Kunden Kochmagazin

eurogida®

...täglich mediterrane Frische

KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN

NR. 09

November | 2017

AR City

www.arcitymedia.de

RUNTERLADEN UND SCANNEN

YAĞMURLAR ŞEHRİ, ÇAYIN BAŞKENTİ RİZE

RIZE, DIE STADT DES REGENS UND HAUPTSTADT DES TEES

eurogida.de

MIHLAMA

MIHLAMA

10

MAISBROT

MISIR EKMEĞİ

16

PEPEÇURA

PEPEÇURA

20

DIE DIGITALE UND REALE WELT VERSCHMELZEN IN DER ERWEITERTEN WIRKLICHKEIT

AR City App präsentiert die Technologie der erweiterten Wirklichkeit (augmented reality). Erleben Sie Lieblingsmarken und -produkte in einem neuen und faszinierenden Format. Durch Augmented Reality lassen sich nicht nur atemberaubende Nutzererlebnisse schaffen, sondern auch nützliche Informationen zu Ihrer Marke oder Ihrem Produkt anrufen.

Neugierig geworden? Dann laden Sie jetzt die AR City App herunter und scannen Sie die jeweilige Seite hier im Eurogida Kochmagazin, auf der Sie das AR City Logo sehen. Die erweiterte Wirklichkeit wird Sie begeistern!

DİJİTAL VE GERÇEK DÜNYA FARKLI BİR GERÇEKLİK BOYUTUNDA BİRLEŞİYOR

AR City App bu yeni teknolojiyle size sevdiğiniz ürün ve şirketleri bambaşka ve büyüleyici bir şekilde sunuyor. Artırılmış Gerçeklik (Augmented Reality) çarpıcı kullanıcı deneyimleri yaratmakla kalmaz aynı zamanda en sevdiğiniz marka ve ürünlerle ilgili bilmek isteyebileceğiniz tüm detayları size aktarır.

Meraklandınız mı? App Store ya da Play Store'dan hemen uygulamayı indirin ve dergide AR City logosu gördüğünüz sayfaları mobil cihazınızla tarayıp bu yeni teknolojinin keyfini çıkarmaya başlayın.

AR City

www.arcitymedia.de

Auf jeder Seite, auf der Sie das AR City Logo sehen, können Sie die erweiterte Wirklichkeit erleben.

Bu logoyu gördüğünüz her sayfada AR City artırılmış gerçeklik teknolojisi keyfini yaşayabilirsiniz.

INDEX
İÇİNDEKİLER

IMPRESSUM

Agentur / Verlag:
AR City Media GmbH
Pariserstraße 51 I 10719 Berlin
Telefon: +49 (0) 30 91466492
Fax: +49 (0) 30 91485957
E-Mail:mail@arcitymedia.de
Website:www.arcitymedia.de
Geschäftsführer: Dipl. –Ing. (FH)
Barış Yaşa

Herrausgeber: AC eurogida GmbH
Beusselstraße 44 n-q I 10553 Berlin
Telefon: +49 (30) 39 49 40 09
E-Mail: info@eurogida.de
Website: www.eurogida.de
Geschäftsführer: Celal Irgi

Chefredakteur: Macit Şahyazıcı
Redaktion: Ali Yapıcı &
Dipl. –Ing. (FH) Barış Yaşa
Übersetzung: Übersetzungsbüro A
Marketing: Ali Yapıcı &
Dipl. –Ing. (FH) Barış Yaşa
Bildbearbeitung, Layout und Satz:
AR City Media GmbH

Produktion / Druck:
Concept Medien & Druck GmbH
Bülowstraße 56-57 I 10783 Berlin

Auflage: 10.000 Stück
© AR City Media GmbH
Quelle: "Gesund türkisch kochen-leicht gemacht"; Bundesministerium für Gesundheit / Österreich; MOOR Yazılım Danış. ve Rek. Hiz. Ltd. Şti.
Quelle Fotos: shutterstock.com
Fotografie: Merve Ağın

8 KORKOTA (MAIS) SUPPE
KORKOTA (MISIR YARMASI) ÇORBASI

10 MIHLAMA
MIHLAMA

12 REIS MIT SARDELLEN
HAMSİLİ PİLAV

13 LAZ BÖREK
LAZ BÖREĞİ

16 MAISBROT
MISIR EKMEĞİ

18 GEFÜLLTE GRÜNKOHLBLÄTTER MIT OLIVENÖL
ZEYTİNYAĞLI KARALAHANA SARMASI

20 PEPEÇURA
PEPEÇURA

22 DAS UNVERZICHTBARE GETRÄNK TEE
SOFRALARIN VAZGEÇİLMEZİ ÇAY

26 NASSKUCHEN MIT TEE
ÇAYLI ISLAK KEK

28 DIESEN MONAT IM KINO
BU AY VİZYONDA

eurogida®

...täglich mediterrane Frische

Obst & Gemüse · *Feinkost* · *Fleischerei* · *Backwaren*

1. Tiergarten
   Turmstraße 43, 10551 Berlin
2. Wilmersdorf
   Bundesallee 180, 10717 Berlin
3. Neukölln 1
   Karl-Marx-Str. 225, 12055 Berlin (P)
4. Wedding 1
   Müllerstr. 32A-33, 13353 Berlin (P)
5. Wedding 2
   Badstr. 9, 13357 Berlin (P)
6. Spandau
   Breitestr. 37, 13597 Berlin
7. Schöneberg
   Potsdamerstr. 152, 10783 Berlin
8. Steglitz
   Albrechtstr. 19, 12167 Berlin (P)
9. Kreuzberg
   Wrangelstr. 85, 10997 Berlin
10. Tempelhof
    Tempelhofer Damm 2, 12101 Berlin
11. Reinickendorf
    Wilhelmsruher Damm 129, 13439 Berlin (P)
12. Charlottenburg
    Wilmersdorfer Str. 46, 10627 Berlin (P)
13. Neukölln 2
    Hermannstraße 218, 12049 Berlin

FILIALE STEGLITZ

Die Filiale liegt zentral im Herzen von Steglitz, genauer in der Albrechtstr. 19. Vor allem das Angebot aus unserer Fleischtheke überzeugt unsere Stammkunden. Die über 600 m² große Filiale in Steglitz ist schnell und bequem sowohl mit den öffentlichen Verkehrsmitteln als auch mit dem PKW erreichbar. Zusätzlich bieten wir dort einen kostenlosen Kundenparkplatz.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

STEGLITZ ŞUBESİ

Şubemiz, Steglitz'in tam merkezinde, Albrechtstr.'da yer almaktadır. Şubemizde bulunan kasap reyonumuzda müşterilerimize taze, sağlıklı ve özenle hazırlanmış et ürünlerini sunmaktayız. 600 m²'nin üzerinde bir alana sahip olan Steglitz şubemize, toplu taşıma ya da özel araçlarınızla hızlı ve konforlu bir şekilde ulaşabilirsiniz. Ayrıca, müşterilerimize özel ücretsiz otoparkımızdan da faydalanabilirsiniz.

Ziyeretinizden memnun olacağız!

Albrechtstraße 19,
12167 Berlin

Bus / Otobüs:
X83, 148, 180, 183, 185, 186

U-Bahn / S-Bahn:
U9 Rathaus Steglitz

Montag – Freitag / Samstags:
Pazartesi - Cuma / Cumartesi:
08.00 - 20.00

Tel: 030 / 70 09 64 10
Fax: 030 / 70 09 64 55

FOLGE UNS AUF FACEBOOK
Bizi FACEBOOK'tan takip edin.

AR City
www.arcitymedia.de
RUNTERLADEN UND SCANNEN

Für **Jäger.**
Für **Sammler.**
Für uns **alle.**

Ab sofort erhalten Sie mit unserer **Treuekarte** exklusive Angebote und tolle Rabatte.

www.wilmersdorfer-arcaden.de

WILMERSDORFER ARCADEN

RIZE

die STADT des REGENS

UND HAUPTSTADT DES TEES

YAĞMURLAR ŞEHRİ,

ÇAYIN BAŞKENTİ

Rize

RIZE IST DIE STADT DES REGENS. DÜRRE ODER TROCKENZEITEN SIND DORT UNBEKANNT. JEDE JAHRESZEIT IST REGNERISCH. AN FAST JEDEM TAG IM JAHR IST DER HIMMEL VON WOLKEN BEDECKT. DER REGEN WIRD, WIE DER TEE, IM HIMMEL GEBRÜHT UND IN GLÄSERN HERUNTERGESCHÜTTET, SAGT MAN IN RIZE.

RIZE, DAS SICH IN DER ÖSTLICHEN SCHWARZMEERREGION BEFINDET, IST MIT SEINER GEOGRAFISCHEN LAGE UND SEINER REICHEN KULTUR EINE TYPISCHE STADT DES SCHWARZEN MEERES. MIT SEINEN GRASGRÜNEN HOCHEBENEN, STEILEN TÄLERN, GLETSCHERSEEN, BERGEN MIT IHREN ERKLIMMBAREN GIPFELN, HISTORISCHEN BRÜCKEN, BURGEN UND WILDEN FLÜSSEN IST ES EIN BESONDERES TOURISMUSGEBIET. RIZE, DAS EIN WAHRES NATURWUNDER IST, IST PERFEKT FÜR DEN ÖKOTOURISMUS UND WIRD SEIT DEN LETZTEN JAHREN VON VIELEN BESUCHERN ALS REISEZIEL GEWÄHLT.

ASYA VE AVRUPA KITALARININ, YAĞMURLARIN ŞEHRİDİR RİZE. KURAKLIK NEDİR BİLMEZ. HER MEVSİMİ YAĞIŞLIDIR. YILIN NEREDEYSE TÜM GÜNLERİ BULUTLARIN GÖLGESİNDE GEÇER. YAĞMURU DA ÇAYI GİBİ GÖKYÜZÜNDE DEMLENİR VE BARDAK BARDAK BOŞANIR. DOĞU KARADENİZ BÖLGESİ'NDE YER ALAN RİZE, HEM COĞRAFİ YAPISI HEM DE KÜLTÜRÜ İLE KARADENİZ'İN EN KARAKTERİSTİK ÖZELLİKLERİNİ SERGİLER. YEMYEŞİL YAYLALARI, DİK YAMAÇLI VADİLERİ, BUZUL GÖLLERİ, DORUKLARINA ULAŞILABİLEN DAĞLARI, TARİHİ KEMER KÖPRÜLERİ, KALELERİ, COŞKUN IRMAKLARIYLA ÇOK ÖZEL BİR TURİZM BELDESİDİR. TAM BİR DOĞA HARİKASI OLAN RİZE, EKOTURİZM İÇİN MÜKEMMEL BİR DURAK OLUP ÖZELLİKLE SON YILLARDA ZİYARETÇİLERİN AKININA UĞRAMAKTADIR.

Manzara, Rize/Türkiye
Landschaft
Rize/Türkei

Mit seinen Hochebenen und zerklüfteten Bergen ist es perfekt für Bergsteigen und Naturwanderungen und mit seinen wilden Flüssen ideal für Kanu und Rafting. In seiner Umgebung kann man grüne Täler und einzelne Häuser auf den Hochebenen entdecken. In der Hauptstadt der Teeproduktion können Sie den genüsslichen Geruch der Teegärten schnuppern. Auf den Gipfeln begrüßen atemberaubende Gletscherseen die staunenden Besucher.

Die Ayder Hochebene ist mit ihren Holzhäusern, thermischen Erholungseinrichtungen und Gärten einer der beliebtesten Orte rund um Rize. Die Rize Burg, die das Stadtzentrum und die gesamte Küste übersieht, die Kaçkar Berge mit ihren schönen Wanderrouten, die Kemer-Brücke, eine der Steinbrücken über den wilden Flüssen, die saphirgrünen Hochebenen, wo noch immer die traditionelle Hochlandkultur ausgelebt wird, das Ikizdere-Tal und der Firtina-Bach, wo sich Rafting-Liebhaber treffen, die Anzer Hochebene, mit ihren Festen im August und ihrem weltberühmten Honig, die Zil-Burg, wo die Besucher mit einer Pracht und einer wunderschönen grünen Aussicht begrüßt werden und die größten natürlichsten Teegärten der Welt, sind einige der Orte, die Sie in Rize unbedingt besuchen sollten.

Yaylaları ve sarp dağlarıyla dağcılık ve doğa yürüyüşleri için, coşkun akarsuları ile kano ve rafting için en güzel güzergahları barındırır. Rota boyunca yeşil vadiler, yaylalara serpilmiş evler görülür. Doğal çay üretiminin ana vatanı olan şehirde, çay bahçelerinden gelen enfes kokuları duyarsınız. Tepelerde ise muhteşem buzul gölleri karşılar ziyaretçileri.

Ayder Yaylası; ahşap evleri, termal dinlenme tesisleri, çim bahçeleri ile vazgeçilmez ziyaret noktalarından biridir. Şehrin merkezini ve tüm sahili tepeden gören Rize Kalesi; keyifli yürüyüş rotalarına sahip Kaçkar Dağları; coşkun akarsuların üzerinde kurulmuş taş köprülerden biri olan Kemer Köprü; geleneksel yayla kültürünün hala yaşatıldığı zümrüt yeşili yaylalar; rafting severlerin uğrak yeri olan İkizdere Vadisi ve Fırtına Deresi; her ağustos ayında şenliklerin yapıldığı, balı dünyaca ünlü Anzer Yaylası; yeşilin hakim olduğu bölgede ziyaretçilerini ihtişamla karşılayan Zil Kale; dünyanın en büyük ve doğal çay bahçeleri Rize'nin mutlaka görülmesi gereken yerlerinden bazılarıdır.

Kaçkar Bergen
Kaçkar Dağları

In der Region, wo traditionelle Handwerkskünste noch immer ausgeübt werden, können Sie viele regionale Produkte finden.

Teekörbe aus Rohrgeflecht, Weintraubenkörbe und andere geflochtene Dinge sind in Massen erhältlich. Holz-Modellschiffe, Geigen und Hocker sind weitere beliebte Souvenirs. Außerdem sollte man den Rize-Tee und den weltberühmten Anzer-Honig nicht vergessen.

Das Naturwunder Rize, das in den letzten Jahren immer beliebter wurde, bietet auch viele Möglichkeiten zur Unterkunft. Neben Hotels und Pensionen für jedes Budget, gibt es alternative Unterkunftsmöglichkeiten wie Häuser zur Tagesmiete oder Berghäuser.

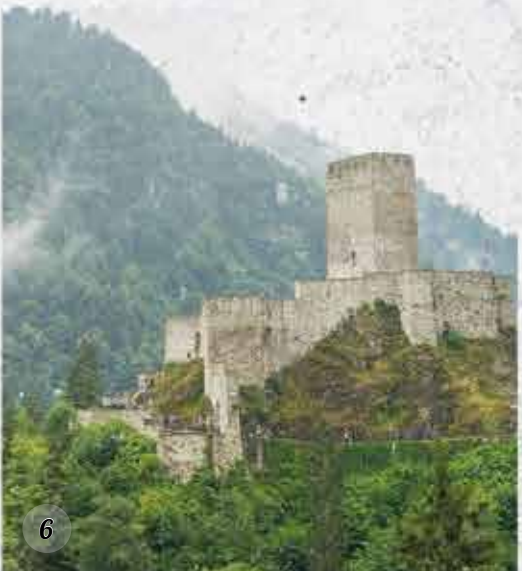
Diese schöne Stadt, wo Grün und Blau miteinander verschmelzen, bietet ihren Besuchern ein einzigartiges Erlebnis.

Geleneksel el sanatı üretiminin hala devam ettirildiği yörede, birçok yöresel ürün yapılmaktadır. Hasır örme çay sepetleri, üzüm sepetleri ve farklı örme eşyalar çokça bulunmaktadır.
Ahşap maket takalar, kemençeler, iskemleler de hediyelik eşya olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca Rize çayı ve yörenin dünyaca ünlü Anzer balı da unutulmamalıdır.

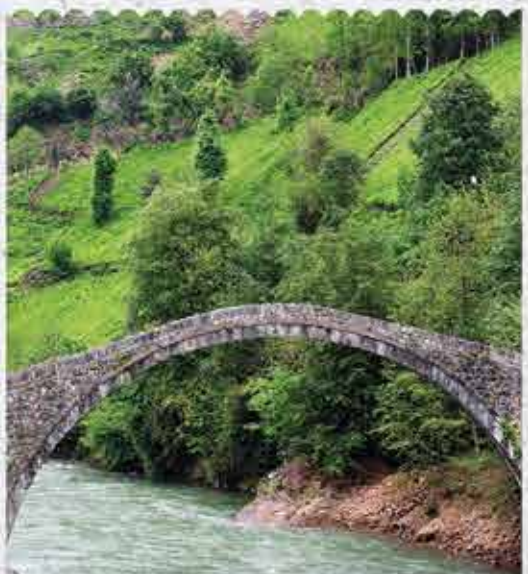
Doğa mucizesi olan ve son yıllarda fazlasıyla rağbet gören Rize'de, konaklama için de birçok seçenek bulmak mümkündür. Her bütçeye uygun oteller ve pansiyonların yanı sıra; günlük kiralık ev ya da daire, dağ evi kiralama gibi alternatif konaklama imkânları da vardır.

Yeşilin maviyle buluştuğu bu güzel kent, ziyaretçilerine benzersiz bir deneyim sunmaktadır.

Camlihemsin Zilkale
Çamlıhemşin Zilkale



alte Fußgängerbrücke
Eski Yaya Köprüsü



Ayder Plateau
Ayder Yaylası

YAYLA®

"Adı da başka, tadı da."

YAYLA ANNELER DEPARTMANI SENİ ARIYOR!

Seni YAYLA Anneler Departmanı'nı daha yakından tanımaya, fikir, öneri ve yorumlarınla ürünlerimizin gelişiminde bizzat söz sahibi ve ailemizin bir parçası olmaya davet ediyoruz.

Tüm gönüllü anne ve anne adayları başvurabilir! Detaylı bilgi için sayfamızı ziyaret edin.

www.yayla-tuerk.de

ANNELER DEPARTMANI YAYLA ONAYLI

Annelerin tercihi tabii ki YAYLA!

KORKOTA (MAIS) SUPPE

KORKOTA (MISIR YARMASI) ÇORBASI

ZUTATEN

1 Glas Mais
2 Gläser Joghurt
5 Gläser Wasser
Butter
Salz
Minze
Paprikaflocken (nach Wunsch)

MALZEMELER

1 su bardağı mısır yarması
2 su bardağı yoğurt
5 su bardağı su
Tereyağı
Tuz
Nane, pul biber (isteğe göre)

ZUBEREITUNG

Den Mais mit 4 Gläsern Wasser solange kochen, bis dieser weich wird. 1 Glas Wasser zum Joghurt hinzufügen, bis man die Konsistenz von Buttermilch hat. Den Joghurt-Mix langsam in die kochende Suppe einrühren. Bei geringer Hitze ständig umrühren. Für 10 Minuten kochen, Salz hinzufügen und vom Herd nehmen. In einer Pfanne die Butter schmelzen. Je nach Wunsch einfach oder zusammen mit Minze und Paprikaflocken etwas anbraten und über die Suppe geben. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Mısır yarması, 4 bardak su ile yumuşayana kadar haşlanır. Yoğurda 1 bardak su eklenerek ayran kıvamına getirilir. Yoğurtlu karışım, yavaş yavaş kaynayan çorba suyuna ilave edilir. Kısık ateşte sürekli karıştırılır. 10 dk. kadar pişirilip tuzu ilave edildikten sonra ocaktan alınır. Tereyağı, bir tavada kızdırılır. İsteğe göre sade olarak ya da nane ve pul biberle birlikte kavrularak çorbanın üzerine gezdirilir. Sıcak servis edilir.

Ihr Partner für Versicherungen, Vorsorge und Vermögensplanung

LVM-Versicherungsagentur

Aziz Akseki

Drontheimer Straße 3
13359 Berlin
Telefon 030 49989430
info@akseki.lvm.de

LVM VERSICHERUNG

MIHLAMA

MIHLAMA

ZUTATEN

5 Esslöffel Butter
5 Esslöffel Maismehl
300 Gr. Streifenkäse
2 Gläser Wasser
Salz

MALZEMELER

5 yemek kaşığı tereyağı
5 yemek kaşığı mısır unu
300 gr çeçil peyniri
(tel peynir)
2 su bardağı su
Tuz

ZUBEREITUNG

Die Butter in eine große Pfanne geben. Nachdem diese geschmolzen ist, das Maismehl hinzufügen, und ständig umrühren. Sobald das Maismehl seine Farbe ändert, je nach Konsistenz langsam Wasser hinzufügen. Danach das Salz hinzugeben. Wenn das Wasser kocht und das Maismehl aufgegangen ist, den Käse in die Pfanne geben. Ab und zu umrühren und bei geringer Hitze kochen lassen. Sobald die Butter nach oben steigt, die Pfanne vom Herd nehmen. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Tereyağı büyük bir tavaya koyulur. Eriyip kızdıktan sonra mısır unu eklenerek sürekli karıştırılarak mısır unu kavrulur. Mısır unu renk aldığında, kıvamına göre suyu azar azar ilave edilir. Ardından tuzu eklenir.
Su kaynayıp mısır unu şiştikten sonra tavaya peynir ilave edilir. Mıhlama, ara sıra karıştırılarak kısık ateşte pişmeye bırakılır. Tereyağı üste çıkıp renk aldığında tava ocaktan alınır. Sıcak servis edilir.

LEZZETİ
TÜRKİYE'DEN

Anadolu'nun Bereketi Sofranızda

LEZİZ TARİFLER
FÜR HIMMLISCHE GERICHTE
Leckere rezepte
SCHNELL UND EINFACH
NEFİS YEMEKLER İÇİN HIZLI VE KOLAY

REIS MIT SARDELLEN

HAMSİLİ PİLAV

ZUTATEN

1 Kg Sardellen
1,5 Gläser Reis
3 Esslöffel Maismehl
1 Zwiebel
2 Esslöffel Korinthen
1,5 Gläser kochendes Wasser
Öl
Petersilie
Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel

MALZEMELER

1 kg hamsi
1,5 su bardağı pirinç
3 yemek kaşığı mısır unu
1 adet soğan
2 yemek kaşığı kuş üzümü
1,5 su bardağı kaynar su
Sıvıyağ
Maydanoz
Tuz, karabiber, kimyon

4 KİŞİLİK
FÜR 4 PERSONEN

ZUBEREITUNG

Für den Reis die Zwiebeln klein schneiden und in Öl anbraten. Die für eine Weile ins Wasser gelegten Korinthen und den Kreuzkümmel hinzufügen und für ein paar Minuten braten. Den Reis und danach Salz und Pfeffer hinzugeben. Umrühren, das Wasser hinzugeben, den Deckel schließen und kochen lassen. Währenddessen die Backform mit Öl einstreichen. Nachdem man etwas Maismehl in Form gestreut hat, die gesäuberten Sardellen mit der Haut nach unten in die Form legen. Sobald der Reis das Wasser aufgesaugt hat, diesen auf die Sardellen in der Backform verteilen. Die restlichen Sardellen auf den Reis mit Haut nach oben legen. Etwas Öl auf die Sardellen geben und mit etwas Maismehl bestreuen. Im vorgeheizten Ofen für etwa 30 Minuten bei 180° backen, bis die Sardellen gar sind. 10 Minuten stehen lassen, danach in Scheiben servieren.

HAZIRLANIŞI

İç pilavı için yemeklik doğranan soğanlar sıvıyağda sotelenir. Bir süre sıcak suda bekletilmiş olan kuş üzümleri ve kimyon ilave edilerek birkaç dakika daha kavrulur. Pirinç de tencereye alınarak tuz ve karabiber eklenir. Karıştırıldıktan sonra suyu ilave edilir, kapağı kapatılır ve pişmeye bırakılır. Diğer tarafta fırın kabını sıvıyağla yağlanır. Biraz mısır unu serpildikten sonra, temizlenip ayıklanmış hamsiler, derileri altta kalacak şekilde fırın kabına dizilir. Pilav suyunu çektikten sonra tepsideki hamsilerin üzerine yayılır. Kalan hamsiler, derileri üstte kalacak şekilde pilavın üzerine dizilerek pilav kaplanır. Hamsilerin üzerine biraz sıvıyağ gezdirilir ve kalan mısır unu serpilir. Önceden ısıtılmış 180° fırında, hamsilerin üzeri pembeleşene kadar yaklaşık 30 dk. pişirilir. 10 dk. kadar dinlendirildikten sonra dilimlenerek servis edilir.

LAZ BÖREK

LAZ BÖREĞİ

ZUBEREITUNG

Für den Sirup das Wasser und den Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Sobald die Konsistenz stimmt, den Zitronensaft hinzugeben und zum Abkühlen vom Herd nehmen. Für den Pudding Milch, Stärke, Mehl, Eigelb, Zucker und eine Prise Pfeffer in einen Topf geben und solange umrühren, bis keine Klumpen mehr vorhanden sind. Danach bei mittlerer Hitze kochen lassen, bis dieser dick wird. Den Pudding vom Herd nehmen und mit einem Mixer gut vermischen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und das Ofentablett einschmieren. Zuerst zehn Yufka auf das Tablett legen und dazwischen Butter streichen. Auf die Yufka den warmen Pudding verteilen. Auf den Pudding die restlichen Yukfa legen und zwischen den Schichten Butter streichen. Auf das letzte Yufka Butter streichen und diese dann in Vierecke schneiden. Im vorgeheizten Ofen für etwa 40 Minuten bei 180° backen. Aus dem Ofen nehmen und sofort den Sirup darüber gießen. Warm oder kalt servieren. Je nach Wunsch kann man diesen auch mit Pistazienpulver oder Walnüssen servieren.

ZUTATEN

20 fertige Baklava-Yufka,
200 Gr. Butter

FÜR DEN PUDDING:

1 Liter Milch
2 Esslöffel Mehl
3 Esslöffel Stärke
3 Esslöffel Zucker
2 Eigelbe
Pfeffer

FÜR DEN SIRUP:

1,5 Gläser Wasser
1,5 Gläser Zucker
Ein paar Tropfen Zitronensaft

MALZEMELER

20 adet hazır baklava yufkası
200 gr tereyağı

MUHALLEBİSİ İÇİN

1 lt süt
2 yemek kaşığı un
3 yemek kaşığı nişasta
3 yemek kaşığı toz şeker
2 yumurta sarısı
Karabiber

ŞERBETİ İÇİN:

1,5 su bardağı su
1,5 su bardağı toz şeker
Birkaç damla limon suyu

HAZIRLANIŞI

Şerbet için; su ve toz şeker, bir tencerede kaynamaya bırakılır. Kıvamını aldıktan sonra limon suyu eklenerek soğuması için ocaktan alınır. Muhallebi için; süt, nişasta, un, yumurta sarısı, toz şeker ve az miktarda karabiber bir tencereye alınarak, pürüzsüz bir kıvama gelene kadar karıştırılır. Daha sonra orta ateşte koyulaşana kadar pişirilir. Hazırlanan muhallebi, ocaktan alındıktan sonra bir mikser ile iyice karıştırılır. Tereyağı, bir tavada yakmadan eritilir ve fırın tepsisi yağlanır. Tepsinin altına, on adet yufka, aralarına tereyağı sürülerek yerleştirilir. Yufkaların üstüne, hazırlanan sıcak muhallebi yayılır. Muhallebinin üzerine, kalan yufkalar, aralarına tereyağı sürülerek kat kat dizilir. Son yufkanın üzerine de tereyağı sürüldükten sonra yufkalar kare kare dilimlere ayrılır. Önceden 180° ısıtılmış fırında üzeri pembeleşene kadar yaklaşık 40 dk. pişirilir. Fırından çıkar çıkmaz üzerine soğuk şerbet gezdirilir. Ilık ya da soğuk olarak servis edilir. İsteğe göre toz antep fıstığı ya da cevizle servis edilebilir.

KAPTANLAR®

Sağlıklı Lezzetler

YENİ!

الخضراء
Al Khadraa

Okra Zero
400 g

Molokhia-gehackt
400 g

Coriander
400 g

Artischocken
400 g

Erbseb - mittelfein
450 g

PERA Fleischgroßhandel GmbH

Ihr Spezialist für Fleisch

Bestell-Hotline: 030 - 398 44 640

Besuchen Sie auch unseren Online-Shop unter: www.p-e-r-a.de

DE
BE-10147
EG

PERA Fleischgroßhandel GmbH
Beusselstr. 44N-Q Haus 33b,
10553 Berlin

www.p-e-r-a.de
info@p-e-r-a.de

Mobil: **0175 826 5926** (Hamit SEVİNÇ)
BESTELL-HOTLINE: **030 – 398 44 640**
Fax: **030 - 398 09 144**

WIR BELIEFERN SUPERMÄRKTE IN UND UM BERLIN.

Willkomen bei Pera Fleischgroßhandel GmbH. Als EU-Zerlegebetrieb und Fleischgroßhandel in Berlin überzeugen wir Sie gern mit qualitativem, hochwertigem Fleisch vom Rind, Kalb, Lamm und Geflügel. Zusätzlich mit Fertiggerichte von Anur, Kaptanlar und Al Khadraa.

PERA Fleischgroßhandel GmbH

Ihr Spezialist für Fleisch

MAISBROT

MISIR EKMEĞİ

ZUTATEN

1 Kg Maismehl
1 Päckchen Backpulver
3 Esslöffel Joghurt
Ein halbes Glas Mehl
Ein halbes Glas Öl
1 Kaffeelöffel Zucker
Salz
Kochendes Wasser

MALZEMELER

1 kg mısır unu
1 paket kabartma tozu
3 yemek kaşığı yoğurt
Yarım su bardağı un
Yarım su bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı şeker
Tuz
Kaynar su

ZUBEREITUNG

Das Maismehl sieben. In eine Schüssel geben und alle Zutaten hinzufügen. Langsam Wasser hinzugeben und den Teig dabei kneten. Solange Wasser hinzufügen, bis ein weicher Teig entsteht. Wenn der Teig fertig ist, das Ofentablett gut einfetten. Darauf Mehl streuen. Den Teig auf das Tablett legen und in Brot-Form bringen. Darauf etwas Mehl streuen und für 40 Minuten bei 200° backen. Das Brot kann man warm beim Frühstück aber auch bei anderen Mahlzeiten essen.

HAZIRLANIŞI

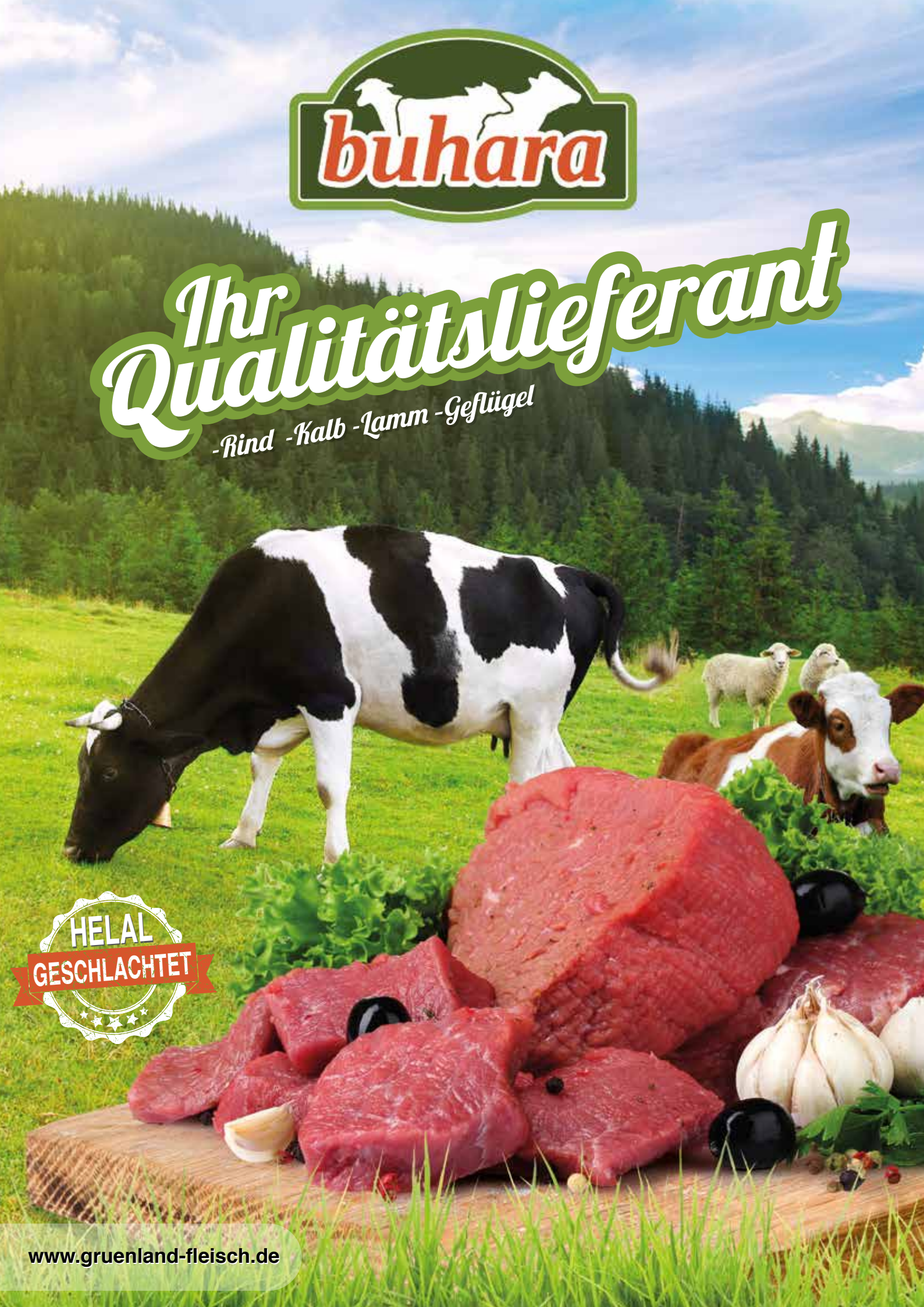
Mısır unu elenir. Bir karıştırma kabına alınarak içine tüm malzemeler eklenir. Azar azar su ilave eklenerek yoğrulmaya başlanır. Yumuşak bir hamur elde edilene kadar su ilave edilir. Kıvam aldıktan sonra fırın tepsisi iyice yağlanır. Üzerine un serpilir. Hamur tepsiye yayılarak ekmek şekli verilir. Üzerine hafifçe un serpilerek önceden ısıtılmış 200° fırında 40 dk. kadar pişirilir. Sıcak olarak kahvaltılarda tüketilebileceği gibi, diğer öğünlerle birlikte de servis edilebilir.

LEZİZ TARİFLER
FÜR HIMMLISCHE GERICHTE
Leckere rezepte
SCHNELL UND EINFACH
NEFİS YEMEKLER İÇİN HIZLI VE KOLAY

buhara

Ihr Qualitätslieferant

-Rind -Kalb -Lamm -Geflügel



www.gruenland-fleisch.de

GEFÜLLTE GRÜNKOHLBLÄTTER MIT OLIVENÖL

ZEYTİNYAĞLI KARALAHANA SARMASI

ZUTATEN

2 Bünde Grünkohl
1 Esslöffel Tomatenmark
1 Glas Olivenöl
3 Gläser Reis
2 Zwiebeln
1 Bund Petersilie
1 Esslöffel Minze
1 Kaffeelöffel rotes Paprikapulver
Salz, Pfeffer

MALZEMELER

2 bağ karalahana
1 yemek kaşığı salça
1 su bardağı zeytinyağı
3 su bardağı pirinç
2 adet kuru soğan
1 demet maydanoz
1 yemek kaşığı nane
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
Tuz, karabiber

ZUBEREITUNG

Den Grünkohl gut waschen, kochen und abtropfen. Für die Füllung die Zwiebeln klein schneiden und in Olivenöl braten. Die fein geschnittene Petersilie und das Tomatenmark hinzufügen und weiter braten. Den gewaschenen und abgetropften Reis ebenfalls in die Mischung geben. Minze, Paprikapulver, Salz und Pfeffer hinzufügen und vom Herd nehmen. Die Grünkohlblätter in zwei Stücke teilen. Die Blätter füllen, einrollen und in einen Topf legen. Darauf etwas Salz und ein halbes Teeglas Olivenöl geben. So viel Wasser hinzufügen, dass die Oberfläche nicht bedeckt ist, und bei geringer Hitze kochen lassen. Danach auf den Servierteller nehmen und je nach Wunsch mit Zitronenscheiben dekorieren. Kann heiß, warm oder kalt serviert werden.

HAZIRLANIŞI

Karalahanalar iyice yıkandıktan sonra haşlanıp süzülür. Sarmanın içi için; soğanlar küçük küçük doğranıp zeytinyağında kavrulur. İnce kıyılmış maydanoz ve salça ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Yıkanıp süzülen pirinç, kavrulan malzemeye ilave edilir. Nane, toz biber, tuz ve karabiber eklenerek ocaktan alınır. Karalahanalar boydan ikiye bölünür. Yapraklara iç harçtan doldurulur ve bir tencereye dizilir. Üzerine biraz tuz ve yarım çay bardağı kadar zeytinyağı gezdirilir. Üzerine çıkmayacak kadar sıcak su eklenerek kısık ateşte pişmeye bırakılır. Piştikten sonra servis tabağına alınarak isteğe göre limon dilimleri ile süslenir. Sıcak, ılık ya da soğuk servis edilebilir.

6 KİŞİLİK
FÜR 6 PERSONEN

GAZİ®
Hayat seninle güzel

YENİ: GAZİ BEYAZ PEYNİR 65 % - ÖZEL KREMSİ TADI İLE ŞİMDİ MARKETLERDE

gazi.de

PEPEÇURA

PEPEÇURA

ZUTATEN

1 kg siyah üzüm
3 – 4 su bardağı su
1 su bardağı toz şeker
4 yemek kaşığı nişasta
2 yemek kaşığı mısır unu

•

MALZEMELER

1 Kg schwarze Weintrauben
3-4 Gläser Wasser
1 Gläser Zucker
4 Esslöffel Stärke
2 Esslöffel Maismehl

6 KİŞİLİK
FÜR 6 PERSONEN

ZUBEREITUNG

Die Weintrauben gut waschen und vom Stängel abtrennen. In einem großen Topf diese zusammen mit Wasser und Zucker kochen lassen. Solange kochen, bis die Weintrauben zermatscht sind, den Rest durch ein Sieb geben und mit einem Holzlöffel zerquetschen. Zwei Gläser des Weintraubensaftes auf den Herd nehmen. Zuerst Stärke, danach langsam Maismehl in den Weintraubensaft geben. Den restlichen Traubensaft in den Topf geben und gut vermischen. Sobald die Mischung dicker geworden ist, vom Herd nehmen und in Schüssel geben. Nachdem diese abgekühlt sind, die Schüsseln in den Kühlschrank stellen. Auf Wunsch mit Weintrauben verzieren und kalt servieren.

HAZIRLANIŞI

Üzümler iyice yıkanarak tanelerine ayrılır. Geniş bir tencerede, su ve şeker ilavesiyle pişmeye bırakılır. Üzümler eriyene kadar piştikten sonra süzgeçten geçirilerek ezilmemiş üzümler bir tahta kaşıkla ezilir. Üzüm suyunun iki su bardağı kadarı ocağa alınır. Önce nişasta, ardından mısır unu yavaş yavaş ilave edilerek üzüm suyuna yedirilir. Geriye kalan üzüm suyu da tencereye ilave edilerek karıştırılır. Kıvamını aldıktan sonra ocağın altı kapatılır ve kâselere paylaştırılır. Ilıdıktan sonra buzdolabında soğumaya bırakılır. İsteğe göre üzüm taneleriyle süslenerek soğuk servis edilir.

tatlıcılar

Tiramisu

Alıştığınız kalite, benzersiz
Tiramisu lezzetiyle şimdi reyonlarda...

DAS UNVERZICHTBARE GETRÄNK TEE

SOFRALARIN VAZGEÇİLMEZİ ÇAY

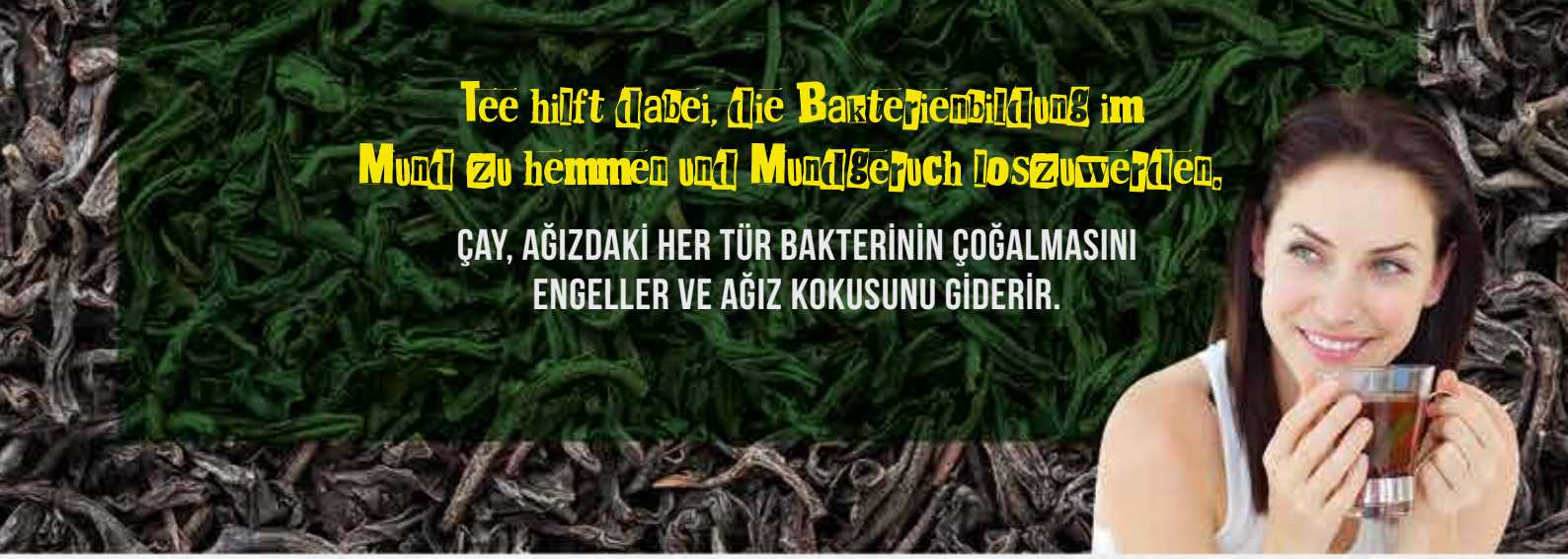
DER TEE WIRD AUS DEN BLÄTTERN DER PFLANZE CAMELLIA SINENSIS GEWONNEN. ZWEI DRITTEL DER MENSCHHEIT TRINKEN NACH WASSER AM HÄUFIGSTEN TEE. IN DER TÜRKEI SORGT DER TEE FÜR DAS TÄGLICHE BROT IN DER SCHWARZMEERREGION UND WIRD IN MASSEN IN RIZE ANGEBAUT. DIE ÖSTLICHE SCHWARZMEERREGION IST AUFGRUND IHRER GEOGRAFISCHEN STRUKTUR, IHRER BÖDEN UND IHRES KLIMAS FÜR DEN ANBAU VON TEE SEHR GEEIGNET. DESWEGEN IST DER TÜRKISCHE TEE AUFGRUND SEINER NATÜRLICHKEIT IN DER GANZEN WELT BELIEBT.

CAMELLIA SINENSIS OLARAK BİLİNEN BİTKİNİN YAPRAKLARINDAN ELDE EDİLEN ÇAY, DÜNYA NÜFUSUNUN ÜÇTE İKİSİNİN TÜKETTİĞİ VE BUGÜN SUDAN SONRA EN ÇOK TERCİH EDİLEN İÇECEKTİR. TÜRKİYE'DE, KARADENİZ BÖLGESİ'NİN GEÇİM KAYNAĞI OLAN ÇAY, RİZE VE YÖRESİNDE YOĞUN BİR ŞEKİLDE YETİŞTİRİLMEKTEDİR. DOĞU KARADENİZ BÖLGESİ COĞRAFI YAPISI, TOPRAĞI VE İKLİMİ BAKIMINDAN ÇAY YETİŞTİRİLMESİ İÇİN ÇOK ELVERİŞLİDİR. BU YÜZDEN TÜRK ÇAYI, DÜNYADAKİ EN DOĞAL ÇAY DURUMUNDADIR.

Alıştığınız tat, yeni ad

SUNTAT®
Mediterranean Products

www.suntat.de



Tee hilft dabei, die Bakterienbildung im Mund zu hemmen und Mundgeruch loszuwerden.

ÇAY, AĞIZDAKİ HER TÜR BAKTERİNİN ÇOĞALMASINI ENGELLER VE AĞIZ KOKUSUNU GİDERİR.

VORTEILE DES TEES

Das im Tee enthaltene Koffein beseitigt Müdigkeit und hilft den Gehirnzellen besser zu arbeiten. Es erhöht Konzentration und Wahrnehmungsfähigkeit. Aufgrund der Inhaltsstoffe hilft Ihnen Tee dabei, sich energiegeladener zu fühlen. Vor allem ein Glas Tee vor dem Sport wird Ihre Leistung steigern und dafür sorgen, dass Sie länger in Bewegung bleiben.

ÇAYIN FAYDALARI

Çayın içinde bulunan kafein, yorgunluk hissini giderir ve beyindeki hücrelerin daha çok çalışmasını sağlar. Konsantrasyon ve algı yetilerini artırır. Çay, içerdiği maddeler sayesinde daha enerjik hissetmenizi sağlar. Özellikle spordan önce içilen bir bardak çay, performansınızı artırarak daha uzun süre yorulmadan hareket etmenizi sağlar.

HILFT BEIM GEWICHTSVERLUST

Die stimulierenden Stoffe im Tee beschleunigen die Durchblutung und den Stoffwechsel und steuern die Hormone, die im Körper für die Fettlagerung zuständig sind. Da aufgebrühter Tee keine Proteine, Fette oder Zucker enthält, hat er null Kalorien.

KİLO VERMEYE YARDIMCI

Çayın içindeki uyarıcı maddeler kan akışını ve metabolizmayı hızlandırır, vücutta yağ depolanmasına sebep olan hormonları kontrol altına alır. Demlenmiş çay protein, yağ veya şeker içermediği için kalorisi sıfırdır.

SCHWARZER TEE GEGEN KREBS

Die Anti-Krebs-Wirkung des schwarzen Tees ist wissenschaftlich bewiesen. Da Tee sehr reich an Antioxidantien ist, verringert er Krebs- und Alterungseffekte. Man sagt, dass das Auftragen auf die Haut sogar das Risiko für Hautkrebs verringert.

DIE ANTI-KREBS-WIRKUNG DES SCHWARZEN TEES IST WISSENSCHAFTLICH BEWIESEN.

KANSERE KARŞI SİYAH ÇAY

Siyah çayın kanser önleyici etkileri kanıtlanmıştır. Antioksidan bakımından çok zengin olan bir bitki olan çay, kanser yapıcı ve yaşlandırıcı etkileri azaltıyor. Ayrıca cilde sürüldüğünde, cilt kanseri riskini de azalttığı söyleniyor.

SCHÖNE HAUT

Schwarzer Tee, der antibakteriell, entzündungshemmend und reich an Antioxidantien ist, ist eine ideale Zutat für Gesichtsmasken. Sobald schwarzer Tee auf die Haut aufgetragen wird, bekämpft er die Effekte von Infektionen und Alterung, belebt die Haut und hilft dieser, sich zu regenerieren.

CİLT GÜZELLİĞİ

Anti-bakteriyel, iltihap giderici ve antioksidan maddeler açısından zengin olan siyah çay, yüz maskeleri için ideal bir üründür. Siyah çay cilde uygulandığında enfeksiyonlarla ve yaşlanmanın etkileriyle savaşır, cilde canlılık verir ve cildin onarımına yardımcı olur.

MUNDGESUNDHEIT

Tee hilft dabei, die Bakterienbildung im Mund zu hemmen und Mundgeruch loszuwerden. Es verhindert die Bildung von Zahnbelag, verringert das Kariesrisiko und stärkt das Zahnfleisch.
Personen mit Eisenmangel sollten Tee nicht direkt nach dem Essen trinken, sondern mindestens 30 Minuten warten. Außerdem sollte Tee nicht zu heiß oder mit zu viel Zucker getrunken werden.

AĞIZ SAĞLIĞI

Çay, ağızdaki her tür bakterinin çoğalmasını engeller ve ağız kokusunu giderir. Ağızda bakteri plağı oluşmasının önüne geçer, diş çürüğü riskini azaltır, diş minesini güçlendirerek diş çürümelerine karşı koruma sağlar. Demir eksikliği olan kişiler, çayı yemeklerden hemen sonra içmemeli, en az 30 dakika beklemelidir. Ayrıca çay çok sıcak veya çok şekerli tüketilmemelidir.

SİYAH ÇAYIN KANSER ÖNLEYİCİ ETKİLERİ KANITLANMIŞTIR.

KNAPPSCHAFT

für meine Gesundheit!

GROßER SCHUTZ DURCH KLEINEN PIEKS IMPFEN FÜR KINDER UND ELTERN

Sie sind besorgt um die Gesundheit Ihrer Kinder und Ihrer Familie?

Impfungen helfen die Familie vor ansteckenden Krankheiten zu schützen.Impfungen können Erkrankungen vorbeugen, die für Kinder und Erwachsene lebensbedrohlich verlaufen könnten.

Daher übernimmt die KNAPPSCHAFT für Sie als Mitglied die Kosten der Impfung; egal, ob Grippe, Masern, Röteln oder Mumps….

Und auch die Schutzimpfungen für Ihre Reise im kommenden Sommer sind für Sie bei der KNAPPSCHAFT all-inklusive. Welche Impfungen Sie und Ihre Kinder benötigen, erfahren Sie bei Ihrem Haus- oder Kinderarzt.

Nutzen Sie als Mitglied der KNAPPSCHAFT die Möglichkeit zur Vorsorge und zum Schutz Ihrer Familie.

(030) 613 760 0

berlin@knappschaft.de

AR City
www.arcitymedia.de
RUNTERLADEN UND SCANNEN

NASSKUCHEN MIT TEE

ÇAYLI ISLAK KEK

ZUTATEN

3 Eier
1,5 Gläser Zucker
1 Glas Öl
1 Glas gebrühter kalter Tee
1 Päckchen Backpulver
1 Paket Vanille
1 Teelöffel Zimt
3 Esslöffel Kakao
2 Gläser Mehl

FÜR DIE SOßE:

1,5 Glas Milch
3,5 Esslöffel Zucker
2 Esslöffel Kakao
Ein halbes Glas Öl
Ein halbes Glas Wasser
80 g Bitterschokolade

MALZEMELER

3 yumurta
1,5 su bardağı toz şeker
1 su bardağı sıvıyağ
1 su bardağı demlenmiş soğuk çay
1 paket kabartma tozu
1 paket vanilya
1 çay kaşığı tarçın
3 yemek kaşığı kakao
2 su bardağı un

SOSU İÇİN:

1,5 su bardağı süt
3,5 yemek kaşığı toz şeker
2 yemek kaşığı kakao
Yarım su bardağı sıvı yağ
Yarım su bardağı su
80 g bitter çikolata

ZUBEREITUNG

Für den Kuchenteig die Eier mit dem Zucker mithilfe eines Mixers aufschlagen. Öl, Tee, Kakao, Vanille und Backpulver hinzufügen und weiter mit dem Mixer vermischen. Den Teig in eine eingefettete rechteckige Kuchenform geben und im vorgeheizten Ofen bei 180° backen. Für die Soße alle Zutaten außer der Schokolade in einem Topf kochen. Sobald die Mischung kocht, die Schokolade hinzufügen und solange umrühren, bis diese schmilzt. Danach vom Herd nehmen. Die Soße abkühlen lassen. Den Kuchen für 10 Minuten stehen lassen und danach die Soße darüber gießen. Eine Weile bei Zimmertemperatur stehen lassen und danach in viereckigen Stücken servieren.

HAZIRLANIŞI

Kek hamuru için; yumurtalar toz şekerle birlikte mikser yardımıyla iyice çırpılır. Sıvıyağ, çay, kakao, vanilya ve kabartma tozu ilave edilerek çırpılmaya devam edilir. Hazırlanan hamur, yağlanmış dikdörtgen bir kek kalıbına dökülerek önceden ısıtılmış 180° fırında pişirilir. Sos için; çikolata dışındaki tüm malzemeler bir tencerede kaynatılır. Kaynamaya başlayınca içine çikolatalar atılıp eriyene kadar karıştırılır ve ocağın altı kapatılır. Sos, ılımaya bırakılır. Kek piştikten sonra 10 dk. kadar bekletilir ve üzerine ılık sos dökülür. Oda ısısında bir süre bekletildikten sonra, kare kare dilimlenerek servis edilir.

EINE PRISE GESCHMACK...

Bir tutam lezzet...

arba GEWÜRZE

www.arba-berlin.de

Tempelhofer Weg 12 12347 Berlin
Tel.: 030/ 521 37 89 30 **Fax:** 030/ 521 37 89 40
E-Mail: info@arba-berlin.de

DIESEN MONAT IM KINO

BU AY VİZYONDA

LADY MACBETH

Regisseur: William Oldroyd

Darsteller: Florence Pugh, Cosmo Jarvis, Paul Hilton

Art: Drama, Historie, Romanze

HANDLUNG

Katherine heiratet mit dem Zwang ihres Vaters einen Mann. Die junge Frau, die ein unglückliches Leben führt, verliebt sich in Sebastian, der in den Feldern arbeitet. Katherine nimmt alles in Kauf, um mit Sebastian zusammen sein zu können.

LADY MACBETH

Yönetmen: William Oldroyd

Oyuncular: Florence Pugh, Cosmo Jarvis, Paul Hilton

Tür: Dram, Tarihi, Romantik

KONUSU

Katherine, babasının zorlamasıyla bir adamla evlenmiştir. Mutsuz bir ev hayatı olan genç kadın, tarlalarında çalışan Sebastian'a aşık olur. Katherine, Sebastian ile beraber olmak için her şeyi göze almıştır.

SUBURBICON

Regisseur: George Clooney

Darsteller: Matt Damon, Julianne Moore, Oscar Isaac

Art: Krimi, Drama, Komödie

HANDLUNG

Die Familie Lodge lebt in einem friedlichen Vorort. Auch wenn dieser Ort perfekt aussieht, laufen im Hintergrund ganz andere Sachen.

SUBURBICON

Yönetmen: George Clooney

Oyuncular: Matt Damon, Julianne Moore, Oscar Isaac

Tür: Suç, Dram, Komedi

KONUSU

Lodge ailesi, huzurlu bir banliyö mahallesinde yaşamaktadır. Burası her şeyiyle harika bir yer gibi görünse de, perde arkasında çok daha farklı gerçekler vardır.

JUSTICE LEAGUE

Regisseur: Zack Snyder
Darsteller: Ben Affleck, Gal Gadot, Jason Momoa
Art: Action, Fantasy, Sci-Fi

HANDLUNG

Batman und Wonder Woman sind bereit, für das Schicksal der Menschheit zu kämpfen. Allerdings müssen sie angesichts einer neuen Bedrohung das ganze Team zusammenbringen und die Welt retten.

JUSTICE LEAGUE

Yönetmen: Zack Snyder
Oyuncular: Ben Affleck, Gal Gadot, Jason Momoa
Tür: Aksiyon, Fantastik, Bilim Kurgu

KONUSU

Batman ve Wonder Woman insanlığın kaderi için savaşmaya hazırlardır. Fakat karşılarına çıkan yeni tehdit karşısında tüm takımı bir araya getirmek ve dünyayı kurtarmak zorundadırlar.

ÖZ KAYSERİ PASTIRMA®

Lezzet ve Kaliteninin Sembolü

20 YIL

YENİ

TANITALIM:
ÇORBALIK DİL
Öz-Kayseri ailesine bir çorba daha.

DLG - Preis für langjährige Produktqualität

حلال HELAL

YENİ

TANITALIM:
PASTIRMA CİPS
Pastırmadan bir ürün yarattık.

Mond-Star-Pastirma Schinkenproduktions GmbH • Max-Planck-Ring 31 • D-65205 Wiesbaden-Delkenheim
Tel.: 0049 (0) 6122 - 50 46 0 • Fax: 0049 (0) 6122 - 50 46 - 10 • E-Mail: info@oz-kayseri.de

www.oz-kayseri.de

PEYNİR KUTUSU AÇMAK ÇOCUK OYUNCAĞI!

ÇEKAÇ

www.sutdiyari.eu

SÜTDİYARI®