut + üzümpetmezli)

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Baklava:</i>			
Walnoten	200 gram	500 gram	500 gram
Filodeeg	0.2 pak	0.5 pak	1 pak
Roomboter	100 gram	250 gram	500 gram
Kaneel	0.2 eetlepel	0.5 eetlepel	1 eetlepel
Citroensap	0,2 eetlepel	0.5 eetlepel	1 eetlepel
Suiker	0.6 eetlepels	1.5 eetlepel	3 eetlepels
Honing	1 eetlepels	2.5 eetlepel	5 eetlepels
<i>Vanille-ijs:</i>			
Melk	1,3 dl	3,25 dl	6,5 dl
Slagroom	0,7 dl	1,75 dl	3,5 dl
Suiker	30 gram	75 gram	150 gram
Glucosestroop	50 gram	125 gram	250 gram
Eidooiers	0,12 dl	0,3 dl	0,6 dl
Vanillestokje	0,2 stuk	0,5 stuk	1 stuk
<i>Kweeperen:</i>			
Kweeperen	2 stuks	2 stuks	4 stuks
Roomboter	50 gram	125 gram	125am
Druivensiroop	0.5 dl	1,25 dl	2,5 dl
Amaretto	Scheutje	20 cc	40 cc

Materiaal:

IJsmachine	Pan	Zeef	Bakplaten
Warme borden	Snijplank	Koksmes	Boterkwast
Kwast voor water			

Vorbereiding:

Vanille-ijs:

- Splijt een vanillestokje en laat dit samen met de melk trekken.
- Zeef het en maak al kokend een compositie van de melk, suiker, room en glucosestroop.
- Laat het afkoelen en voeg de eidooiers toe.
- Draai het in de sorbetière tot ijs.

Baklava:

- Hak de walnoten fijn.
- Smelt de boter.
- Rol het filodeeg uit en snijd de stukken op de maat van de bakvorm.

Zie blad 2

Baklava met vanille-ijs, kweeperen en druivenstroop

(Baklava + dandarma vanilya + armut + üzümpetmezli)

Kweeperen:

- Snijd de kweeperen in reepjes. Schil de peren niet. Begin aan de zijkanten en snijd totdat je bij het klokhuis komt.
- Bak in een ruime pan de reepjes in de roomboter aan. Voeg de druivensiroop toe wanneer de reepjes gaar worden.
- Haal de pan van het vuur wanneer de siroop begint te caramelliseren en voeg de amaretto toe.

Bereidingswijze:

Baklava:

- Verwarm de oven voor op 160°C.
- Meng de fijngehakte walnoten met kaneel een 1/5 deel van de roomboter.
- Leg bakpapier in de bakplak.
- Bestrijk 1 vel filodeeg met boter gelijk in de bakplaat. zo 4 x door gaan
- Smeer vervolgens op de vellen filodeeg het walnotenmengsel .
- Bestrijk nogmaals 4 vellen deeg met boter en bouw het op als een tompoes.
- Bevochtig het bovenste vel met een beetje water.
- Doop een scherp mes in heet water en snijd daarmee diepe vierkante inkepingen in de baklava.
- Zet de bakplaat 30 minuten in een voorverwarmde oven van 150°C.
- Meng de honing met de suiker en het citroensap en laat dit tot een dikke siroop koken.
- Giet de stroop over het filodeeg wanneer het uit de oven komt.
- Snijd de baklava op maat.

Serveren:

- Leg de stukken baklava op een bord en schep een bolletje vanille-ijs in het midden van de baklava.
- Schep de warme kweeperen met de siroop om de baklava heen.



1 Yoghurt preisoep



2 Makreelfilet



3 Spinazie met lamsgehakt en ei uit de oven



4 Lamsrugfilet met snijbonen, rijstpilav en bulgur



5 Baklava met vanille-ijs, kweeperen en druivenstroop

