



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

## SHAKSHOUKA (FAS)

<https://mutfakradyosu.com>

½ tatlı kaşığı kimyon tohumu  
180 ml zeytinyağı  
2 iri kuru soğan, doğranmış  
2 adet kırmızıbiber ve 2 adet yeşilbiber, 2cm'lik şeritler halinde kesilmiş  
4 tatlı kaşığı esmer şeker (muscovado)  
2 adet defneyaprağı  
6 dal dağ kekiği, ayıklanmış ve yaprakları koparılmış  
2 tatlı kaşığı doğranmış maydanoz  
2 tatlı kaşığı kıyılmış kişniş, süslemek için  
6 adet olgun domates, iri doğranmış  
½ tatlı kaşığı safran  
Bir tutam kırmızı pul biber  
250 ml su  
8 adet yumurta (serbest gezen tavuk yumurtası)  
Deniz tuzu  
Taze çekilmiş karabiber

Kimyon tohumlarını büyük döküm bir tavada yüksek ateşte 2 dk. kavurun. Zeytinyağını koyun ve hemen soğanları ilave ederek 5 dk. soteleyin. Yeşil ve kırmızıbiberleri ve baharatları ilave edin ve yüksek ateşte koyu bir renk alana kadar 10 dk. pişirin. Domatesi, safranı, pul biberi, tuzu ve karabiberi ilave edin. Ocağın altını kısık kısık ateşte 15 dk. pişirin. Yemek pişerken, ara sıra kontrol ederek makarna sosu kıvamını alacak şekilde su ilave edin. Tadına bakın ve baharatını, tuzunu ayarlayın. Biraz acı ve baharatlı bir tat olmalı. (Önceden hazırlayacağınız baharat karışımları da kullanabilirsiniz. Mutfakradyosunda zaman zaman baharat karışımı tarifleri yayınlıyorum).

Defne yapraklarını çıkarın ve daha sonra tavanın içindeki karışımı dört porsiyona bölün. Ocağın ateşini orta sıcaklığa ayarlayın ve her porsiyonun ortasında yumurtalar için ikişer oyuk açın. Her oyuğa bir yumurta kırın. Biraz tuz serpiştirip, tavanın üzerini kapatın. Çok kısık ateşte 10-12 dk. pişireceksiniz. Arada yumurtaların yeterince katlaşıp katlaşmadığını kontrol edin. Üzerine kişniş serperek servis edin.

Not: Shakshouka (şakşuka) Kuzey Afrika mutfağından bir yemek. Libya, Fas, Cezayir, Tunus ve Mısır'da ufak tefek değişikliklerle karşılaşıyorsunuz. Mesela Fas'ta enginar kalbi, patates ve bakla ile yapılıyor. Ama sadece buralarla sınırlı değil. Mesela İsrail'de de çok popüler. Yumurtalı bir yemek olduğu için İsrail'in vazgeçilmez kahvaltılık menüsü, ama akşam yemeği olarak da tercih edilebilir. Humus ve falafelin en büyük rakibi olarak görülüyor. 1950'lerde yaşanan İsrail'e kitlesel göç dalgasında Tunuslu Yahudiler ve Magribi Yahudilerle birlikte buraya geldiği düşünülüyor.

Shakshouka Tunus Arapçası'nda ve diğer Magribi lehçelerinde 'karışım' anlamına geliyor. Sebze yahnisi veya sebzeli yahni anlamına gelen bir Berberi sözcüğü çakchouka'dan türediği varsayılıyor.

Bazı kaynaklara göre de, shakshouka Osmanlı mutfağının bir icadı. Bu varsayımın göre, Osmanlı İmparatorluğu'ndan bir tarafta Orta Doğu'ya ve diğer tarafta da İspanya'ya yayılmış. Buralardan da, yolculuğunu sürdürmüş. Bu varsayım, iddiasını bizim topraklardaki menemene dayandırıyor.

Geleneksel tariflerde en sade ve basit haliyle karşımıza çıksa da, pek çok uyarlaması mevcut. Bu kadar fazla kültürel göç sonucu çeşitli değişimler geçirmesi de son derece normal.

Kuzey Afrika'lılar Shakshouka'yı Berberi mutfağına özgü tajine adı verilen toprak bir kapta pişiriyor. Hatta başka ülkelere göç eden Afrikalılar için fotoğrafta gördüğümüz elektrikli versiyonu bile yapılmış. Bana bir tür güveç gibi gelince, biraz araştırdım; güveç olduğu fikrinden vazgeçmiş değilim. Aynı zamanda, tajine isimli bir yemek türü de var. Yani, aynen güveç gibi. Sebzeli tajine, tavuklu tajine vb.



---

© lezzetler.com tarif no:120379 • adi:Shakshouka (Fas) • gönderen:nurnur • indirme tarihi:06.04.2025 - 12:54