

eylül

BALIK



• Çorbalar •

Terbiyeli Palamut Çorbası
Dereotlu Taze Kabak Çorbası
Taze Baharatlı Tarhana Çorbası
Mahluta Çorbası

• Salatalar •

Kapıdağ Mor Soğan ve Rokalı Domates Salatası
Taze Mısırlı Göbek Salatası
Ceviz Soslu Semizotu Salatası
Nar Ekşili Zahter Salatası
Hellimli Taze Ispanak Salatası
Turp Otu Salatası
Ilık Türk Somonlu Çilek ve Sürk Peynirli Salata

• Zeytinyağlılar •

Kuş Üzümlü Kabak Çiçeği Dolması
Kalamar İçli Pazı Sarması
Sakızlı Portakallı Zeytinyağlı Barbunya Pilaki
Soğanlı ve Sarmısaklı İri Atom Fasulye
Karabuğday Kırırı ve Kaju Mus ile Zeytinyağlı Rezene
Dereotlu Kabak Oturtması
Mor Havuçlu Uskumru Pilaki

• Mezeler •

Tahinli Patlıcan Salatası
Cevizli Biber Yoğurtlaması
Kabak Şayan
Mercimekli Taze Ispanak Salatası
Enginarlı Fava
Kerevizli Tom Tom Salata

• Ara Sıcaklar •

Patlıcan Balığı Böreği
Deniz Mahsulleri Kokoreç
Ilık Midye Dolma
Aktif Karbonlu Karides Tempura
Hellim Peynirli Kalamar Dolması

• Balık Yemekleri •

Tarhanalı Hamsi Kuşu Tava
Ahtapot Güveç
Çipura Külbastı
Levrek Beğendi

Fesleğenli Fener Balığı Kavrurma
Balık Köfte Baharatlı
Karides Şaşlık
Palamut Tempura
Kaya Levrek Kebabı

• Alternatif Yemekler •

Izgara Köfte
Kuzu Pirzola Izgara
Ciğer Şiş
Maydanozlu Piliç Kanat Izgara
Hindi Antirikot
Sote Saç Kavrurma

• Tatlılar •

Çilekli Su Muhallebisi
Antep Fıstıklı Nişasta Helvası
Tahinli Trileçe
Beyaz Çikolatalı Blondie
Cevizli Basma Kadayıf
Kaymak Baklavası
Fındıklı Un Helvası

GASTRONOMETRO

eylül

BALIK



KAPIDAĞ MOR SOĞAN VE ROKALI DOMATES SALATASI

(4 PORSİYON)

Malzemeler

• Kapıdağ Mor Soğan	2 adet
• Roka	2 bağ
• Limon	2 adet
• Pembe Domates	3 adet
• Tuz	2 g
• Zeytinyağı	60 ml
• Balzamik Sirke	10 ml
• Fesleğen	20 g
• Maydanoz	40 g

Hazırlanış

1. Soğanlar ince piyaz ya da julien (kibrit şeklinde) doğranır
2. Rokalar yıkanıp ince bir şekilde doğranır.
3. Domateslerin kabukları soyulup ince piyaz şeklinde doğranır.
4. Maydanozlar ayıklanır.
5. Balzamik sirke, tuz, limon suyu mayonez tenceresine alınır ve yavaş yavaş zeytinyağı eklenerek çırpılır.
6. Sos homojen bir kıvam aldıktan sonra içerisine ince ince doğranmış fesleğenler eklenir.
7. Doğranmış olan tüm malzemeler bir kabın içerisinde karıştırılır ve sos eklenir.
8. Karıştırılan salata bir çukur tabağa alınır, üstlerine maydanoz konularak servis edilir.

eylül

BALIK



TERBİYELİ PALAMUT ÇORBASI

(4 PORSEYON)

Malzemeler

• Palamut Balığı	1 adet
• Kuru Soğan	50 g
• Patates	50 g
• Sarımsak	10 g
• Havuç	50 g
• Kırmızı Kapy Biber	70 g
• Un	20 g
• Zeytinyağı	20 ml
• Kök Kereviz	30 g
• Maydanoz	20 g
• Limon	1 adet

Hazırlanış

1. Balık yıkanıp içi temizledikten sonra üzeri geçene kadar su ile 15 dakika haşlanır.
2. Ayrı bir tencerede brunoise (minik küp) doğranmış soğan ve sarımsaklar sotelenir.
3. Brunoise (minik küp) doğranmış kereviz, kırmızı kapy biber ve havuçlar da tencereye ilave edilir.
4. Sotelenmekte olan sebzelere un ilave edip kavurma işlemine devam edilir.
5. Un kavrulduktan sonra soğuk su ilave edilir.
6. Küp doğranmış patatesler ilave edilip kısık ateşte kaynamaya bırakılır.
7. Haşlanan balıkların etleri kılçıklarından ayrılır.
8. Pişmekte olan sebzelere ayıklanan balıklar ve haşlama suyu süzdürülüp ilave edilir.
9. Yeterli koyuluğa ulaşan çorbanın üzerine limon suyu ve doğranmış maydanoz ekleyerek servis edilir.

eylül

BALIK



MOR HAVUÇLU USKUMRU PİLAKİ

(4 PORSIYON)

Malzemeler

• Uskumru	500 g
• Soğan	200 g
• Mor Havuç	100 g
• Taze Rezene	1/2 adet
• Sarımsak	1 diş
• Patates	100 g
• Tuz	5 g
• Zeytinyağı	100 ml
• Salça	50 g
• Un	20 g
• Balık Suyu	200 ml

Hazırlanış

1. Soğanlar brunoise (minik küp) doğranır ve zeytinyağında kavurulur.
2. Sarımsaklar dövülür, rezeneler ince doğranıp ilave edilir.
3. Sırasıyla salça ve un kavurulur.
4. Uskumrular ayıklanıp temizlenir ve küçük parçalar halinde kesilir.
5. Mor havuç ve patates tavla zarı şeklinde doğranır ve ilave edilir.
6. Balık suyu ve uskumru parçaları eklenerek kaynamaya bırakılır.
7. Kısık ateşte havuçlar yumuşayana kadar pişirilir.
8. Soğutulup servis edilir.

eylül

BALIK



BEBEK PATATES VE ZERDEÇALLI KAĞITTA LEVREK

(4 PORŞİYON)

Malzemeler

• Levrek Fileto	4 adet
• Zerdeçal	10 g
• Cherry Domates	20 g
• Bebek Patates	30 g
• Limon	20 g
• Arpacık Soğan	30 g
• Zeytinyağı	25 ml
• Sarımsak	12 g
• Tuz	10 g
• Tarhun	4 g
• Yağlı Kağıt	4 adet

Hazırlanış

1. Fileto leverklerin kılçıkları temizlenir, derileri ayıklanır ve kurulanır.
2. Zerdeçallar rendelenir.
3. Domatesler halka şeklinde doğranır.
4. Bebek patatesler yıkanıp halka şeklinde doğranır ve kaynayan suyun içerisinde tuz atılıp 7 dk pişirilir.
5. Limon halka şeklinde doğranır.
6. Arpacık soğan halka şeklinde doğranır.
7. Sarımsaklar rendelenir.
8. Yağlı kağıtların içerisine balıklar konularak doğranmış ve rendelenmiş malzemelerden eşit olarak içlerine konulur.
9. Tuz, tarhun ve zeytinyağı ilave edilerek yağlı kağıtlar zarf şeklinde hava almayacak biçimde kapatılır.
10. 160 derece fırında 10 dk pişirilerek servis edilir.

eylül

BALIK



KARABUĞDAY KITIRI VE KAJU MUS İLE ZEYTİNYAĞLI REZENE

(4 PORSİYON)

Malzemeler

• Rezene	2 adet	• Kaju	100 g
• Portakal	1 adet	• Vanilya	1 adet
• Zeytinyağı	200 ml	• Sultaniye bezelye	240 g
• Zencefil	40 g	• Limon	2 adet
• Tuz	3 g	• Soğan	2 adet
• Karabiber	2 g	• Karabuğday	50 g
• Kakule	3 adet	• Sarımsak	2 diş
• Defne Yaprağı	2 adet	• Şeker	5 g

Hazırlanış

1. Çiğ kajular 8 saat öncesinden suyun içerisine konular ve bekletilir.
2. Rezeneler yıkanıp ikiye bölünür.
3. Soğanlar ve sarımsaklar brunoise (minik küp) doğranır ve yarısı zeytinyağı ile kavurulur.
4. Kavrulmuş soğan ve sarımsaklara portakal suyu ve limon suyu eklenir; defne yaprağı, kakule, tuz, karabiber ve şeker ilave ederek tatlandırılır.
5. Rezeneler ve hazırlanan sos süzülerek vakum poşetine aktarılarak vakumlanır.
6. 85 derecede sous-vide ya da buharlı fırında 1 saat pişirilir.
7. Kaju fıstıkları blender'da zeytinyağı, tuz ve karabiber ile pürüzsüz bir kıvam alana kadar çekilir.
8. Bezelyeler ayıklanır ve temizlenir.
9. Brunoise (minik küp) doğranmış soğan ve sarımsakların kalanı ile zeytinyağında sotelenir ve içerisine bezelyeler eklenerek kısık ateşte pişirilir, vanilya ile tadlandırılır.
10. Karabuğdaylar kızgın yağın içerisinde kızartılır ve peçete ile kurulanır.
11. Bezelyeden yatak yapılır üzerine rezeneler ve kaju kreması eklenir, karabuğdaylar ilave edilerek servis edilir.

eylül

BALIK



ÇİPURA KÜLBASTI

(4 PORSIYON)

Malzemeler

• Çipura balığı fileto	8 adet
• Soğan	100 g
• Soya sosu	1 adet
• Sarımsak	3 diş
• Zeyti nyağı	100 ml
• Tuz	2 g
• Karabi ber	1 g
• Lime	2 adet
• Krema	60 g
• Ispanak	200 g
• Hardal	20 g
• Tereyağı	30 g

Hazırlanış

1. Soğanlar ve sarımsaklar soyulur ve bir kabın içerisine alınır.
2. Blender yardımı ile soğan, sarımsak, krema, soya sosu, lime zest, lime suyu, zeytinyağı, tuz ve karabiber pürüzsüz bir kıvam alana kadar çekilir.
3. Ayıklanmış ve temizlenmiş ıspanaklar kavurulur.
4. Balık filetolarının kılçıkları ayıklanır ve yapılmış olan sosun içerisinde marine edilir.
5. Marine olan balıklar ızgarada pişirilir.
6. Tereyağı ve hardal kavrulur ve içerisine lime suyu ve krema ilave edilir.
7. Servis yapılırken ıspanaklar tabakta yatak olarak konulur ve üzerine balıklar eklenir en son kremalı lime hardal sos ile servis edilir.

eylül

BALIK



SAKIZLI AHTAPOT GÜVEÇ

(4 PORSİYON)

Malzemeler

• Ahtapot	800 g
• Damla Sakızı	2 g
• Cherry Domates	75 g
• Defne Yapağı	2 adet
• Sarmısak	5 diş
• Arpacık Soğan	100 g
• Tuz	2 g
• Karabiber	1 g
• Zeytinyağı	75 ml
• Izgara Zeytin	100 g
• Sivri Biber	75 g
• Kırmızı Kapya Biber	50 g

Hazırlanış

1. Ahtapotlar düdüklü tencerede 30 dk boyunca haşlanır. Suyun içerisine defne yapağı ve damla sakızı konulur.
2. Bir güveç kabının içerisine en alta ikiye bölünmüş arpacık soğanlar ile sarmısaklar konulur.
3. Biberler ayıklanır ve ahtapotlar ile berber güveçe konulur.
4. Izgara zeytin, defne yaprapı, tuz, karabiber ve zeytinyağı güvece eklenir.
5. Üstüne yağlı kagıt ve folyo kapatılarak fırında 45 dk boyunca pişirilir.

eylül

BALIK



TARHANALI HAMSI KUŞU TAVA

(4 PORSİYON)

Malzemeler

• Hamsi	800 g
• Tarhana	500 g
• Zeytinyağı	100 ml
• Tuz	3 g
• Karabiber	2 g
• Maydanoz	50 g
• Taze Soğan	50 g
• Dereotu	50 g
• Beyaz Peynir	150g
• Yumurta Sarısı	2 adet
• Tereyağ	50 g

Hazırlanış

1. Hamsilerin iç kısımları ayıklanır ve kılçıkları çıkartılıp bol su ile yıkanır.
2. Beyaz peynir rendelenir ve içine ince bir şekilde doğranmış maydanoz, dereotu, taze soğan ve yumurta sarısı konulup karıştırılır.
3. Temizlenmiş olan balıklar tuz ve karabiber ile tatlandırılır.
4. Balıkların iç kısmına hazırlanan peynirli harç konulur ve iki balığın iç kısmına gelecek şekilde kapatılır.
5. Tarhana tozu ile balıkların dış kısımları panelenir ve tavaya dizilir.
6. Zeytinyağı ve tereyağı ile tavada pişirilip servis edilir.

eylül

BALIK



İNCİRLİ CEVİZLİ PEKMEZ PELTESİ

(4 PORSİYON)

Malzemeler

• Su	1 lt
• Toz Şeker	120 g
• Nişasta	40 g
• Pekmez	150 g
• İncir (doğranmış)	5 adet
• Gül Suyu	30 g
• Ceviz	100 g

Hazırlanış

1. Nişasta hariç bütün malzemeler ocağa alınıp kaynatılır.
2. Nişastayla eklenerek bağlanır, kalıplara dökülüp soğutulur.
3. Ceviz eklenerek servis edilir.

eylül

BALIK



BALLI KAVUN TATLISI

(6 PORSIYON)

Malzemeler

• Kırkağaç Kavun	1200 g
• Bal	120 g
• Kırık Fındık	70 g
• Vanilyalı Dondurma	6 top
• Taze Nane	6 dal

Hazırlanış

1. Kavunun kabuğu soyulur.
2. İnce uzun dilimler halinde kesilir ve her dilimi 4-5 parçaya bölünür.
3. Fırın tepsisine dizilir.
4. Yaklaşık 10 dakika 180 derece fırında pişirilir.
5. Ilık servis edilecek olan kavunun üzerine servisten hemen önce bal gezdirilir.
6. Kırık fındık serpilerek servis edilir.

Servis önerisi : Vanilyalı dondurma veya çırpılmış krema ve nane yapraklarıyla süslenebilir.