Marmararegion:

Susurluk Ayrani (das **türkische Joghurtgetränk** ist nicht nur ein wunderbarer Durstlöscher, sondern auch sehr gesund)
Zutaten:

400 gr Naturjoghurt (3,5% Fett)
600 gr kaltes Wasser
2 Teelöffel Salz, nach Ihrem Geschmack

Anleitung: Alle Zutaten in einen Mixer geben und schaumig schlagen
Kalt wahlweise mit frischen Minze servieren.

Südanatolien:

Ezo Gelin Corbasi - Suppe der Braut Ezo

Zutaten für 4 Personen:
100 gr rote Linsen
100 gr feiner Bulgur
1 Zwiebel
60 gr Butter
2 EL Tomatenmark
1 TL scharfes Paprikapüree/Paprikamark
1 TL getrocknete Minze
Glatte Petersilie – etwas zum garnieren
Salz und Pfeffer – am Besten abschmecken

Die Linsen und Bulgur in einem Sieb abspühlen. Zwiebel fein Würfeln. In einem Topf 30 Gramm Butter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Mit 1 1/2 Liter Wasser ablöschen. Linsen und Bulgur einrühren. Tomatenmark in 1/4 Liter Wasser glattrühren und dazugeben. Alles bei schwacher Hitze 45 Min garen. Die Suppe mit einem Pürierstab gut durchmixen. Falls sie zu dick ist noch etwas Wasser nachgießen. Mit Paprikapüree, Salz, Pfeffer herzhaft abschmecken. Die restliche Butter in einem Pfännchen erhitzen und die Minze unterrühren ind alles in die Suppe geben. Mit gehackter Petersilie garnieren.

Ägäisregion:

Imam Bayildi - Der Imam fiel in Ohnmacht

Zutaten:
3 St Auberginen
4 St Zwiebeln klein gewürfelt oder in dünne Ringe geschnitten
4 St Fleischtomaten gehäutet und klein gewürfelt
3 St grüne Spitzpaprika klein gewürfelt
3 St Knoblauchzehen fein gehackt
1 Bund glatte Petersilie fein gehackt
200 ml Natives Olivenöl Extra (am Besten aus der Ägäis z.B. Ayvalik)
1 TL Zucker
etwas Salz und Pfeffer aus der Mühle
Zum Garnieren
1- 2 St Tomaten in Scheiben geschnitten

Anleitungen
Von den Auberginen der Länge nach 4- 5 Streifen abschälen, so dass die Auberginen rundherum gestreift aussehen. In der Mitte teilen und mit Hilfe eines Löffels gleichmäßig aushöhlen. Ca. 30 Minuten in Salzwasser einlegen, damit sie nicht braun werden.
In der Zwischenzeit wird die Füllung vorbereitet. In etwas Olivenöl die Zwiebeln, den Knoblauch und die Spitzpaprika leicht anbraten, bis sie glasig werden. Anschließend die Tomaten, Zucker, Salz, Pfeffer zugeben und etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze mit halb geschlossenem Deckel schmoren lassen. Zum Schluss noch die Petersilie untermischen und abschmecken.
Die Auberginen aus dem Salzwasser nehmen, trocken tupfen und in der Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten bis sie von allen Seiten gleichmäßig goldbraun werden. Auf Küchenkrepp das überschüssige Öl abtropfen lassen.

Gesündere Alternative: die Auberginen mit etwas Olivenöl beträufeln und im Backofen vorgaren; statt im Öl zu braten.

Auberginenhälften in eine flache Ofenform geben und mit der Zwiebel-Tomaten-Mischung füllen. Mit einigen Tomatenscheiben garnieren und Olivenöl drüber geben.
In Backofen bei 150- 180 °C für ca. 45 Minuten garen.

Schwarmeerregion – Trabzon:

Hamsili Pilav – Gedeckter Reis mit Sardellen

Zutaten:
1 KG Sardellen
2 Gläser Reis
1 Zwiebel
1 EL Pinienkerne
1 EL Korinthen
1/2 TL Pfeffer
Etwas Salz
1/4 TL Zimt
Paprikaflocken
Butter

Zubereitung:
Als erstes waschen Sie die Sardellen. Lassen Sie den Reis eine Weile im Salzwasser warten. Waschen Sie den Reis. Braten Sie die Zwiebel in einem Kochtopf. Geben Sie den Reis, Korinthen und Pinienkerne dazu und braten Sie es weiter. Gießen Sie das Wasser darüber und geben Sie Salz und Gewürze dazu.
Bestreichen Sie die Kuchenform mit Öl und legen die Sardelen werden mit, die vorher in Maismehl gewälzt werden in der Kuchenform aus. Geben Sie den Reis darauf und legen Sie Butterstücke darauf. Backen Sie den Reis mit Sardellen bei 180 Grad vorgeheizten Ofen bis es ihre Farbe einnimmt.

Ostanatolien:
Icli Köfte – gefüllte Bulgurbällchen

Zutaten:

Für die Füllung:
250 g Rinderhack
1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch frisch
1 EL Tomatenmark
1 EL scharfes Paprikamark Acı Biber Salcasi
½ TL scharfes Paprikapulver Acı Pul Biber
½ TL Kreuzkümmel gemahlen

Für den Teig:
200 g feiner Bulgur
200 ml Wasser
35 g Hartweizengrieß
35 g Mehl

1 Ei Größe M
½ EL Tomatenmark
½ EL scharfes Paprikamark Acı Biber Salcasi
Salz & Pfeffer so nach Gefühl

Außerdem:
Wasser zum Formen
1 l Öl zum Ausbacken z.B. Sonnenblumenöl

Anleitung:
Für die Füllung:
Das Hackfleisch in einer Pfanne scharf in neutralem Öl anbraten. Dann die fein gewürfelten Zwiebeln und den fein gehackten Knoblauch dazu geben und kurz mitbraten. Die Gewürze, das Tomatenmark und das Paprikamark einarbeiten und abschmecken. Die Masse sollte pikant und nicht zu feucht sein, damit die Icli Köfte nicht von der Füllung her durchweichen.

Für den Teig:
Den Bulgur mit ca. 125ml kochendem Wasser übergießen, alles vermengen und kurz quellen lassen.
Dann das Paprikamark, die Gewürze, das Ei und ca. die Hälfte des Hartweizengrieß und des Mehls hinzugeben.
Für 10-15 Minuten kräftig kneten, denn es muss ein feuchter, körniger Teig entstehen, der sich dennoch formen lässt, ohne zu brechen. Dabei nach und nach den restlichen Hartweizengrieß, das Mehl und das Wasser einarbeiten. Hier geht es nun wirklich nach Gefühl, das richtige Mengenverhältnis zu finden. Ein Tipp: Wenn sich der feuchte Teig beim Kneten schließlich wieder von den Händen löst und die Hände sauberputzt, ist er fertig!

Wichtig: Den Teig mit Frischhaltefolie abzudecken, damit er nicht zu schnell austrocknet.

Das Formen und Füllen:
Zum Formen eine kleine Schüssel mit Wasser füllen. Damit wird immer wieder die Hand, die die Köfte formt, befeuchtet, damit der Teig nicht kleben bleibt.
Nun ein Stück vom Teig abstechen, das ca. so groß ist wie 1-2 Walnüsse. Daraus einen länglichen Kegel formen, wie ein Icli Köfte ohne Füllung.
Dann den Zeigefinger anfeuchten und an einer der Spitzen mittig ein Loch in den Kegel bohren. Dieses Loch wird dann immer weiter gedehnt:
Mit dem Zeigefinger den Teig vorsichtig öffnen, während der Teig in der Handfläche der anderen Hand gedreht wird. Dabei die Handfläche immer wieder anfeuchten und darauf achten, dass der Teig gleichmäßig dünn ausgehöhlt wird ohne zu brechen.
Ist der Teig schließlich weit genug ausgehöhlt und intakt, kommen 1-2 TL der Füllung hinein. Dann die offene Seite vorsichtig verschließen und das Icli Köfte an den Enden spitz zudrücken, so dass etwa die Form einer Zitrone entsteht.
Die bereits fertigen Icli Köfte unbedingt wieder unter Frischhaltefolie lagern, damit sie nicht austrockenen.
Tipp, falls es schnell gehen muss: Rollt euer Teigstück zu einer Kugel und breitet diese in eurer angefeuchteten Handinnenfläche zu einem Kreis aus. Gebt Füllung darauf, klappt den Kreis zu und verschließt das Icli Köfte. Das ist die einfache Version, bevor ihr verzweifelt!
Das Braten:
In einem hochwandigen Topf neutrales Öl ein bis zwei Finger hoch einfüllen und auf 180°C erhitzen. Dabei hilft der Holzlöffel-Trick: Wenn das Öl kräftig zu sprudeln beginnt, sobald man den Stiel eines Holzlöffels hineinhält, ist es heiß genug.

Immer ca. 6 Icli Köfte auf einmal in das heiße Öl geben und mit viel Wenden und Bewegen goldbraun ausbacken. Dann die Icli Köfte kurz auf Küchenpapier entfetten und abkühlen lassen.
Die Icli Köfte noch warm essen. Vorsicht, im Inneren bleiben sie lange heiß!
Es gibt in der Türkei auch eine Variante, die erst gekocht und dann nur kurz angebraten wird; die frittierten Icli Köfte sind aber deutlich leckerer😉

Zentralanatolien:
Kayseri Mantisi – türkische Tortellini mit Joghurtsauce und Paprikabutter

Zutaten für 6 Personen:

Für den Teig:
500 gr Mehr
1 Ei
1 TL Salz

Für die Füllung:
250 gr Hackfleich Rind und/oder Lamm
1 Zwiebel
2 EL Petersilie gehackt
Salz, Pfeffer und Paprikapulver

Für die Sauce:
750 gr Joghurt
3 Knoblauchzehe(n)
3 EL Butter
2 EL Paprikamark, scharf
1 EL Minze getrocknet

Teig:
Mehl, Ei, Salz sowie wenig Wasser zu einem festen Teig verkneten. 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Füllung:
Die Zwiebeln sehr fein hacken und mit dem Hackfleisch und der Petersilie vermischen und mit Salz, Pfeffer Paprikapulver abschmecken.

Den Teig in zwei Hälften teilen und ca. 2 mm dick ausrollen, in Quadrate à 2 x 2 cm schneiden und mit dem Hackfleisch füllen. Die jeweils gegenüberliegenden Ecken der Quadrate zu einem Kreuz oben fest zusammendrücken und auf ein bemehltes Tablett legen.

Salzwasser aufkochen und die Teigtäschchen darin ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze kochen.

Sauce:
Die Knoblauchzehen fein hacken, mit einer Prise Salz zum Joghurt geben und verrühren.
In einem Pfännchen die Butter erhitzen, das Paprikamark und die Minze darin kurz anrösten.

Die Teigtäschchen mit einer Schaumkelle direkt auf die Teller verteilen und etwas abkühlen lassen. Darüber den Joghurt geben, zum Schluss die Paprikabutter über die Mantis träufeln.

Vegetarische Variante:
Gehackte Zwiebel in etwas Butter in der Pfanne andünsten. Das Hackfleisch durch 4-5 gekochte, grob zerstampfte Kartoffeln ersetzen und dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Die Quadrate zu Dreiecken klappen und festdrücken. Statt dem Paprika-Gemisch nur heiße Butter darüber träufeln.

Mittelmeerregion – Hatay

Künefe - Engelshaar in Sirup mit geschmolzenem Käse

Zutaten:
300 g tel kadayıf (kadayıf-Teigfäden oder Engelshaar)
150 g Butter zerlassen
300 g dil peyniri (eine Art Filata-Käse, alternativ Mozzarella oder Cheesestrings) fein gewürfelt
150 g taze kaymak (Schichtrahm, alternativ kann man Mascarpone verwenden)

Für den Sirup:
300 g Zucker
700 ml Wasser
1/4 St Bio-Orange frisch gepresst
1/2 St Bio-Orangenschale fein gerieben
1/2 St Vanilleschote oder natürliches Bourbon-Vanille-Aroma, etwa 5 g Mark ausgekratzt

Zum Garnieren:
150 g taze kaymak (Schichtrahm, alternativ kann man Mascarpone verwenden)
100 g ungesalzene Pistazienkerne gehackt

Anleitungen:
Für den Sirup: Zucker im Wasser verrühren und aufkochen. Auf mittlerer Stufe köcheln lassen, bis es etwa auf die Hälfte reduziert ist. Dann den Topf vom Herd nehmen, Orangensaft, geriebene Orangenschalen und auf Wunsch auch Vanillemark einrühren. Abkühlen lassen.

Für die Käsefüllung: *dil peyniri* und *kaymak* in einer Schüssel vermischen.
Die gekauften *kadayıf*-Teigfäden in etwa 2 cm lange Fäden schneiden und auflockern, bzw. auseinander ziehen. In einer tiefen Schüssel mit der zerlassenen Butter vermischen.
Die Hälfte der Teigfäden in eine Ofenform mit 20 cm Durchmesser (oder mehrere kleine Formen) geben und festdrücken. Darauf die Käsefüllung gleichmäßig verteilen.
Anschließend die restlichen *kadayıf*-Teigfäden schichten und vorsichtig andrücken. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C etwa 25 Minuten goldbraun backen.
Lauwarmen Sirup gleichmäßig darüber gießen und etwas warten, bis der Sirup in den Teig gezogen ist.
Mit einem scharfen Messer kleine Portionen herausschneiden und vorsichtig auf einem Teller anrichten. Warm mit etwas *kaymak* und gehackten Pistazien garniert servieren

Türkisch Mokka – immer und überall

Zutaten für 4 Personen:

3-4 TL türkischen Mokka (je nachdem wie stark man den Kaffee mag)
4 Tassen Wasser (türkisch Mokka Tassen)
Zucker nach belieben (je nachdem ob man es süss oder ungesüßt mag)

Auf Wunsch können auch Gewürze wie Zimt oder Nelken hinzugefügt werden

Zubereitung:
In das Cezve (langstieliges Kännchen für Mokka) werden Mokka, Wasser und Würfelzucker ggfs Zimt hineingegeben.

Der Mokka wird auf schwacher Hitze gekocht, dabei muss man genau darauf achten, weil der Mokka sehr schnell überkochen kann.

Wenn der Mokka kocht und der Schaum nach oben kommt, muss das Cezve vom Herd genommen werden.

Zuerst wird der Schaum auf die jeweiligen Tassen verteilt.

Jetzt wird der Kaffee von der Seite vorsichtig in die Tassen gefüllt.

Mit dem türkischen Mokka wird immer ein Glas Wasser und auf Wunsch ein kleines Gläschen Likör (z.B Pfefferminzlikör) sowie ein Stück Lokum (turkish delight) serviert.