



Nathalie'nin
Mutfak Hikâyeleri



Remzi Kitabevi

A woman with blonde hair, wearing a vibrant red, long-sleeved, belted dress, is leaning over a table covered with a white tablecloth. She is carefully adjusting a centerpiece of red flowers and greenery in a clear glass vase. The background is softly lit with warm, bokeh lights, suggesting a festive indoor setting. The overall mood is elegant and intimate.

Nathalie'nin
Mutfak Hikâyeleri

Nathalie Stoyanof Suda

Nathalie'nin
Mutfak Hikâyeleri

Nathalie Stoyanof Suda



Remzi Kitabevi



Teşekkürler

Mutfak hikâyelerimin kahramanları; aileme, eski dostlara ve arkadaşlarıma,

Kitabımın oluşmasında emeği geçen;
Beyaz Fırın ailesinden,
Şefimiz Sinan Göktürk'e,
Pazarlama ekibimden Serkan Demirbağ'a, Elif Banu Göker'e,
ve tabii ki tüm Beyaz Fırın ailesine

Evdeki tüm çekimlerde bize destek olan yardımcım
Lamzira Makharadze'ye,

Kitabımın tasarımını yapan ajansımız Karbon'a
ve Selen Selviler Özüekren'e,

Fotoğrafçımız Umut Töre'ye,
Prop ve Yemek Stilistimiz Selin Bağçacı'ya,
Backstage videolarımızı çeken İbrahim Emre Karakaş'a,

Seramikler için Kiana İstanbul'a,
El yapımı porselenler için Santimetre Studio'ya,
Önlükler için Sobremesa'ya teşekkür ederim.

Merhaba,

Ben Nathalie. Beni bugüne kadar Beyaz Fırın'ın beşinci nesil temsilcisi olarak, iş kadını kimliğimle gördünüz. Ailemin beş nesildir sürdürdüğü aile işletmesinde hayatımı, Beyaz Fırın'ı benden sonraki kuşaklara, devraldıgımdan daha ileride teslim etmek üzere çalışarak sürdürsem de aslında her zaman bir mutfak insanı olduğumu söyleyebilirim.

Ailem bana Beyaz Fırın'daki işi devralmakla ilgili hiçbir baskı yapmamış olsa da işiyle bu kadar gönül bağı kuvvetli bir ailede büyümekten midir, genlerden midir yoksa tamamen kişisel tercihim midir bilmiyorum, mutfak her zaman benim koruyucu kalem ve en mutlu olduğum yer oldu.

Kitapta detaylıca anlattığım üzere annem, anneannem ve Beyaz Fırın'dan emekli olduktan sonra Amerika'ya yerleşerek Stoyanof's Restaurant'ı açıp hayatlarını orada sürdüren dedem, babaannem, amcam sayesinde mutfak hep hayatımın merkezi oldu. İşten eve geldiğimde yine kendimi mutfakta bulduğumu, yemek ve pasta kadar yeni nesil beslenmeye olan ilgimi, bir anne ve eş olarak ailemin beslenme düzenini planlarken edindiğim bilgiyi, aile ve dostlarla, kalabalık sofralarda yenen yemeklere olan tutkumu tarifler ve öneriler halinde sizlerle paylaşmanın beni mutlu ettiğini fark ediyorum.

Çalışan bir anne olarak, şehir yaşamının koşturmacasında "basit ama gösterişli" sofralar kurmanın o kadar da korkulacak bir iş olmadığı konusunda ısrarcıyım. Ailemiz, arkadaşlarımız ve sevdiklerimizle bizi bir araya getiren, keyifle hazırlanmış bir sofraya kadar insanı ruhen ve bedenen besleyen başka ne olabilir?

Kitaptaki tariflerin çoğu iyi bir planlama ile hızlıca hazırlanabilecek seçenekler. Elbette görece detaylı ve meşakkatli birkaç tarif de var. Ayrıca mevsiminde sebzelere sofralarımızda daha çok yer vermek, çeşitli ve renkli beslenmek, çok kültürlü muhteşem bir kompozisyon olan İstanbul mutfağının tariflerini hızlı hayatlarımıza taşıyarak çocuklarımıza aktarmak da tarifleri seçerken dikkate aldığım başlıca konular.

Bu kitabın hazırlıklarının başladığı dönem, sosyal medyayı, bana Beyaz Fırın sevenler ile daha sıcak bir iletişim kurma fırsatı verdiği için düzenli kullanmaya başladığım döneme denk geliyor. Çoğunlukla hayatımın ayrılmaz parçası olan Beyaz Fırın gündemini paylaştığım hesabımda zamanla evdeki Nathalie'den de bahseder oldum.

Tabii o sıralar bizi bekleyen uzun Covid-19 dönemine dair en ufak bir fikrimiz yoktu. 2020 yılının ilk çeyreğinde evlerimize kapandığımızda, hepimiz mutfak marifetlerimizi sınamaya başladık. Bana kalırsa, yeniden kendimizi güvende hissedebilmeye ihtiyaç duyduğumuz bu dönemde, tıpkı ana rahmine döner gibi, mutfaklarımıza döndük. Tarihte önce ateş ilk pişirme mekânı olarak hane halkını etrafında toplamış. Sonradan bu görevi mutfaka, yemek masasına ve ardından da televizyona devretmiş olsa da aslında evlerimizin merkezinin mutfak olduğu hepimizin genlerinde kayıtlı.

Bu kitap benim için sadece bir tarif kitabı değil. Yaşadıklarımın üzerimde bıraktığı izler, tariflerimi hazırlarken ilham aldığım noktalar oldu. Bu sebeple çoğu tarifimin bir hikâyesi olduğunu göreceksiniz. Kim derdi ki komşumuz Sona'nın bana yaptığı türünün tadı, Serpil teyzenin yeğenlerinin evinde ilk kez gördüğüm ve çok merak ettiğim iç baklanın lezzeti hafızama kazınıp, yıllar sonra benim mutfağında yaptığım yemeklere temel oluşturacak. Belki sizler de çocuklarınıza, torunlarınıza, hatta komşu çocuklarına yaptığınız yemeklerle, onların lezzet hafızalarında kalıcı izler bırakacaksınız.

İstanbul mutfağının, Makedon usulünün ve dedem ile amcamın Stoyanof's Restaurant'taki mutfağının lezzet hafızamda oluşturduğu katmanları, Beyaz Fırın'ın mutfağındaki deneyimlerle harmanlayıp evde ailemle, dostlarım ve arkadaşlarımla paylaştığım şekilde samimiyetle derlediğim bu kitabı keyifle okuyacağınızı umuyorum.

Sevgilerimle,
Nathalie Stoyanof Suda

Mutfağımın Küçük Sırları

Baharatlar

Yemeğin lezzet destekçileri olan baharatları genellikle toz şeklinde kullanırız. Aslında baharatları toz hallerinin yanı sıra taze, kurutulmuş, tohum ya da öğütülmüş olarak da kullanmak mümkün.

Tohum baharatları tercihen mutfağınızda toz değil de tohum olarak muhafaza edip kullanacağınız zaman tavada kavurarak, ısıyla içindeki aromayı ve yağı açığa çıkarıp sonrasında havanda döverek toz haline getirmek yemeğin tadında fark yaratacaktır. Nane, kekik gibi taze baharatlar genellikle kurutulmuş olarak kullanılıyor. Oysa bu baharatların kurusu ve tazesinin aromaları farklıdır ve yemeğe katkısı da bambaşkadır.

Limon kabuğu rendesi, benim için bir taze baharat. Artık portakal ve limon kabuklarının tozları yapılarak özellikle tatlılarda kullanılsa da, ben rendeleyerek, narenciye kabuklarının hafif kekremsi, acı tatlarını ortaya çıkarmayı tercih ediyorum. Salata soslarında, zeytinyağlılarda, aslında uygun olacağını düşündüğüm tüm yemeklerde kullanmayı seviyorum.

Tariflerin birçoğunda beyaz biberi kullandığımı göreceksiniz. Beyaz biberin karabibere göre daha yumuşak bir tadı var. Ayrıca yemeğin içerisinde de görünmüyor.

Yağlar

Yağlarda, ayçiçek yağı, mısır özü yağı, kanola yağını kullanmıyorum. Bunların yerine, tereyağı, zeytinyağı, üzüm çekirdeği yağı, fındık yağı, Hindistan cevizi yağı gibi daha sağlıklı yağları kullanmayı tercih ediyorum.

Tahin ve Susam

Bir tarifte tahin kullanıyorsam, susamın kavrulmuş tadını daha yoğun hissettiren çifte kavrulmuş susamdan yapılmış tahini tercih ediyorum. Eğer ambalajın üzerinde yazmıyorsa tahinin çifte kavrulmuş olup olmadığını rengine bakarak rahatlıkla anlayabilirsiniz. Çifte kavrulmuş tahinin rengi, diğerine oranla daha koyu ve kızılımsıdır.

Nar Ekşisi

Lezzetini çok sevdiğim ve mutfağımda sık sık kullandığım nar ekşisi Türkiye’de iyi kalitede üretilen çok özel bir ürün. Öte yandan İtalyanların ustaca pazarladıkları balzamik sirke uzun zaman önce dünya mutfaklarına hammadde olarak girmiş durumda. Balzamik sirke ile kıyasladığımda, ondan geri kalmadığını düşündüğüm nar ekşisinin, üreticilerine verilecek destek ve söz hakkıyla korunması, ürün algısının yükseltilecek ürünün markalaştırılması gerektiğini düşünüyorum.

Salatalar

İyi salatanın sırrı, hazırladığınız salata sosunun yeşilliklerinde kalması, üzerinden akıp gitmemesidir. Bunun için yeşillikleri kullanmadan önce tamamen kuru olmasına dikkat edin. Böylece salatayı sosladığınızda sos yeşilliklerin üzerinden akıp kâsenin dibine çökmez.

Bazı salatalarda, salatalıkların çekirdeklerini çıkarıyorum. Bunun sebebi, salatanın daha kıtır olmasını sağlamak ve sulanmasını engellemek.

Fırın Kullanımı

Tariflerde göreceğiniz gibi çoğunlukla fırında yemek pişirmeyi tercih ediyorum. Öyle ki sebze ya da meyve pişireceğim zaman önce fırında yapıp yapamayacağıma bakıyorum. Fırında veya tencerede yapılması arasında önemli bir lezzet farkı da var elbette. Tencerede ürünün içi dışı aynı oranda piştiği için meyveler de sebzeler de daha lapamsı bir kıvamda oluyor. Fırında ise, dışarıdan gelen ısı üfleme ile birleşince, önce bir dış kabuk oluşuyor. Giderek kalınlaşan ve ısınan kabuk daha sonra içinin, kendi özsuyu ile karamelize olarak pişmesini sağlıyor. Bu yüzden kitaptaki domates çorbası tarifimde, domatesleri ve soğanları önce fırında pişirdim. Bu da çorbanın daha lezzetli olmasını sağladı.

Yemeğin Tuzu

Yemeğin tuzu nedense sabit bir kavrammış gibi değerlendirilir. Oysa yemeğin tuzunu belirleyen o yemeği pişiren kişidir. Çok lezzetli bir yemek yediğinizi düşündüğünüzde, kıvamında konmuş tuz, size lezzetli bir yemek yediğiniz hissini veren en kıymetli unsurlardandır. Yemeğin içindeki pek çok bileşenin tadını, olması gerektiği dengede olan tuz ortaya çıkarır. Tuzu az kullandığınız zaman baharatın da lezzetini gerekli doygunlukta alamazsınız.

Tuzun eklenme zamanı da önemlidir. Yemek piştikten sonra tabakta koyulan tuz, hem salatalarda hem de yemeklerde olması gereken tadı vermeyecektir. Üstelik sonradan tuz koymak, pişerken koyacağınızdan daha da fazla tuz kullanmanıza sebep olur.

Mutfak süprizlerle dolu! Siz başka bir yöne bakıyorsanız, aslında başka bir yerden çözüm çıkıyor. Geçen gün yaptığım bir yemeğin tadına baktığımda şeker ihtiyacı olduğunu düşündüm. Oysa tuzu azdı. Tuzunu koydukça yemeğin tadı tamamlandı.

Tüm bu detaylar, adeta mutfağınızın tılsımı, sihir tozları gibi değil mi?

İçindekiler

Çorbalar, 11

Salatalar, 53

Pilavlar ve Makarnalar, 83

Dolmalar ve Sarmalar, 115

Zeytinyağlılar ve Sebze Yemekleri, 137

Kırmızı Etler, 197

Tavuk ve Hindi, 237

Deniz Ürünleri, 251

Börekler, Mantı & Kişler, 267

Tatlılar, 293



Çorbalar

Avokadolu Soğuk Salatalık Çorbası	sf. 12
Ekşili Sulu Köfte	sf. 14
Fırınlanmış Domates Çorbası	sf. 16
Havuç Çorbası	sf. 20
Ispanak Çorbası	sf. 22
Barbunyalı Karalahana Çorbası ve Mısır Ekmeği	sf. 24
Kış Çorbası	sf. 28
Köz Patlıcan Çorbası	sf. 30
Mercimekli Balkabağı Çorbası	sf. 34
Sakız Kabağı Çorbası	sf. 36
Sütlü Karnabahar Çorbası	sf. 40
Süzme Mercimek Çorbası	sf. 42
Şehriyeli Tavuk Çorbası	sf. 44

Avokadolu Soğuk Salatalık Çorbası

6 Kişilik

Malzemeler

- 3 adet avokado
- 3 adet orta boy salatalık (360 g)
- 3 büyük yaprak fesleğen
- 100 g krema
- ½ limonun suyu
- 1,5 çay kaşığı kadar tuz
- çay kaşığının ucu kadar değirmen beyaz biber
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 200 ml süt
- 250 ml soğuk su

Üzerini Süslemek İçin

- 3 çay kaşığı kişniş tohumu, kavrulmuş ve havanda dövülmüş
- 2 çorba kaşığı dereotu, ince kıyılmış
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 12-16 küp buz

Hazırlanışı

- Salatalıkların kabuklarını soymadan mikserle çekin.
- Fesleğenleri mikserle ilave edin.
- Çekirdeklerini çıkardığınız avokadoların içlerini çorba kaşığıyla çıkarın, limon suyuyla birlikte mikserle ekleyin.
- Mikserdeki malzemeleri, pürüzsüz bir hale gelene kadar çekin.
- Krema, süt, su, zeytinyağı, tuz ve beyaz toz biberi de mikserle ilave ederek çorba kıvamına gelene kadar karıştırın.
- Kâselere servis ederken üzerine buz, kişniş, dereotu ve zeytinyağını gezdirerek servis yapın.





Tatlılar

Anjelik Erikli Labneli Tatlı	Sf. 294
Armut Tatlısı	Sf. 296
Ayva Tatlısı	Sf. 300
Babaanne Muhallebisi	Sf. 303
Bademli Kurabiye	Sf. 304
Bugatsa	Sf. 308
Cennet Hurmalı Balkabağı Tatlısı	Sf. 310
Çikolatalı Bademli Unsuz Kek	Sf. 312
Çikolatalı Brownie Pasta	Sf. 314
Çikolatalı Sıcak Puding Kek	Sf. 316
Çilekli Cheesecake	Sf. 318
Çilekli Çıtır Pasta	Sf. 320
Dedemin Limonlu Kırmızı Meyveli Tartı	Sf. 322
İrmik Helvası	Sf. 327
Karamelize Elmalı Tart	Sf. 328
Krem Şokola	Sf. 332
Limonlu Puding Kek	Sf. 336
Muzlu Pay	Sf. 338
Panna Cotta	Sf. 340
Su Muhallebisi	Sf. 343
Sütlaç	Sf. 344
Şeftalili Crumble	Sf. 347
Şeftalili Yaban Mersinli Galette	Sf. 350
Yaban Mersinli Muffin	Sf. 352
Zerdeçalı Pasta	Sf. 356
Vişneli Cobbler	Sf. 358

Bugatsa

8 Kişilik

Muhallebi için Malzemeler

- 1 lt süt
- 120 g toz şeker
- 40 g mısır nişastası
- 4 adet yumurta
- 1 paket vanilin

Bugatsa için Malzemeler

- 450 g baklava yufkası
- 200 g tereyağı, eritilmiş
- 20 g tereyağı
– fırın kabını yağlamak için

Üzerine Serpmek için

- Pudra şekeri

Muhallebinin Hazırlanışı

- Bir tencerede süt ve 60 g toz şekeri karıştırın, kaynatın.
- Bir kâsede kalan toz şeker, mısır nişastası, yumurta ve vanilini karıştırın.
- Süt kaynadıktan sonra, sütü ocaktan alın. Bir büyük kepçe kadar sütü yumurtalı karışıma ekleyin ve çirpin. Ardından yumurtalı karışımı süte ilave edip tencereyi ocağa koyun. Yüksek ateşte çırpılmaya devam ederek kaynayana kadar pişirin. Muhallebi kıvamına gelince ocaktan alın. İlimaya bırakın.

Bugatsa'nın Hazırlanışı

- 31 cm çapında, 5 cm yüksekliğinde bir fırın kabının iç yüzeyini tereyağıyla yağlayın.
- Yufkaların yarısını burkarak kabın tabanına sıkışık bir şekilde döşeyin.
- Tereyağının yarısıyla yufkaları yağlayın.
- Önceden ısıttığınız 200 derecelik fırının fan ayarında ve orta rafında 5 dakika pişirin.
- Kabı fırından çıkarın. İlttiğiniz muhallebiyi yufkaların üzerine yayın.
- Yufkanın geri kalanını yine burkarak muhallebinin üzerine dizin. Kalan tereyağıyla yufkaları yağlayın.
- 200 derecelik fırının fan ayarında ve orta rafında 15 dakika daha pişirin.
- Fırından çıkarın, 10 dakika ılıması için bekleyin ve üzerine pudra şekeri serpererek servis yapın.

Yunanlıların sabah kahvaltıda yedikleri Bugatsa'yı bizim Laz böreğinin şurupsuzu gibi düşünmek mümkün. Basit ama gösterişli olan bu hafif tatlıyı çok seviyorum ve ne zaman yolum oraya düşse yemeden geçmiyorum.



Nathalie Stoyanof Suda

1975 yılında, İstanbul Kadıköy'de doğduğumda, ailenin dördüncü kuşağı babam Dimitri Stoyanof, bugün hâlâ hizmet veren Kadıköy Beyaz Fırın'ı yönetiyordu.

Beyaz Fırın aile işletmesi olduğu için küçük yaşlardan itibaren hep oradaydım. Beş yaşından beri babamın beni Kadıköy Beyaz Fırın'a götürdüğünü, o yaşında gözüme kocaman görünen pastanede sık sık ürünlerin tadına baktığımı hatırlarım.

İlkokuldan sonra Saint Benoît Fransız Lisesi'ne gittim. Burada gördüğüm eğitim sayesinde günümüzde hâlâ pastacılık sektörüne yön veren Fransız kültürüyle erken yaşta tanıştım. Bunlarla eş zamanlı olarak çocukluğumdan itibaren yaz tatillerimi önce Yeşilköy'de oturan anneannemin evinde, ileriki yıllarda ise San Francisco'da Stoyanof's Restaurant'ı işleten dedem, babaannem ve amcamın yanında, bilfiil çalışarak geçirdim.

Liseden sonra, Koç Üniversitesi'nde işletme okudum. Üniversitedeyken tatillerde hep Beyaz Fırın'ın mutfağında çalıştım. 1993 yılında Beyaz Fırın'ın Çiftahavuzlar mağazasını açtığımız dönemde ise artık pastacı olacağımı ve bu alanda ilerleyeceğimi biliyordum.

Üniversiteden sonra Le Cordon Bleu Paris'te pastacılık eğitimi almaya başladım. O güne kadar



alaylı bir eğitimden geçmiştim ama 2000 yılında mezun olduğumda artık mutfakta neyin nasıl yapılması gerektiğini biliyordum. Profesyonel olarak çalışmaya başladım. Evlendim, kızlarım Talya ve Liya doğdular.

Çok şanslıyım ki işim her zaman hobim ve dolayısıyla motivasyon kaynağım oldu. Aynı zamanda aile hayatını hep çok sevdim. Dostlarım ve ailemle birlikte sofrada geçirdiğimiz anlar benim için çok kıymetli. Ailece akşam yemeklerine misafir çağırılmayı, geniş aile ve arkadaşlarımızla birlikte olmayı seviyoruz.

Makedonya'da başlayan, anneannem ve komşularıyla filizlenip annemle perçinlenen İstanbul mutfağının ve dedem ile amcamın Stoyanof's Restaurant'ının lezzet hafızamda oluşturduğu etkileri, Beyaz Fırın'ın mutfağındaki deneyimlerle harmanlayıp büyüttüm. Tüm bu deneyimlerimi ailem, dostlarım ve arkadaşlarımla paylaştığım gibi sizlerle de paylaşmak istedim. Samimiyetle hazırladığım ve içinde 'yeni normal beslenme' anlayışına yer verdiğim bu kitabın size lezzetli ve keyifli sofralar sunacağını umuyorum.



@ nathalie_suda | beyazfirin.com

ISBN 978-975-14-2062-6



9 789751 420626