

**T.C.
MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI**

YİYECEK İÇECEK HİZMETLERİ

**ET YEMEKLERİ-1
811ORK043**

Ankara, 2011

- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR.....	iii
GİRİŞ.....	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1.....	3
1. HAŞLAYARAK ET YEMEĞİ PİŞİRME.....	3
1.1. Uluslararası Haşlama Çeşitleri.....	3
1.1.1. Blanching Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar.....	3
1.1.2. Bouilli Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar.....	4
1.1.3. Poché Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar.....	6
1.2. Basınçlı Tencerede Haşlama ve Kullanırken Dikkat Edilecek Noktalar.....	8
1.3. Bouilli Pişirmeye Uygun Etler.....	8
1.3.1. Av Etleri.....	8
1.3.2. Sert Kasap Etleri.....	9
1.3.3. Kart Kümes Hayvanları.....	10
1.4. Poché Pişirmeye Uygun Etler.....	12
1.4.1. Süt kuzu.....	12
1.4.2. Süt Dana.....	13
1.4.3. Körpe Piliç.....	13
UYGULAMA FAALİYETİ.....	15
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	18
ÖĞRENME FAALİYETİ-2.....	21
2. YAĞDA KAVURUP SOS İÇİNDE (BRAISÉ) PİŞİRME.....	21
2.1. Yağda Kavurup Sos İçinde (Braisé) Pişirme Tekniği ile Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar.....	21
2.1.1. Avantajları.....	22
2.1.2. Zaman ve Isı Kontrolü.....	22
2.1.3. Anahtar Noktalar.....	22
2.1.4. Braisé Yapmanın Kuralları.....	22
2.2. Yağda Kavurup Sos İçinde (Braisé) Pişirme Tekniği ile Hazırlanabilen Etler ve Et Yemekleri.....	23
2.2.1. Av Etleri.....	23
2.2.2. Rosto (Sığır, Dana ve Koyun).....	24
2.2.3. Yahni.....	25
2.2.4. Ragout (İtalyan Yemeği).....	26
2.2.5. Macar Goulasch (Macar).....	27
2.2.6. Paupiettes De Boeuf (Et Sarma).....	28
2.2.7. Osso Buco (İtalyan İncik Yemeği).....	31
2.2.8. Etlı Sebze Yemekleri.....	34
2.2.9. Tencere Kebapları.....	35
UYGULAMA FAALİYETİ.....	37
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	38
ÖĞRENME FAALİYETİ-3.....	41
3. BUHARDA (ETÜVÉ VAPEUR) VE KENDİ SUYUNDA (ETÜVÉ) PİŞİRME.....	41
3.1. Buharda Pişirmede Kullanılan Araçlar.....	41
3.2. Buharda Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar.....	42
3.3. Buharda Pişirmenin Sağlık ve Besin Değeri Açısından Önemi.....	43
3.4. Buharda Pişirmenin Kullanıldığı Etler.....	43

3.4.1. Körpe ve Yumuşak Kasap Etleri	43
3.4.2. Körpe Kümes Hayvanları	44
3.5. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirmede Kullanılan Araçlar	44
3.6. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar	45
3.7. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirilebilen Etler ve Yemekler	45
3.7.1. Kuzu Eti	45
3.7.2. Güveç Yemekleri	46
UYGULAMA FAALİYETİ.....	47
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	49
ÖĞRENME FAALİYETİ-4	52
4. GRATİN ETME	52
4.1. Gratin Yapılacak Etin Hazırlanması	52
4.2. Gratin Yapmada Kullanılan Araçlar	52
4.3. Gratin Yapmada Kullanılan Gereçler	53
4.4. Gratin Etmede Dikkat Edilecek Noktalar	54
4.5. Gratinin Kullanıldığı Yerler	54
4.5.1. Izgara Etlerin Üzerinde	54
4.5.2. Fırında Kızarmış Etlerin Üzerinde	55
4.5.3. Haşlanmış Etlerin Üzerinde	56
UYGULAMA FAALİYETİ.....	57
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	58
ÖĞRENME FAALİYETİ-5	59
5. BOL YAĞDA KIZARTARAK (FRİT) ET YEMEĞİ HAZIRLAMA	59
5.1. Frit Pişirme Yönteminin Tanımı ve Önemi	59
5.2. Etleri (Frit) Yaparken Dikkat Edilecek Noktalar	59
5.3. Frit Pişirmenin Kullanıldığı Yerler	64
5.3.1. Köfteler	64
5.3.2. Piliçler	67
5.3.3. Pane ve Kaplama Etler	68
UYGULAMA FAALİYETİ.....	71
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	73
MODÜL DEĞERLENDİRME.....	74
CEVAP ANAHTARLARI	75
KAYNAKÇA	77

AÇIKLAMALAR

KOD	811ORK043
ALAN	Yiyecek İçecek Hizmetleri
DAL/MESLEK	Aşçılık
MODÜLÜN ADI	Et Yemekleri I
MODÜLÜN TANIMI	Etlerin özelliğine ve yapılacak yemeğin çeşidine göre; haşlama (poche-boulli), yağda kavurup sos içinde (braise), buharda (etüve vapeur) ve kendi suyunda(etüve), bol derin yağda (frit) pişirme gratin etme pişirme teknikleriyle et yemeğini pişirip sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilme yeterliliğini kazandıran öğrenim materyalidir.
SÜRE	40/32
ÖN KOŞUL	
YETERLİK	Etleri pişirmek
MODÜLÜN AMACI	Genel Amaç: Uygun mutfak ortamı sağlandığında etlerin özelliğine ve yapılacak yemeğin çeşidine göre; haşlama (poche-boulli), yağda kavurup sos içinde (braise), buharda (etüve vapeur) ve kendi suyunda(etüve), bol derin yağda (frit) pişirme gratin etme pişirme teknikleriyle et yemeğini pişirip sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek. Amaçlar: <ol style="list-style-type: none">1. Etleri haşlama tekniği ile pişirerek, sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.2. Etleri yağda kavurup sos içinde (braise) tekniği ile pişirerek sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.3. Etleri buharda (etüve vapeur) ve kendi suyunda (etüve) tekniği ile pişirerek, sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.4. Eti hazırlayıp gratin ederek garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.5. Bol derin yağda kızartma (frit) tekniği ile pişirerek sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Sanitasyon ve hijyen kurallarına uygun mutfak ortamı ile ergonomiye uygun gerekli donanım araç ve gereçler sağlanmalıdır.

	<p>Sektörde araştırma ve gözlem yapılmalıdır. Tencere, küvet, bıçak, doğrama tahtası, Parizyen bıçağı, servis tabağı, buhar tenceresi, kâse, şekillendirici bıçaklar, tava, toprak güveç, tahta kaşık, rende.</p>
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	<p>Modülün içinde yer alan her bir öğrenci faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendireceksiniz. Modül sonunda ise kazandığınız bilgi beceri, tavırları ölçmek amacıyla öğretmen tarafından hazırlanacak ölçme araçları ile değerlendirileceksiniz.</p>

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Günümüzün en önemli konularından biri olan beslenme; büyüme, gelişme, sağlıklı ve verimli uzun bir hayat için gerekli olan enerji ve besin öğelerinin her birini yeterli miktarda sağlayacak olan besinleri, besin değerini yitirmeden, sağlık bozucu hale getirmeden en ekonomik şekilde almaktır.

Et, beslenmemizde önemli yeri olan kıymetli bir besin maddesidir. Et, yemek listelerinin hazırlanmasında ana gıdadır. Bu sebeple de hem etin hazırlanmasında hem de etteki besin öğelerinden yararlanmak için etin pişirilmesinde kullanılan yöntemler son derece önemlidir.

Bu modül ile etin pişirilmesinde kullanılan pişirme yöntemlerinden bouilli, poché, étuvé, braise, frit, gratin etme yöntemlerini öğreneceksiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-1

AMAÇ

Gerekli ortam sağlandığında etleri haşlama tekniği ile pişirerek, sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki işletmelerden ve internetten, haşlanarak hazırlanan et yemeklerini ve hazırlarken dikkat edilecek etmenleri araştırınız

1. HAŞLAYARAK ET YEMEĞİ PİŞİRME.

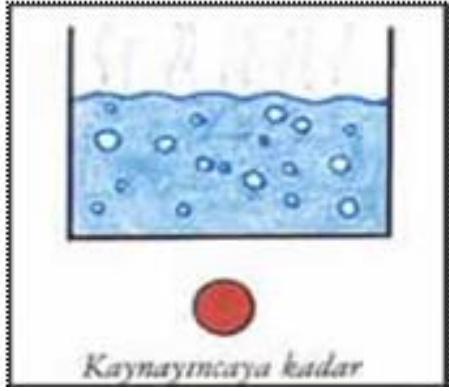
1.1. Uluslararası Haşlama Çeşitleri.

1.1.1. Blanching Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar

Şok haşlama veya **ön haşlama** yöntemi olarak bilinen **Blanching**, bir tür **ağartma** demektir. Etler için; soğuk suya konup kaynayıncaya kadar ısıtıp, soğuk sudan geçirme ve süzme yöntemidir.

- **Blanching Yapmanın Kuralları**
 - Blanching yapılacak malzeme, hacminin 10 misli soğuk su içerisinde ateşe konur
 - Su ağır ağır kaynatılır ve kısa bir süre kaynamaya bırakılır.
 - Bu kısa kaynama süresinin hemen ardından malzeme kaptan alınır.
 - Eğer ön haşlama yapılmış yiyecekler hemen kullanılmayacaksa, hiç bekletmeden süzülüp soğuk su dolu bir kaba aktarılır. Böylece pişme işlemi durdurulmuş olur.
- **Kemik ve özellikle tuzlu etler için bu yöntemin kullanım nedenleri şunlardır:**
 - Kemiklerin gözenekleri açılır.
 - Kuvvetli ve istenmeyen ağır kokular yok edilir.
 - Kemik ve etteki fazla kan atılır.
 - Tuzlanmış etlerdeki tuz tadı kabul edilebilir bir düzeye indirilir.

Ön haşlama tekniğinde genellikle kullanılan sıvı sudur. Haşlama esnasında; kaynamaya başlayan suyun yüzeyinde biriken köpükler (kef), haşlanan malzemenin ve haşlama suyunun berraklığını sağlamak için bir kevgir ile toplanarak, atılmalıdır.



Resim: 1.1 Haşlama / Bouilli hızla kaynayan sıvının içerisinde pişirme işlemidir.

1.1.2. Bouilli Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar

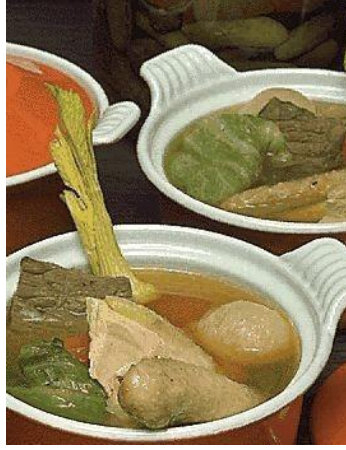
Haşlama olarak da bilinen Bouilli pişirme yöntemi yiyeceğin hızla kaynayan sıvının içerisinde pişirilmesi işlemidir. Bu sıvı genellikle su veya et suyudur.

Bu yöntem

- Yemeğin daha yumuşak hale gelmesi sağlar.
- Yemeği damak tadına uygun, sindirilebilir hale getirir.

Besin zehirlenmesine yol açabilecek bakteri içeriğini yok ederek yemeği güvenilir hale getirir.

Yemeğin kalitesini, rengini, lezzetini ve dokusunu geliştirir.

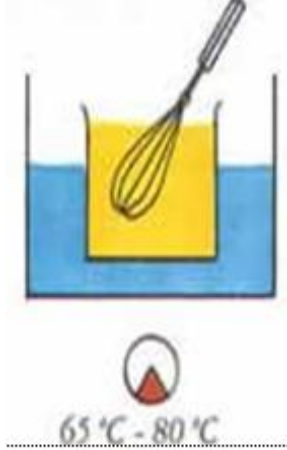


Resim: 1.2 Haşlama / Bouilli pişmiş petite marmite

- **Bouilli yöntemi 2 grupta incelenebilir.**
 - Soğuk suda haşlama.
 - Yiyecek soğuk suya konur kaynamaya ve pişirmeye bırakılır.
 - Yiyeceğin suyunun daha berrak olması için kaynama başlayınca yüzeyde oluşan köpük alınmalıdır. Stock, consome ve jöle elde edilirken bu işlem önemlidir.
 - Olabildiğince güvenli bir yöntemdir, yiyecek soğuk suya konur ve kaynadıktan sonra yiyecek çıkarılır.
 - Sıcak suda haşlama.
 - Yiyecek kaynayan suya konur ve pişirilir.
 - Pişirme süresi kısadır.
 - Besin değeri ve renk, pişirme süresi az olduğundan korunur.
- **Avantajları;**
 - Sert ve kalitesiz et ve tavuklar bu yöntemle damak tadına uygun ve sindirilebilir hale gelir.
 - Sık kullanılan bir yöntemdir ve yakıt için ekonomiktir.
 - Besleyici, iyi tatlandırılmış stocklar elde edilebilir.
 - İşçi maliyetini düşürür, sadece biraz dikkat ister.
- **Zaman ve ısı kontrolü.**
 - Isı mutlaka kontrol altında olmalıdır.
 - Et ve kümes hayvanları iyi pişmiş olmalıdır.
 - Uygun pişirme zamanları birçok gıdanın yaşına, kalitesine ve büyüklüğüne göre değişmektedir.

➤ **Bouilli yönteminde dikkat edilecek noktalar:**

- Uzun süre aldığı gibi bu süre planlama aşamasında dikkat edilmelidir.
- Sıkça ısı kontrolü ve su seviyesi kontrol edilmelidir.
- Kaynayan suda besin eklenirken ve sudan alırken dikkat edilmelidir.
- Hemen tüketilmeyecekse pişme suları ve yemekler hızlı bir şekilde soğutulularak depolanmalıdır.
- Kullanılacağı zaman depodan çıkarılmalı asla açıkta bekletilmemelidir.
- Haşlanmış besinler 4°C'de veya daha altında tutulmalıdır ve olabildiğince az süre depolanmalıdır.
- Fazla sıvı kullanıldığında besin ögesi kayıpları olacağı için Pişirme sıvısı gerektiği kadar kullanılmalıdır.
- Hazırlanacak yemeğin kapasitesine uygun kaplar kullanılmalıdır.



Resim: 1.3 Poché kaynama noktasının altındaki bir ısıda (+ 85 ,+90 °C de) suda haşlama yöntemidir.

1.1.3. Poché Yapmada Dikkat Edilecek Noktalar

Kaynama noktasının altındaki bir ısıda (+ 85 ,+90 °C de) kaynamayan sıcak suda haşlama yöntemidir. Pişirme esnasında kaynayan suyun hareketiyle parçalanmasını istemediğimiz yiyeceklerin hazırlanmasında kullanılır.

➤ **Bu yöntem ile**

- Yemeğin daha yumuşak hale gelmesi sağlanır.
- Yemeği damak tadına uygun, sindirilebilir hale getirir.
- Besin zehirlenmesine yol açabilecek bakteri içeriğini yok ederek yemeği güvenilir hale getirir.
- Yemeğin kalitesini, rengini, lezzetini ve dokusunu geliştirir.

- Pişme suyu değerlendirilerek (çorba, sos gibi.) lezzeti hoş ve besin değeri yüksek yiyecekler elde edilir.
- **Poché yöntemleri 2 grupta incelenir.**
- Az sıvıda pişirme
 - Balık, tavuk türü gıdalar, minimum miktardaki sıvılar ile (su, sıvı, süt ve şarap) pişirilir.
 - Sıvı kaynamamalı, kaynama noktasına yakın ısıda pişmesi sağlanmalıdır.
 - Pate gibi yiyeceklerin hazırlanması için ortalama 180°C'lik sıcak fırın ısısı gereklidir.
 - Derin sıvıda pişirme.
 - Haşlama terimi Fransızca'da "Poché " olarak tanımlanır. Bu yönteme **Simmering** (8 cm'lik su ile pişirme) örnek verilebilir.
 - Bütün balık ve tavuklar soğuk su ile kaplanır ve kaynamaya bırakılır,
 - Pişinceye kadar kısık ateşte olması sağlanır.
 - Zaman ve ısı kontrolü.
 - Olması gereken ısıda pişirme sağlanmalıdır.
 - Süre oldukça önemlidir, az ya da çok pişmemelidir.
 - Besinlerin ısı ve süreden etkilenmeleri farklılık gösterdiğinden, besin değeri kayıpları dikkate alınmalıdır.
- **Poché Yapmanın Kuralları**
- Önce sıvı tamamen kaynatılır daha sonra kaynama derecesinin altına düşürülür. Yiyeceğin şeklinin bozulmasına neden olabileceğinden sıvıda yüzeysel hareketler olmamalıdır.
 - Yiyecek yavaş yavaş sıvıya batırılır ve tamamen pişinceye kadar sıvı içinde bekletilir. Yiyecekteki dengesiz pişmeyi engellemek için sıvının miktarının iyi belirlenmesi gerekir.
 - Yiyecek sıvıdan çıkartılır, sos ve çorba gibi yiyeceklerin hazırlanmasında değerlendirilir.
- **Dikkat edilmesi gereken hususlar**
- Uygun ekipmanlar aynı zamanda güvenli çalışmayı da sağlar.
 - Sıcak kaplar içerisindeki sıvılar dikkatli taşınmalıdır.
 - Sıcak sıvıya yiyecek eklenirken ve sıvıdan yiyecek çıkarılırken dikkatli olunmalıdır.

1.2. Basınçlı Tencerede Haşlama ve Kullanırken Dikkat Edilecek Noktalar

Basınçlı tencerede pişirme, yiyeceğin daha kısa sürede pişmesi istendiği zaman kullanılan bir pişirme yöntemidir.

Basınçlı tencereleri kullanırken dikkat edilmesi gereken noktalar;

- Tencerede pişecek etlerin suları iyi ayarlanmalıdır. Tenceredeki su seviyesi 2/3'ten fazla olmamalıdır. Bazı basınçlı tencerelerde kullanılacak su seviyesi işaretlerle belirtilmiştir.
- Pişirme süresinin başlangıç saati sinyalle birlikte başlayacak şekilde belirlenmelidir.
- Sinyal verilince ısı düşürülmelidir.
- Pişme süresi tamamınca ısı kesilmelidir.
- Ateşten alındıktan sonra basıncın düşmesi beklenmeli ya da buhar yavaş yavaş boşaltılarak basınç düşürülmelidir.
- Basınç düşürülmeden kapak kesinlikle açılmamalıdır.
- Basınçlı tencereler her kullanımdan sonra çok iyi temizlenmeli, kurulanmalı
- Lastikli kısımların temizliğine dikkat edilmelidir.



Resim: 1.4: Basınçlı tencere yiyeceğin daha kısa sürede pişmesini sağlar

1.3. Bouilli Pişirmeye Uygun Etler

1.3.1. Av Etleri

Av hayvanları doğal ortamlarda yaşadıkları için kas yapıları güçlü ve serttir. Dolayısıyla Bouilli pişirme yöntemi bu etlerin pişirilmesinde için uygundur.

- **Ördek Haşlama.**
 - **Malzemeler**
 - 1 ördek
 - 3-4 adet patates
 - 1 adet kereviz
 - 1 adet havuç
 - 10 adet Arpacık soğanı
 - 1 adet defneyaprağı
 - 10 bardak su
 - Tuz, karabiber
 - **Hazırlanışı:**
 - Ördek tüyleri yolunur içi temizlenir.
 - Tütsülendikten sonra, yıkayıp tuzlanarak ve ayakları gerisine geçirilir.
 - Bir tencereye ördekle birlikte havuç, kereviz, arpacık soğanı, defneyaprağı ve 10-15 bardak su ilave ederek ateşe konur.
 - Tencerenin ağzı açık olarak kaynatılır ara köpükleri bir kaşıkla alınır.
 - Kapağı kapatılarak ateş kısılır ve yaklaşık iki saat pişirilir.
 - Pişmeye yakın patatesler eklenir.
 - Et ve patatesler yumuşayınca ateşten alınır.
 - Servis yapılır.

NOT:

- Ördeğin kısık ateşte pişirilmesine dikkat edilmelidir.
- Ördek pişince; tencereyi ateşten alarak, ördekleri kol, göğüs, but ve sırt olmak üzere parçalara ayırarak tabağa yerleştiriniz, uygun sos ve garnitür ile hemen servis ediniz.
- Ördekleri pişirmek için tencereye koymadan önce içlerine bir demet maydanoz konmalıdır.

1.3.2. Sert Kasap Etleri

Et sularının hazırlanması ve sert etlerin haşlanarak pişirilmesi için bu yöntem kullanılır. Sert kasap etlerinde bu yöntem kullanılmadan önce blanching yapılabilir.

- **Dana Haşlama**
 - **Malzemeler:**
 - 1 kg Dana eti

- 3-4 adet Patates
 - 1 adet Kereviz
 - 1 adet Havuç
 - 10 adet Arpacık soğanı
 - 10 bardak su
 - Tuz, karabiber
- **Hazırlanışı:** Bir tencereye kuşbaşı büyüklüğünde doğranmış et, havuç, kereviz, arpacık soğanı ve 10 bardak su ilave ederek ateşe konur. Tencerenin ağızı açık olarak kaynatılarak ara köpükleri bir kaşıkla alınır. Kapağı kapatılarak ateş kısılır. İki saat pişirilir. Kabukları soyulmuş ve dörde bölünmüş patates ilave edilerek tencerenin kapağı kapatılır. Et ve patatesler yumuşayınca ateşten alınır. Servis edilir.

1.3.3. Kart Kümes Hayvanları.

Sert kümes hayvanlarının hazırlanmasında bu yöntem sert kasap etlerinde olduğu gibi kullanılır. Bu yöntem kullanılmadan önce blanching yapılabilir.

➤ **Sebzeli Hindi Haşlama**

- **Malzemeler:**
 - 1 kg Hindi eti
 - 2-4 adet patates
 - 1 adet kereviz
 - 1 adet havuç
 - 1 adet domates
 - 1 adet biber
 - 5 adet arpacık soğanı
 - 10 bardak su
 - Tuz, beyaz biber
- **Hazırlanışı:** Hindi eti pişirmeden önce üzerinde istenilmeyen kalıntıları temizlemek için blanching yapılmalıdır. Bir tencereye kuşbaşı büyüklüğünde doğranmış et, havuç, kereviz, biber, arpacık soğanlar, domates ve 10 bardak su ilave ederek ateşe konur. Kapağı kapatılarak kaynadıktan sonra ateş kısılır. Bir saat pişirilir. Kabukları soyulmuş ve kuşbaşı doğranmış patates ilave edilerek tencerenin kapağı kapatılır. Et ve patatesler yumuşayınca ateşten alınır. Servis edilir.

1.3.4. Kelle, Paça, İşkembe Gibi Sakatatlar

➤ **Beyin Haşlaması**

• **Malzemeler**

- 1 adet Havuç
- 1 adet Soğan
- 1 adet Kereviz
- 5-6 dal Maydanoz
- 4 adet Koyun beyni veya 2 adet Dana beyni
- Tane karabiber, tuz

- **Hazırlanışı:** Beyinleri soğuk suya koyunuz. Beyinlerin tizerindeki ince zarı soyunuz (beyin bayat olursa bu zar soyulmaz). Bir tencereye zarı soyulmuş beyinleri, iri doğranmış soğanı, havucu, kerevizi, maydanozu tane karabiberi ve tuzu koyunuz (sebzeleri koymaktaki amaç; kokusunu güzelleştirmek ve ağırlığının gitmesi içindir).

Beynin tizerlerine çıkacak kadar su ve tuz ilave edip ateşe koyunuz. Orta hararetili ateşte 20-25 dk kaynatınız. Kendi suyunda soğutup parçalamadan çıkartınız. İstedığiniz yerlerde kullanabilirsiniz.

➤ **İşkembe orbası**

• **Malzemeler**

- 1 kg işkembe (dana, kuzu)
- 8 gr sarımsak
- 100 gr sirke
- Tuz, pul biber

• **Terbiye İçin**

- 70 gr un
- 200 gr soğuk su

• **Hazırlanışı:**

- Temizlenmiş işkembeyi birkaç parçaya ayırdıktan sonra blanşi (şok haşlama) yapılır. şok haşlamadan geirilmış işkembe tekrar temiz tencereye konur. zerine 3-4 litre (15-20 su bardağı) soğuk su doldurulup ocağa konur.
- Kaynamaya başlarken ateşi kısılarak kapak kapalı bir şekilde yavaş yavaş 3-5 saat kadar kaynatılarak pişirilir. İşkembe piştiği zaman tencerede 1,7 litre (9 su bardağı) civarı pişme suyu kalmalıdır.

- İşkembe alınıp bir tahta üzerinde ince ince (konkase) kıyılıp tekrar suyun içine atılır. Bir kap içinde bir çırpma teli yardımıyla un 200 gr. (1 su bardağı) soğuk su ile ezilir. İşkembeler kaynamaya bırakılır. Pişmesine yakın, çorba kaynarken durmadan karıştırılarak terbiye çorbaya sicim gibi dökülerek eklenir ve dört beş dakika daha kaynatılıp tuzu kontrol edilir.
- Sarımsak bir fiske tuzla havanda dövülür. İçine sirke eklenir. Bir kaseye veya sos kabına konur. Çorba sosundan ilave edilerek servis edilir.

1.4. Poché Pişirmeye Uygun Etler

1.4.1. Süt kuzu

➤ **Sebzeli Kuzu Kapama**

• **Malzemeler**

- 1400 gr. kuzu kol
- 800 gr. su
- 150 gr. havuç
- 250 gr. pırasa
- 300 gr. patates
- 400 gr. marul veya kıvırcık
- Tuz, karabiber

• **Hazırlanışı**

- Kuzu kolun fazla yağları ve istenmeyen kısımları temizlenir. Porsiyona bir parça kemikli et düşecek şekilde 5 parçaya kesilir. Bol suda yıkandıktan sonra tencereye konur ve üzerine 1 litre soğuk su dökülür. Bir taşım kaynadıktan sonra köpüğü alınıp kapağı kapatılır ve kısık ateşte kaynatılır.
- Havuç yıkanıp soyulur ve kişi başına 3-4 parça düşecek şekilde parmak şeklinde doğranır. Pırasa ayıklanıp akarsuda ayıklanır ve kişi başına 2 parça düşecek şekilde kesilir. Patates soyulup kişi başına 2 parça verilecek şekilde parçalara ayrılır. Marul ayıklanıp yaprakları yıkanır.
- 15 dk civarı yavaş yavaş kaynatılmış etlerin üzerine sırasıyla; tuz, havuç pırasa ve patates eklendikten sonra en üzeri marul yapraklarıyla kapatılır. Kapağı kapalı şekilde yavaş yavaş kaynatılarak 45- 60 dk etler iyice yumuşayana kadar pişirilir.
- Etler pişince tabağa bir parça kemikli et, 2 parça patates, 2 parça pırasa, 3-4 parça havuç ve bir parçada salata yaprağı konur. Üzerine bir çay bardağı et suyu dökülür. Sıcak olarak servis edilir.

1.4.2. Süt Dana

Süt kuzu gibi hazırlanabilir.

1.4.3. Körpe Piliç

➤ Malzemeler

- 1 kg. Piliç
- 400 gr. su
- 150 gr. Havuç
- 250 gr. Mantar
- 100 gr. Bezelye
- 200 gr. Patates
- Tuz, karabiber

➤ Hazırlanışı

- Piliç eti bol suyun altında yıkandıktan sonra üzerindeki istenmeyen kalıntıları temizlemek için blanching yapılır. Kuşbaşı doğranır, tencereye konur ve üzerine soğuk su dökülür. Bir taşım kaynadıktan sonra kapağı kapatılır ve kısık ateşte kaynatılır.
- Havuç yıkanıp soyulur, kuşbaşı doğranır. Patates soyulup, kuşbaşı doğranır. Mantar ayıklanıp yıkandıktan sonra doğranır. Doğranan malzemeler ve suyu süzölmüş bezelye kaynatılmış tavuğun üzerine sırasıyla eklendikten sonra baharatları da ilave edilerek kapağı kapatılır. Yavaş yavaş kaynatılarak 20- 30 dk tavuk ve sebzeler iyice yumuşayana kadar pişirilir.
- Pişince tabağa bir parça sebzelerle birlikte piliç eti de konarak servis edilir.

1.4.4. Sulu Salçalı Terbiyeli Köfteler Sebze Piliç

➤ Salçalı Köfte

- Malzemeler
 - 500 gr. orta yağlı kıyma
 - 3-4 adet Patates
 - 3 adet Domates veya 1 kaşık salça
 - 2 çorba kaşığı yağ
 - Maydanoz
 - Tuz, karabiber

- **Hazırlanışı**
 - İki defa çekilmiş kıymanın içine bir baş rendelenmiş soğan, ekmek içi, tuz, karabiber ve maydanoz koyunuz. İyice yoğurunuz.
 - Köfte şeklini veriniz.
 - Patatesleri soyup köfte büyüklüğünde yarım santim inceliğinde dilimlere ayırınız.
 - Kızartıp bir tepsiye diziniz.
 - Aynı yağda köfteleri kızartınız.
 - Kızarmış köfteleri tepsilere patateslerin üzerine diziniz.
 - Domatesi kabuğunu soyduktan sonra doğrayınız ve yağda kavurunuz.
 - Bir çay bardağı su koyup kaynatınız.
 - Tepsideki köftelerin üzerine dökünüz.
 - Kapağını örtüp 5–10 dak pişiriniz.
 - Servis tabağına köfteler patateslerin üzerinde olacak şekilde çıkarıp en üstüne domates sosunu da gezdirip servis ediniz.

➤ **Terbiyeli Köfte**



- **Malzemeler**
 - 500 gr. orta yağlı kıyma
 - 50 gr. pirinç
 - Yarım demet maydanoz
 - 2 adet yumurta
 - 1 adet soğan
 - 1 çorba kaşığı yağ
 - 1 adet limon
 - Un, tuz, karabiber
- **Terbiyesi**
 - 2 adet yumurta sarısı ile bir adet limon suyu karıştırılarak hazırlanır.
- **Hazırlanışı**
 - Kıymanın içine doğranmış soğan, ayıklanmış ve yıkanmış pirinç, maydanoz,
 - tuz, karabiber koyup iyice yoğurunuz.
 - Ceviz büyüklüğünde parçalara ayırıp yuvarlayınız.
 - Unlanmış tepsiye diziniz, tepsiyi sallayarak unlayınız.
 - Bir tencereye su, tuz koyup kaynatınız.
 - Köfteleri ilave edip pirinçler pişinceye kadar kaynatınız.
 - İndirmeden önce terbiyesini koyup bir taşım kaynatıp servis tabağına boşaltınız.

UYGULAMA FAALİYETİ-1

Dana haşlama hazırlayınız

- **Gereçler**
 - 1 kg Dana eti
 - 3-4 adet Patates
 - 1 adet Kereviz
 - 1 adet Havuç
 - 1 defneyaprağı
 - 10 adet arpacık soğanı
 - 10 bardak su
 - Tuz, karabiber

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Çalışma ortamını hazırlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız. ➤ Planlı çalışınız.
➤ Araçları hazırlayınız.	➤ Uygun büyüklükte tencere seçiniz ➤ Tencerenin büyüklüğüne göre ocak seçiniz. ➤ Doğrama tahtasını ve bıçağını hazırlayınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız.	➤ Gereçlerin ölçüsüne dikkat ediniz ➤ Sebzeleri usüllerine uygun hazırlayınız ➤ Sert etleri seçiniz ➤ Eti gerekiyorsa blanching yapınız ➤ Eti kuşbaşı doğrayınız
➤ Bouilli yöntemiyle et yemeğini pişiriniz.	
➤ Tencereye 10 bardak su ekleyerek ateşe koyunuz, kaynamaya bırakınız.	➤ Kaynama başladıktan sonra ateşi kısınız.
➤ Kaynayan suya et, havuç, kereviz, defneyaprağı ve arpacık soğanı ekleyiniz ➤ Kaynamaya bırakınız.	➤ Ateşi kısıttan sonra kapağı kapatmayı unutmayınız ➤ Yaklaşık iki saat pişmesi gerekir.
➤ Pişmeye yakın patatesleri ekleyiniz	➤ Patatesin diğer sebzelerle birlikte eklenmesi sakıncalıdır erken

	<p>pişeceğinden dağılmasına neden olur.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ateşten almadan önce pişmişliğini kontrol ediniz. ➤ Kısa bir süre daha kaynatınız.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lezzet kontrolü yaparak tuz ve baharatları ekleyiniz. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tuz erken eklenirse etin sertleşmesine neden olur. ➤ Baharatlar uçucu yağ asitleri olduğundan erken eklenmesi aromasının kaybolmasına neden olur.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sosu ve garnitürü ile servise hazır hale getiriniz. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tabakları porsiyonlarken et ve sebzelerin eşit olarak dağılımına dikkate diniz. ➤ Sıcak servis yapınız.  <p>Resim1.5: Dana haşlamamın tenceredeki ve tabaktaki görünümü</p>

UYGULAMA FAALİYETİ-2

Sebzeli Kuzu Kapama Hazırlayınız

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Çalışma ortamını hazırlayınız	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız. ➤ Planlı çalışınız.
➤ Araçları hazırlayınız	➤ Uygun büyüklükte tencere seçiniz. ➤ Tencerenin büyüklüğüne göre ocak seçiniz. ➤ Doğrama tahtasını ve bıçağını hazırlayınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız	➤ 1400 gr. Kuzu kol ➤ 800 gr. su ➤ 150 gr. Havuç ➤ 250 gr. Pırasa ➤ 300 gr. Patates ➤ 400 gr. Marul veya kıvırcık ➤ Tuz, karabiber
➤ Blanching (ön hazırlık) yapınız.	➤ Kuzu kolun fazla yağları ve istenmeyen kısımları temizlenir. Kaynayan suyun içinde blanching yapılır.
Poche tekniği ile et yemeği pişiriniz.	➤ Porsiyona bir parça kemikli et düşecek şekilde 5 parçaya kesiniz ➤ Bol suda yıkandıktan sonra tencereye koyun ve üzerine 1 litre soğuk su dökünüz ➤ Bir taşım kaynadıktan sonra köpüğü alıp kapağını kapatın ve kısık ateşte kaynatın. ➤ Havuçları yıkayıp soyun ve kişi başına 3-4 parça düşecek şekilde parmak şeklinde doğrayın. ➤ Pırasayı ayıklanıp akarsuda ayıklayın ve kişi başına 2 parça düşecek şekilde kesiniz. ➤ Patates soyup kişi başına 2 parça verilecek şekilde parçalara ayırın. ➤ Marul ayıklayıp yaprakları yıkayın. ➤ 15 dk kadar yavaş yavaş kaynatılmış etlerin üzerine sırasıyla; tuz, havuç pırasa ve patates eklendikten sonra en üzeri marul yapraklarıyla kapatın ➤ Kapağı kapalı şekilde yavaş yavaş kaynatın 45- 60 dak, etler iyice yumuşayana kadar pişirin. ➤ Etler pişince tabağa bir parça kemikli et, 2 parça patates, 2 parça pırasa, 3-4 parça havuç ve bir parçada salata yaprağı koyun. Üzerine bir çay bardağı et suyu dökün
➤ Sosu ve garnitürü ile servise hazır hale getiriniz.	➤ Sıcak olarak servis ediniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruların doğru cevaplarını seçerek işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi basınçlı tencere kullanırken dikkat edilecek noktalardan biri değildir?
 - A) Tenceredeki su seviyesi $\frac{2}{3}$ ' ten fazla olmamalıdır.
 - B) Basınç yükseldikten, sinyal verildikten sonra saate bakıp pişirme süresi bilinmelidir.
 - C) Sinyal verilince ısı düşürülmelidir.
 - D) Pişirme süresi tamamanınca ısı kesilir ve kapağı açılır.
2. Aşağıdakilerden hangisi etleri Poché pişirme yöntemini tanımlar?
 - A) Az sıvıda pişirme-derin sıvıda pişirme
 - B) Derin yağda pişirme-az yağda pişirme
 - C) Kaynar derecedeki kaynamayan suda pişirme- fırında pişirme
 - D) Derin sıvıda pişirme –az yağda kavurarak pişirme
3. Aşağıdakilerden hangisi Bouilli pişirme tekniğidir?
 - A) Kaynama noktasının hemen altındaki bir ısıda kaynamayan sıcak suda haşlama işlemidir.
 - B) Yiyeceğin hızla kaynayan sıvının içerisinde pişirilmesi işlemidir.
 - C) Soğuk suya konup kaynayanaya kadar ısıtıp, soğuk sudan geçirme ve süzme yöntemidir.
 - D) Derin yağda kızartma yöntemidir.
4. Etler için; soğuk suya konup kaynayanaya kadar ısıtıp, soğuk sudan geçirme ve süzme yöntemi aşağıdakilerden hangisidir?
 - A) Bouilli
 - B) Poché
 - C) Blanching
 - D) Etüve
5. Aşağıdakilerden hangisi Bouilli pişirme tekniğinin avantajlarından biri değildir?
 - A) Sert ve kalitesiz et ve tavuklar bu yöntemle damak tadına uygun ve sindirilebilir hale gelir.
 - B) Sık kullanılan bir yöntemdir ve yakıt için ekonomiktir.
 - C) Besleyici, iyi tatlandırılmış stocklar elde edilebilir.
 - D) İşçi maliyetini arttırır.

UYGULAMALI TEST

Haşlayarak et yemeği hazırlayınız.

Grup arkadaşınızla gerekli araç, gereç ve ortamı hazırlayarak birbirinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
Kişisel hijyen		
1. Kıyafetinizi eksiksiz giydiniz mi (gömlek, kepe, fular, önlük, pantolon, terlik)?		
2. Kıyafetiniz temiz ve ütülü mü?		
3. Kişisel bakımınızı yaptınız mı (banyo, tırnak, saç, sakal, el yıkama)?		
4. Takılarınızı çıkardınız mı (yüzük, saat, kolye, bileklik, küpe)?		
Araç-gereç seçimi		
1. Araçlarınızı doğru seçtiniz mi?		
2. Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi?		
İşlem basamakları		
1. Etlere Blanching (ön hazırlık) yaptınız mı?		
2. Sebzeleri hazırladınız mı?		
3. Eti doğradınız mı?		
4. Suyu kaynattınız mı?		
5. Eti, sebzeleri ve suyu bir tencereye koyarak sırasıyla pişirdiniz mi?		
6. Zaman zaman üstünde oluşan köpükleri aldınız mı?		
7. Lezzet kazandırdınız mı?		
Ürünü değerlendirme		
1. Pişirmeyi zamanında tamamladınız mı?		
2. Ürünün görüntüsü istenilen nitelikte mi?		
3. Ürünün pişmişliği istenilen nitelikte mi?		

4. Ürünün lezzeti istenilen nitelikte mi?		
Temiz ve düzenli çalıştınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Eksiklerinizi faaliyete dönerek, araştırarak ya da öğretmeninizden yardım alarak tamamlayabilirsiniz. Değerlendirme sonunda tüm yanıtlarınız “evet” ise Öğrenme Faaliyeti II’ ye geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

AMAÇ

Gerekli ortam sağlandığında etleri yağda kavurup sos içinde (braise) tekniği ile pişirerek sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki işletmelerden ve internetten, yağda kavurup sos içinde pişirilen et yemeklerini ve hazırlarken dikkat edilecek etmenleri araştırınız

2. YAĞDA KAVURUP SOS İÇİNDE (BRAISÉ) PİŞİRME

2.1. Yağda Kavurup Sos İçinde (Braisé) Pişirme Tekniği ile Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

BRAISÉ, Et veya sebzeleri önce az yağda kızartıp sonra az miktarda bir sıvı içinde veya çeşitli soslar içinde veya içini konulan malzemelerin öz suları ile pişirilmesidir. Bu pişirme yöntemi sert etlere uygulanır. Pişirme tekniğinin amacı sert etlerdeki kollojen yapıyı çözerek eti yumuşatır, yapısındaki jelâtinin açığa çıkmasını sağlar ve et yemeğinin sosuna lezzet kazandırır.

Bu yöntem ile

- Yağ ile hafif kızartma işlemi dış yüzeydeki karamelizasyon etin öz suyunu içinde saklar ve eti lezzetlendirir.
- Sert etlerdeki kollojen yapıyı çözerek eti yumuşatır, yapısındaki jelâtinin açığa çıkmasını sağlar ve et yemeğine lezzet kazandırır.
- Yiyeceğin içeriğindeki nişastanın kırılması veya yumuşaması, selüloz, protein ve lifli yapının kırılması ile yemeğin daha yumuşak hale gelmesi sağlanır.
- Yemeği damak tadına uygun, sindirilebilir hale getirir.
- Besin zehirlenmesine yol açabilecek bakteri içeriğini yok ederek yemeği güvenilir hale getirir.
- Yemeğin kalitesini, rengini, lezzetini ve dokusunu geliştirir.

2.1.1. Avantajları

- Sert ve daha az kaliteli etler için uygundur.
- Lezzet ve besleyici öğeler maksimum derecede korunur.
- Lezzet ve sunum çeşitliliği sağlar.

2.1.2. Zaman ve Isı Kontrolü

- Yavaş pişirme esastır. Bu yöntemin etkili olabilmesi için sıvı yavaş kaynamaya bırakılmalıdır.
- Buharlaşmayı önlemek, ısıyı koruyabilmek için ağzı sıkı kapatılabilen kaplar seçilmeli ve kapak sıkıca kapatılmalıdır.
- Pişirme süresi gıdanın kalitesine bağlı olarak değişir.
- İdeal fırın sıcaklığı 160 °C'dir.
- Taze etler; dana eti, kuzu eti, geyik eti bu pişirme yöntemi için uygundur.

2.1.3. Anahtar Noktalar

- Pişirme süresi uzun olduğundan zamanlama doğru yapılmalıdır.
- Fazla pişirme sıvının buharlaşmasına, lezzetin bozulmasına, rengin değişmesine sebep olacağından dikkatli olunmalıdır.
- Pişirme sırasında miktar ve lezzet açısından sıvı kontrol edilmelidir, gerekiyorsa stock eklenebilir.
- Porsiyon kontrolüne dikkat edilmelidir. Büyük miktardaki yemeğin kaç porsiyon çıkacağını tahmin etmek oldukça güçtür, standart boyutlarda kepçe ve kaşık kullanılmalıdır.
- Tekrar ısıtma işlemi uygulanmamalıdır, pişince servis edecek şekilde ayarlama yapılmalıdır.
- Görünür yağlar mümkün olduğunca alınmalıdır.

2.1.4. Braisé Yapmanın Kuralları

- Braisé yapılacak yiyecekler braiséden önce genellikle kullanılan ürünün dışındaki şekerin kahverengileşmesi, aynı zamanda da lezzetinin ve şeklinin düzgün olmasını sağlamak için hafif kahverengileşecek şekilde kızartılır.
- Pişme kabına öncelikle yiyeceklerle birlikte az miktarda sıvı konur. Daha sonra sıvı azaldıkça ilave edilmelidir. Gereğinden fazla ilave edilen su, yiyeceklerin kaynamasına ve tadının bozulmasına neden olacaktır.
- Su ilave edildikten sonra yavaş yavaş pişirilir.
- Bu yöntemle pişirilen etlerin ince dilimler halinde kesilip servis edilmesi gerekmektedir.

- **Dikkat edilmesi gereken hususlar**
 - Doğru ölçüde kap seçilmelidir. Bu pişirme yönteminde kullanılan tava, genellikle oval veya dikdörtgen şeklinde ve incedir.
 - Sıcak kabın yerini değiştirirken dikkatli olunmalıdır.
 - Kapak açılırken sıçramalara dikkat edilmelidir.

2.2. Yağda Kavurup Sos İçinde (Braisé) Pişirme Tekniği ile Hazırlanabilen Etler ve Et Yemekleri

2.2.1. Av Etleri

- **Portakallı Ördek**
 - **Malzemeler**
 - 2 kg. ağırlığında bir Ördek
 - 2 adet Portakal
 - 2 çorba kaşığı margarin
 - 4 adet küp kesme şeker
 - 1 çay kaşığı patates unu
 - 1 çorba kaşığı portakal marmeladı
 - **Hazırlanışı**
 - Margarini bir tencereye koyup kızdırınız. İçine temizlenmiş, tütsülenmiş, ayakları gerisine geçirilmiş ve tuzlanmış ördeği koyunuz. Bir tarafı kızardıktan sonra çevirerek, her iki tarafı da nar gibi oluncaya dek, 45-50 dakika kızartınız.
 - Diğer yandan bir portakalın kabuğunu soyunuz, çok ince doğrayıp, biraz su içinde haşlayınız. İkinci bir portakalın üstünü kesme şeker ile ovun, aynı şekeri ateşte sarımtırak bir renk alıncaya kadar eritiniz. İki portakalın kabuklarını ve zarlarını çıkartınız, dilim dilim kesiniz, sonradan süs olarak kullanmak üzere buzdolabında saklayınız. Pişen ördeğin yağını tencereden çıkarınız, aynı kaba et suyu ve pıhtılaşması için patates ununu ilave edip, önceden karamel haline getirdiğiniz şeker, ince doğranmış ve haşlanmış portakal kabuğu, portakal marmelâdını ilave ediniz.
 - Ördeği, istediğiniz büyüklükte porsiyonlara bölün, salçayı ve süs olarak portakal dilimlerini koyup sıcak servis yapınız.



Resim: 2.1 Portakallı Ördek

2.2.2. Rostu (Sığır, Dana ve Koyun)

➤ Malzemeler

- 750 gr. Dana eti (kemiksiz but)
- Pul biber
- Tuz, karabiber
- 1 Soğan
- 500 gr. Havuç
- 1 Pırasa
- 1-2 çorba kaşığı sıvıyağ
- 1 çorba kaşığı kekik
- 300 ml. et suyu
- 1 çorba kaşığı margarin
- Bir tutam tozşeker
- 250 gr. makarna
- 1 çorba kaşığı tane karabiber
- 150 gr. süt kreması

➤ Hazırlanışı

- Eti temizleyiniz. Pul biber, tuz ve karabiber ile ovun. Soğanı soyun. Havuçları yıkayıp kabuklarını soyunuz. Pırasayı da ayıklayıp yıkayınız. Soğan ve 1 havucu doğrayınız. Pırasayı ince halkalar halinde doğrayınız.
- Sıvıyağı bir tavada kızdırınız ve eti kızartınız.
- Sebzeleri ete ilave edip karıştırarak kavurunuz. Kekik ve et suyunu da ekleyiniz. Rostoyu orta dereceli ateşte, üstü kapalı olarak 1 saat pişiriniz.

- 25 dakika piştikten sonra kalan havuçları halka halka doğrayın. 150 ml. kadar suda margarin ile yaklaşık 5 dakika haşlayınız. Tuz, karabiber ve tozşeker ile tatlandırınız.

➤ **Sosunun Hazırlanması**

- Rostoyu tencereden alıp soğumayacak şekilde bekletiniz. Sosunu bir süzgeçten geçirip küçük bir tencereye aktarınız. Süt kremasını ve karabiber tanelerini ilave edip bir taşım pişiriniz. (Un ile kıvam verebilirsiniz ve salça ile de renklendirebilirsiniz.) Süzerek kullanınız.
- Eti ince ince dilimleyip garnitur ve sosla birlikte servis yapınız.

Öneri: Soslu rostonun yanında makarna veya pilav yerine patates püresi ya da sadece sebze garnitür de sunabilirsiniz. Bir diğer alternatif de eriştedir. Özellikle tereyağı ile hazırlanmış erişte, rostonun yanında ikram edebileceğiniz uygun ve lezzetli bir garnitür seçeneğidir.



Resim: 2.2 Pişmiş ve servise hazır rosto patates püresi ile servis edilir

2.2.3. Yahni

➤ **Dana Yahni (6 Kişilik)**

• **Malzemeler**

- 1 kg. Antrkot Dana Eti, (küp şeklinde kesilmiş)
- 2 Adet Kıyılmış Soğan
- 1 Adet Dilimlenmiş Dolmalık Biber ve Kırmızı Biber
- 2 Diş Kıyılmış Sarımsak
- 2 Çorba Kaşığı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Esmer Şeker
- 1 Çorba Kaşığı Un
- 12,5 cl. Su
- 1 Tutam Kekik

- 1 Çorba Kaşığı Kırmızı Şarap Sirkesi
- 1 Çorba Kaşığı Beyaz Hardal
- 3 Tane Karanfil
- Tuz, Karabiber

- **Hazırlanışı**

- Tavada yağı kızdırınız ve etleri içine atıp hafifçe kızartın. Sonra etleri düdüklü tencereye aktarınız.
- Soğanı, biberleri ve sarımsağı tavada birkaç dakika kavurunuz. Üzerine un ve şeker serpiniz. Karıştırırken bir yandan da içine yavaş yavaş su ilave edin. Sonra kekik, sirke, hardal, karanfil, tuz ve karabiber serpiniz. Kaynama noktasına gelince, karışımı düdüklü tenceredeki etin üzerine dökünüz.
- Tencerenin kapağını kapatın ve yemeği yaklaşık 1,5 saat ateşte tutun. Kapağını açtıktan sonra gerekirse yeniden su ilave edin ve kaynatınız.



Resim: 2.3 Yahni ve Ragout (İtalyan yemeği)

2.2.4. Ragout (İtalyan Yemeği)

- Malzemeler(6 kişilik)
 - 1 kg. Sığır eti (kuşbaşı doğranmış)
 - 2 adet Soğan (dilimlenmiş)
 - 1 diş Sarımsak (ince kıyılmış)
 - 1.5 su bardağı sıcak su
 - 4 yemek kaşığı margarin
 - 1 yemek kaşığı un
 - 1 çay kaşığı sirke
 - 1 çay kaşığı muskat

- 1 ay kaşığı Şeker
- Tuz ve biber
- Baharat Demeti İçin
- 2 adet taze kekik
- 3 maydanoz
- 1 defneyaprağı

➤ **Hazırlanışı**

- Fırını 200 dereceye ayarlayın.
- Bir guvete margarini eritiniz, etlerin hepsini atarsanız kavrulana kadar sertleŐebileceđinden etleri azar azar atın, biraz kavurunuz ve bir tabağa çıkarınız. Aynı işlemi etler bitene kadar tekrar ediniz.
- Aynı guve içinde soğanları ve sarımsakları soteleyin, etleri ilave edip unu serpiştiriniz ve karıştırınız.
- Sonra sıcak suyu, sirkeyi, bir iple bağlayıp hazırladığınız baharat demetini (maydanoz, kekik ve defneyaprağından hazırlanan demet) Şekeri, muskatı, tuz ve biberi ekleyerek bir taşım kaynatınız.
- Guvecin üstünü kapatınız ve önceden 200 derece ısıtılmış fırında 1 saat pişiriniz.

2.2.5. Macar Goulasch (Macar)

➤ **Malzemeler (6 kişilik)**

- Dana eti (kemiksiz) (1 kg.)
- Sıvı yağ (15 gr.)
- Soğan (140 gr.)
- Domates (300 gr.)
- Patates (750 gr.)
- Salça (40 gr.)
- Maydanoz (15 gr.)
- Un (15 gr.)
- Kırmızıbiber (15 gr.)
- Su (1 litre)
- Tuz

➤ **Hazırlanışı**

- Soğan soyulup yemeklik doğranır.

- Etin fazla yağlı ve sinirli kısımları alınıp 160 gr. olacak biçimde ve küp şeklinde parçalara bölünür.
- Domatesler soyulur ve çekirdekleri çıkarılıp tavla zarı şeklinde (konkase) doğranır
- Tencere kızdırılıp çok az yağ konur ve etler içine atılır. Etlerin yüzeyi biraz kızarana kadar kavrulur ve soğan ilave edilip pembeleşene kadar karıştırılır.
- Sırasıyla domates, salça, un, kırmızıbiber ve tuz ilave edilip karıştırıldıktan sonra bir litre su katılır.
- Bir taşım kaynadıktan sonra ateşi kısılıp yavaş yavaş kaynatılarak 2 saat civarında pişirilir.
- Pişme esnasında ara ara karıştırılarak dibine yapışması önlenmelidir.
- Yemek piştiğinde, tencerede ½ litre civarı sos kalmalıdır ve sosun kıvamı çorba akıcılığında olmalıdır.
- İstenildiği takdirde patates garnitürü ile servis edilir.



Resim: 2.4 Geleneksel Macar yemeği Macar Goulasch

2.2.6. Paupiettes De Boeuf (Et Sarma)

- **Malzemeler (10 kişilik)**
 - 1 kg. yağsız Dana eti
 - 90 ml. Ayçiçek yağı
 - 250 gr. soğan (mire poix doğranmış)
 - 250 gr. havuç (mire poix doğranmış)
 - 60 gr. un
 - 90 gr. domates püresi
 - 1.5 lt et suyu
 - 1 adet buke garnie

- 1 diş sarımsak
- Tuz
- Karabiber

➤ **Harcı İçin;**

- 250 gr. beyaz galette unu
- 125 gr. soğan (ince kıyılmış)
- Maydanoz (ince kıyılmış)
- Kuru biberiye veya kekik
- Limon kabuğu rendesi
- Tuz, ekilmış karabiber

➤ **Hazırlanışı/İşlem Basamakları**



- Eti ince ince dilimleyin ve her bir dilimi döverek inceltiniz. Dövülmüş dilimleri bıçakla düzeltiniz. Kenarlarından artan parçaları ince ince kıyarak harca katınız



- Harcı hazırlamak için verilen harç malzemesinin tümünü bir kaptaki iyice karıştırınız.



- Et dilimlerini tuzlayıp biberleyiniz. Üzerine hazırladığınız harcı (ortalarında yoğunlaşacak biçimde) eşit olarak serpiştiriniz. Her bir parçayı rulo biçiminde sararak açılmaması için bağlayınız veya kürdanla tutturunuz.



- Yağı bir tavada kızdırın. Et rulolarını kızgın yağda her tarafı eşit renk alacak biçimde hafifçe kahverengileşinceye kadar kızartınız. Soğan ve havuçları ilave ederek, onlar da altın sarısı renk alıncaya kadar kızartma işlemini sürdürünüz.
- Tavada kalan yağı temiz bir tencereye süzün. Eğer kalan yağ 60 ml. den az ise yağı 60ml ye tamamlayınız.
- Tencereyi Bir taşım kaynatıp kefini alınız. Tuz ve biberini control ederek tencereye, et ve sebzeleri, buke garniyi ve de sarımsağı ilave ediniz. Kısık ateşte (veya fırında) yaklaşık 1,5-2 saat etler iyice yumuşayıncaya kadar pişiriniz.



- Etleri tencereden süzerek alıp iplerini çözünüz. Tenceredeki sosun baharatını ve yoğunluğunu control edip gerekiyorsa biraz mısır nişastası ile koyulaştırınız. İnce bir süzgeçten geçirip etlerin Üzerine süzerek servis yapınız.



Resim 2.5: Pişmiş ve servise hazır Paupiettes De Boeuf (Et Sarma)

2.2.7. Osso Buco (İtalyan İncik Yemeği)

İtalya'nın Milano yöresine özgü sığır eti, beyaz şarap, soğan ve domatesle yapılan bir tür yahnidir.



Resim 2.6: Çiğ pişmeye hazır ve pişmiş, servise hazır Osso Buco (İtalyan İncik Yemeği)

➤ **Malzemeler (10 kişilik)**

- Dana inciği (250 gr.lık, 5 cm kalınlığında kemikli olarak kesilmiş) 10 adet
- Tuz, taze çekilmiş karabiber
- Un (elenmiş) 60 gr.
- Margarin 125 gr.
- Ayçiçek Yağı 150 ml.
- Soğan (ince kıyılmış) 125 gr.
- Havuç (bruniaz doğranmış) 125 gr.
- Pırasa (bruniaz doğranmış) 60 gr.
- Kereviz (bruniaz doğranmış) 60 gr.
- Domates püresi 60 ml.
- Buke garni 1 adet
- Konkase domates 500 g
- Limon veya portakal (suyu ve kabuğunun rendesi) 1 adet
- İnce kıyılmış maydanoz veya fesleğen 2,5 çorba kaşığı

➤ **Hazırlanışı/İşlem basamakları**

- İncik dilimlerini tuzlayıp biberleyin.



- Una bulayıp fazla unlarını silkeleyin.



- Margarin ve ayçiçek yağını geniş bir tavada beraberce eritiniz. Yağ kızınca unlanmış incikleri içine atarak her iki tarafını hafifçe renk alacak biçimde biraz kızartınız.



- Soğan ilave edip tavanın üzerine bir kapak kapatarak 3-4 dakika yumuşamayabırakınız. Havuç, pırasa ve kerevizi ekleyip kapağı kapatarak 3-4 dakika daha pişiriniz.



- Tavadaki fazla yağı süzerek Beyaz şarabı ve et suyunu katıp karıştırınız. Domates püresi, sarımsaklı çeşni ve buke garniyi de ekleyerek kapağı kapatınız.



- Kısık ateşte yaklaşık 1 saat pişiriniz. Konkase domatesleri ilave ederek tuz ve biberini kontrol ediniz. Kapağı tekrar kapatarak etler iyice yumuşayıp bir çatal darbesi ile kemikten ayrılacak hale gelinceye kadar kısık ateşte pişirmeyi sürdürünüz.



- Buke garniyi tavadan alınız. Limon suyunu ekleyerek karıştırın. Osso Buko'yu üzerine limon veya portakal kabuğu rendesi ve ince kıyılmış maydanoz veya fesleğen serpererek servis yapınız.



Resim: 2.6 Servise hazır Osso Buco (İtalyan İncik Yemeği) ve türk usulü kuzu incik



Resim: 2.7 Türk usulü kuzu incik

2.2.8. Etli Sebze Yemekleri

Sağlık ve ekonomik açıdan evlerimizde ve toplu beslenme yapılan kurumlarda tencere yemekleri ve etli sebze yemekleri tercih edilir. Etin sebze ile yenmesi dengeli beslenme açısından ve dolayısıyla sağlık açısından gereklidir. Her türlü sebze ile etler pişirilebilir. Genellikle Türk mutfağındaki tencere ve etli sebze yemeklerinde pişirme tekniği hemen hemen aynıdır. Önce etler az yağ ile kavrulur, daha sonra ilave edilen sebze, baharat vb katkılarla pişirilmesi esasına dayanır.

➤ **Etli Patlıcan**

• **Malzemeler**

- 500 gr. kuşbaşı et
- 6 adet Patlıcan
- 2 adet Domates
- 2 adet taze yeşilbiber
- 2 çorba kaşığı sıvı yağ
- Tuz

➤ **Hazırlanışı**

- Eti bir tencereye koyup içine yağı, doğranmış soğanı ve biberi koyunuz. Orta hararetli ateşe soğanlar sararınca ve ette bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurunuz.
- Domateslerin kabuklarını soyup kuşbaşı doğrayıp, ete ilave edip, bir iki defa daha domatesle kavurunuz.
- Patlıcanları aralıklı soyup ceviz büyüklüğünde doğrayınız. Yıkayıp ete ilave ediniz. Biraz öldükten sonra su ve tuzu koyunuz. Orta hararetli ateşte et ve patlıcanlar yumuşayınca kadar pişiriniz. Servis tabağına koyup servis yapınız.

Not: Patlıcan yerine istediğiniz sebzeyi kullanabilirsiniz.



Resim: 2.8 Türk usulü pişmiş tencere yemekleri

2.2.9. Tencere Kebapları

➤ **Malzemeler** 750 gr. but eti (kuşbaşı)

- 4 adet iri patates
- 3 adet soğan
- 2 çorba kaşığı yağ

- 2 adet domates veya 1 kaşık domates salçası

➤ **Hazırlanışı**

- Kuşbaşı olarak doğranmış eti, yağı ve doğranmış soğanı bir tencereye koyunuz. Orta hararetli ateşte soğanlar sararınca ve et bıraktığı suyunu çekene kadar kavurunuz.
- Kavurma işlemi tamamlanınca kabuğu soyulmuş ve doğranmış domatesleri ve sulandırımış domates salçasını ilave edip bir iki defa daha karıştırınız. Etlerin üzerine çıkacak kadar su ilave edip orta hararetli ateşte pişiriniz.
- Patatesleri kuşbaşı doğrayıp yağda hafif kızartınız. Kebabın inmesine 20 dakika kala etlerin üzerine koyup, 1-2 defa kaynatınız. Suyu azaldıkça ilave ediniz. Etler ve patatesler pişince servis tabağına koyup üzerine maydanoz serpererek servis ediniz.

UYGULAMA FAALİYETİ

Eti patlıcan hazırlayınız.

NOT: Braise pişirilen et yemeklerinin herhangi bir tanesini seçip hazırlayabilirsiniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Araçları hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız.➤ Planlı çalışınız.➤ Uygun büyüklükte tencere seçiniz.➤ Tencerenin büyüklüğüne göre ocak seçiniz➤ Doğrama tahtasını ve bıçağını hazırlayınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ 500 gr kuşbaşı et➤ 6 adet Patlıcan➤ 2 adet Domates ve taze yeşilbiber➤ 2 çorba kaşığı sıvı yağ➤ Tuz
➤ Braise tekniği ile et yemeği pişiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Eti bir tencereye koyup içine yağı, doğranmış soğanı ve biberi koyunuz.➤ Orta hararetli ateşte soğanlar sararıncaya ve ette bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurunuz.➤ Domateslerin kabuklarını soyup kuşbaşı doğrayıp, ete ilave edip, bir iki defa daha domatesle kavurunuz.➤ Patlıcanları aralıklı soyup ceviz büyüklüğünde doğrayınız. Yıkayıp ete ilave ediniz.➤ Biraz öldükten sonra su ve tuzu koyunuz.➤ Orta hararetli ateşte et ve patlıcanlar yumuşayınca kadar pişiriniz.
➤ Sosu ve garnitürü ile servise hazır hale getiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Servis tabağına koyup servis yapınız

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruların doğru cevaplarını seçerek işaretleyiniz.

1. Büyük parça etlerin pişirilmesinde ve sert etlerin yumuşaması ve gevşetilmesi için kullanılan bir pişirme yöntemi aşağıdakilerden hangisidir?
 - A) Bouili
 - B) Braise
 - C) Blanching
 - D) Etüve
2. Aşağıdakilerden hangisi Braise pişirme tekniğinin avantajlarından biri değildir?
 - A) Sert ve daha az kaliteli etler için uygundur
 - B) Lezzet ve besleyici öğeler maksimum derecede korunur
 - C) Lezzet ve sunum çeşitliliği sağlar
 - D) Kısa sürede pişer.
3. Aşağıdakilerden hangisi Braisé yapmanın kurallarından biri değildir?
 - A) Braisé yapılacak yiyecekler Braisé den önce genellikle; kullanılan ürünün dışındaki şekerin kahverengileşmesi, aynı zamanda da lezzetinin ve şeklinin düzgün olmasını sağlamak için hafif kahverengileşecek şekilde kızartılır.
 - B) Pişme kabına öncelikle yiyeceklerle birlikte az miktarda sıvı konur.
 - C) Su ilave edildikten sonra hızlı bir şekilde pişirilir.
 - D) Bu yöntemle pişirilen etlerin ince dilimler halinde kesilip servis edilmesi gerekmektedir.
4. Aşağıdakilerden hangisi Braisé yapmanın dikkat edilmesi gereken hususlardan biri değildir?
 - A) Doğru ölçüde kap seçilmelidir.
 - B) Bu pişirme yönteminde kullanılan tava kalın dipli olmalıdır
 - C) Sıcak kabın yerini değiştirirken dikkatli olunmalıdır.
 - D) Kapak açılırken sıçramalara dikkat edilmelidir.

KONTROL LİSTESİ

Grup arkadaşınızla gerekli araç, gereç ve ortamı hazırlayarak birbirinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Kişisel hijyen		
A) Kıyafetinizi eksiksiz giydiniz mi (gömlek, kepe, fular, önlük, pantolon, terlik)?		
B) Kıyafetiniz temiz ve ütülü mü?		
C) Kişisel bakımınızı yaptınız mı (banyo, tırnak, saç, sakal, el yıkama)?		
D) Takılarınızı çıkardınız mı (yüzük, saat, kolye, bileklik, küpe)?		
2. Araç-gereç seçimi		
A) Araçlarınızı doğru seçtiniz mi?		
B) Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi?		
3. İşlem basamakları		
A) Eti bir tencereye koyup içine yağı, doğranmış soğanı ve biberi koydunuz mu?		
B) Orta hararetili ateşte soğanlar sararıncaya ve ette bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurdunuz mu?		
C) Domateslerin kabuklarını soyup kuşbaşı doğrayıp, ete ilave edip, bir iki defa daha domatesle kavurdunuz mu?		
D) Patlıcanları aralıklı soyup ceviz büyüklüğünde doğradınız mı?		
E) Yıkayıp ete ilave ettiniz mi?		
F) Biraz öldükten sonra su ve tuzu koydunuz mu?		
G) Orta hararetili ateşte et ve patlıcanlar yumuşayıncaya kadar pişirdiniz mi?		
4. Ürünü değerlendirme		
A) Pişirmeyi zamanında tamamladınız mı?		
B) Ürünün görüntüsü istenilen nitelikte mi?		

C) Ürünün pişmişliği istenilen nitelikte mi?		
D) Ürünün lezzeti istenilen nitelikte mi?		
5. Temiz ve düzenli çalıştınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Eksikliklerinizi faaliyete dönerek, araştırarak ya da öğretmeninizden yardım alarak tamamlayabilirsiniz. Değerlendirme sonunda tüm yanıtlarınız “evet” ise Öğrenme Faaliyeti III’ e geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-3

AMAÇ

Gerekli ortam sağlandığında etleri buharda (etüve vapeur) ve kendi suyunda (etüve) tekniği ile pişirerek, sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki işletmelerden ve internetten buharda ve kendi suyunda pişirilen etleri, et yemeklerini araştırınız.

3. BUHARDA (ETÜVÉ VAPEUR) VE KENDİ SUYUNDA (ETÜVÉ) PİŞİRME

3.1. Buharda Pişirmede Kullanılan Araçlar

Buharda pişirme yiyeceklerin özel kaplarda suya değmeden sadece su buharında pişirilmesi yöntemidir. Ticari mutfaklarda buharda pişirme amacıyla içine paslanmaz çelikten perforeli (altı delikli) bir tabanın yerleştirildiği paslanmaz çelik kaplar kullanılmaktadır. Tabanın altında kalan bölüme su konur. Tabanın yüksekliği suya değmeyecek şekilde olmalıdır. Delikli tabanın üzerine sebzeler yerleştirilir. Kapağı kapatılır. Altta yanan ateş ile suyun kaynaması sağlanır. Böylece su buharlaşır ve yiyecekler buhar sayesinde pişer. Delikli tabanların sayısı birden fazla olabilir. Böylece hem yemek hem de onunla servis yapılacak garnitür beraber pişirilebilir. Günümüzde ticari mutfaklarda buharda pişirme için “combi-steamer” (konveksiyonlu) adı verilen fırınlar kullanılmaktadır. Bu fırınlarda buhar, fırının içine verilir. Fan ile buhar fırının içinde her yana eşit olarak dağıtır. Delikli tepsilere içine yerleştirilen yiyecekler bu fırında deliklerden buharın geçmesi ile pişirilir.



Resim 3.1. Buharda (etüvé vapeur) pişirme ve pişirme araçları

3.2. Buharda Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

Bu pişirme yöntemi ile;

- Yiyeceğin içeriğindeki nişastanın kırılması veya yumuşaması, selüloz, protein ve lifli yapının kırılması ile yemeğin daha yumuşak hale gelmesi sağlanır.
- Yemeği damak tadına uygun, sindirilebilir hale getirir.
- Besin zehirlenmesine yol açabilecek bakteri içeriğini yok ederek yemeği güvenilir hale getirir.
- Yemeğin kalitesini, rengini, lezzetini ve dokusunu geliştirir.
- Çözünbilir besin öğeleri kaybını aza indirir.

➤ Avantajları

- Besin değeri korunur.
- Besinleri kolay sindirilebilir ve diyet yemeği haline getirir.
- Düşük basınçla pişirme ile proteinin zarar görmesi engellenir.
- İşçi maliyeti düşüktür ve kullanım alanı geniştir.
- Sebzelerin buharda pişirilmesiyle, daha taze görünüm ve renk korunumu sağlanır.
- Yakıt açısından ekonomiktir.

➤ **Zaman ve ısı kontrolü**

Yüksek basınçla pişirme uygulanacaksa, gereken basınç sağlanmadan yiyecek buhara konmamalıdır. İyi pişirme sağlamak için bu şarttır. Pişirme süresi kullanılan ekipmanın tipine, büyüklüğüne ve besin kalitesine bağlı olarak değişmektedir.

➤ **Dikkat edilecek noktalar**

- Önceden ısıtma gerektiğinden, buhar doğru zamanda açılmalıdır
- Buhar kapatılmadan kapak açılmamalıdır (düşük buharda şart değil)
- Kapak açılırken geride durulmalı, buhara dikkat edilmelidir
- Fazla pişirmekten kaçınılmalıdır. Özellikle yüksek basınçta pişirme süresi kısadır
- Makinenin içi her kullanımdan sonra temizlenmelidir
- Her kullanım öncesi makine kontrol edilmelidir
- Etler yağlı kâğıtla kaplanarak pişirilirse istenmeyen görüntüler de engellenmiş olur

3.3. Buharda Pişirmenin Sağlık ve Besin Değeri Açısından Önemi

- Yiyeceğin daha çabuk pişmesini sağlar.
- Yiyeceğin öz suyu, mineraller ve vitaminler daha az kayba uğrar.
- Yiyeceğin kendine özgü tadı daha iyi korunmuş olur.
- Yiyeceğin pişirilmesinde yağ kullanmak zorunluluğu kalmayacağından özel bir diyet uygulayanların rahatlıkla kullanabileceği bir pişirme yöntemidir.
- Yiyecek zedelenmeden pişmiş ve görünümünü daha iyi korumuş olur.
- Servis zamanı, misafirin siparişine göre yemek hazırlama olanağı sağlar.

3.4. Buharda Pişirmenin Kullanıldığı Etler

3.4.1. Körpe ve Yumuşak Kasap Etleri

➤ **Buğu Kebabı**

- **Malzemeler:**
 - 1 kg. Dana eti
 - 500 gr. arpacık soğan
 - 2-3 adet Domates
 - 2 çorba kaşığı margarin veya sıvıyağ
 - Tuz, karabiber, kekik

- **Hazırlanışı**
 - Etler kuşbaşı olarak doğranır. Tencereye su konup kaynatılır. Tencerenin içine koyacağınız delikli kapların içine doğranılan etler konur.
 - Bir tavada sıvı yağ veya margarinde arpacık soğanlar kavrulur. Doğranmış domatesler ilave edilip kavrulmaya devam edilir. Tuz, karabiber, kekik ilave edilir.
 - Suyun buharı ile pişirilen etlerin üzerine hazırlanan karışım ilave edilir. Biraz daha buharda bekletilerek maydanozla süslenip servis edilir.

3.4.2. Körpe Kümes Hayvanları

- **Buharda Mantarlı Piliç.**
 - **Malzemeler:**
 - 700 gr. Tavuk
 - 100 gr. Arpacık soğan
 - 300 gr. Mantar
 - 100 gr. Yeşilbiber
 - 150 gr. Domates
 - 100 gr. Krema
 - Tuz, beyaz biber
 - **Hazırlanışı:**
 - Tavuk kuşbaşı doğranıp tencerede kaynayan suyun üzerine konmuş delikli kapların içine konarak buharda haşlanmaları sağlanır.
 - Ayrı bir tavada arpacık soğan, biber, mantar, domates kavrulur. Tuz ve beyaz biberle tatlandırıldıktan sonra krema dökülerek bir taşım kaynatılır.
 - Buharda pişen tavuklar bir tabağa alınır. Üzerine hazırlanan karışım ilave edilerek servis edilir.

3.5. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirmede Kullanılan Araçlar

Yiyecekleri kendi sularında pişirme yöntemi olduğu için bu yöntemde kullanılacak araçların en büyük özelliği buhar kaybını önleyecek şekilde olmasıdır. Pişirme işleminin ocak üzerinde veya fırında yapılmasına göre kullanılacak araçlar değişiklik gösterir. Buna göre kullanılacak araçlar;

- Derin bir tencere
- Bir süzgeç veya elek

- Uygun bir kapak
- Fırında pişirmede kalın kenarlı tepsiler kullanılır.

3.6. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

Yiyeceklerin hiç su ilave edilmeden, kendi suyunda pişirilmesi yöntemidir. Gereken ilavelerle (yağ, tuz, biber, salça gibi) hazırlanan yiyecekler ocakta veya fırında kendi sularıyla pişer. Pişirme işlemi hafif ısıda olmalı, yiyecek kendi suyunu salarak kendi suyunda pişmelidir. Yiyecek bu yöntem ile fırında pişirilecekse 120-140 °C' den fazla ısı olmamalıdır:



Resim 3.2. Sebze, tavuklu, kuzu etli güveç çeşitleri kendi suyunda (Etüvé) pişirmeye örnektir

3.7. Kendi Suyunda (Etüvé) Pişirilebilen Etler ve Yemekler

3.7.1. Kuzu Eti

- Kuzu Kol Sarma (6 kişilik)
 - **Malzemeler:**
 - 1300 gr. Kuzu kol
 - 20 gr. biber salçası
 - 30 gr. çekilmiş ekmek içi
 - 50 gr. maydanoz
 - 20 gr. sıvı yağ
 - Sarımsak, tuz, biber, kekik

- **Hazırlanışı:**
 - Maydanoz temizlendikten sonra incecik kıyılır. Ekmek içi çekilir. Sarımsak dövülerek ezilir. Ekmek içi, maydanoz, sarımsak ve kekik birleştirilerek karıştırılır.
 - Kuzu kolun fazla yağları temizlenir ve kemikleri çıkartılır. Kolun iç kısmına tuz atılır ve biber salçası süzülür. Bunun üzerine aromatic malzemenin hepsi serpilir. Kol silindir şeklinde sarılır ve mutfak ipiyle iyice sarılarak bağlanır.
 - Fırın 260 0 C’de ısıtılır. Kol sarma tuzlanıp az sıvı yağla yağlandıktan sonra kolu alacak küçük bir fırın tepsisine yerleştirilir. Kızgın fırına verilerek 10 dk. civarı, sarmanın yüzü kızarmaya başlarken fırının ısısı 160 0 C’ye düşürülür. 1 saat 20 dk. civarında yavaş yavaş pişirilir. Pişmesine 15 dk. kala tepsiye 1 su bardağı su dökülür. Bu su tepsinin yanmasını önler ve sos olarakta yemeğin üzerine dökülür.
 - Sarmanın ipleri alındıktan sonra yuvarlak dilimlerle kesilir ve servis tabağına alınıp sıcak olarak servis edilir.

3.7.2. Güveç Yemekleri

➤ Güveçte İncik

- **Malzemeler:**
 - 1 kg. et (incik)
 - 1 kg. Arpacık soğan
 - 2 adet domates
 - 1 tatlı kaşığı kekik
 - Tuz, karabiber
- **Hazırlanışı:**
 - Soğanları soyup güvece koyunuz. İncikleri yıkayıp soğanın üzerine koyunuz.
 - Domatesleri doğrayıp etin üzerine yayın. Tuz, biber, kekik ve çok az su koyup güvecin ağzını folyo kâğıt ile kapatınız.
 - Güveci fırına koyup 1,5-2 saat pişiriniz. Sıcak olarak servis ediniz.

UYGULAMA FAALİYETİ-1

Buğu kebabi hazırlayınız.

NOT: Buharda (etüvé vapeur) pişebilen et yemeklerinin herhangi bir tanesini seçip hazırlayabilirsiniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Araçları hazırlayınız	<ul style="list-style-type: none">➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız.➤ Planlı çalışınız.➤ Uygun büyüklükte tencere seçiniz➤ Tencerenin büyüklüğüne göre ocak seçiniz.➤ Doğrama tahtasını ve bıçağını hazırlayınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız	<ul style="list-style-type: none">➤ 1 kg dana eti➤ 500 gr. arpacık soğan➤ 2-3 adet domates➤ 2 çorba kaşığı margarin veya sıvıyağ➤ Tuz, karabiber, kekik
➤ Buhar tenceresini hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Tencereyi nasıl kullanacağınızı öğrenin
➤ Buhar pişirme tekniği ile et yemeği pişiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Etler kuşbaşı olarak doğrayın.➤ Tencereye su koyup kaynatın. Tencerenin içine koyacağınız delikli kapların içine doğradığınız etleri koyunuz. Pişmeye bırakınız➤ Bir tavada sıvı yağ veya margarinde arpacık soğanlar kavurun.➤ Doğranmış domatesleri ilave edilip kavurmaya devam ediniz.➤ Tuz, karabiber, kekik ilave ediniz.➤ Suyun buharı ile pişirilen etlerin üzerine hazırlanan karışımı ilave ediniz.
➤ Sosu ve grnitürü ile servise hazır hale getiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Maydanozla süsleyip servis ediniz.

UYGULAMA FAALİYETİ-2

Güveçte incik hazırlayınız.

NOT: Kendi suyunda (etüvé) pişebilen et yemeklerinin herhangi bir tanesini seçip hazırlayabilirsiniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
	<ul style="list-style-type: none">➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız.➤ Planlı çalışınız.
<ul style="list-style-type: none">➤ Araçları hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Uygun büyüklükte tencere seçiniz.➤ Tencerenin büyüklüğüne göre ocak seçiniz.➤ Doğrama tahtasını ve bıçağını hazırlayınız.
<ul style="list-style-type: none">➤ Gereçleri hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ 1 kg. et (incik)➤ 1 kg.Arpacık soğan➤ 2 adet Domates➤ 1 tatlı kaşığı kekik➤ Tuz, karabiber
<ul style="list-style-type: none">➤ Pişirme aracını hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤
<ul style="list-style-type: none">➤ Kendi suyunda pişirme tekniği ile et yemeği pişiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Soğanları soyup güvece koyunuz. İncikleri yıkayıp soğanın üzerine koyunuz.➤ Domatesleri doğrayıp etin üzerine yayınız. Tuz, biber, kekik ve çok az su koyup güvecin ağzını folyo kâğıt ile kapatınız➤ Güveci fırına koyup 1,5-2 saat pişiriniz. Sıcak olarak servis ediniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Sosu ve garnitürü ile servise hazır hale getiriniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Maydanozla süslenip servis ediniz

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

ÖLÇME SORULARI

1. Aşağıdakilerden hangisi buharda pişirmenin avantajlarından biri değildir?
 - A) Besin değeri korunur.
 - B) Besinleri kolay sindirilebilir ve diyet yemeği haline getirir.
 - C) Düşük basınçla pişirme ile proteinin zarar görmesi engellenir.
 - D) İşçi maliyeti yüksek ve kullanım alanı dardır.
2. Aşağıdakilerden hangisi etüve pişirme yönteminin tanımıdır?
 - A) Yiyecekleri derin yağda kızartma yöntemi
 - B) Yiyecekleri kendi sularında pişirme yöntemi
 - C) Yiyecekleri az yağda pişirme yöntemi
 - D) Yiyecekleri fırında pişirme yöntemi
3. Aşağıdakilerden hangisi etüve pişirme yönteminde dikkat edilecek noktalardan biri değildir?
 - A) Yiyeceklerin hiç su ilave edilmeden, kendi suyunda pişirilmelidir.
 - B) Gereken ilavelerle (yağ, tuz, biber, salça gibi) hazırlanan yiyecekler ocakta veya fırında kendi sularıyla pişirilmelidir.
 - C) Pişirme işlemi yüksek ısıda olmalıdır.
 - D) Yiyecek kendi suyunu salarak kendi suyunda pişmelidir.
4. Aşağıdakilerden hangisi etüve pişirme yönteminde kullanılan araçlardan biridir?
 - A) Derin bir tencere
 - B) İnce dipli tava
 - C) Fritöz
 - D) Fırında pişirmede ince kenarlı tepsiler

KONTROL LİSTESİ

Grup arkadaşınızla gerekli araç, gereç ve ortamı hazırlayarak birbirinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Kişisel hijyen		
➤ Kıyafetinizi eksiksiz giydiniz mi (gömlek, kepe, fular, önlük, pantolon, terlik)?		
➤ Kıyafetiniz temiz ve ütülü mü?		
➤ Kişisel bakımınızı yaptınız mı (banyo, tırnak, saç, sakal, el yıkama)?		
➤ Takılarınızı çıkardınız mı (yüzük, saat, kolye, bileklik, küpe)?		
2. Araç gereç seçimi		
➤ Araçlarınızı doğru seçtiniz mi?		
➤ Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi?		
3. İşlem basamakları		
➤ Etler kuşbaşı olarak doğradınız mı?		
➤ Tencereye su konup kaynattınız mı?		
➤ Tencerenin içine koyacağınız delikli kapların içine doğranılan etleri koydunuz mu?		
➤ Bir tavada sıvı yağ veya margarinde arpacık soğanları kavurdunuz mu?		
➤ Doğranmış domatesler ilave edilip kavrulmaya devam ettiniz mi?		
➤ Tuz, karabiber, kekik ilave ettiniz mi?		
➤ Suyun buharı ile pişirilen etlerin üzerine hazırlanan karışım ilave ettiniz mi?		

4. Ürünü değerlendirme		
➤ Pişirmeyi zamanında tamamladınız mı?		
➤ Ürünün görüntüsü istenilen nitelikte mi?		
➤ Ürünün pişmişliği istenilen nitelikte mi?		
➤ Ürünün lezzeti istenilen nitelikte mi?		
5. Temiz ve düzenli çalıştınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Eksiklerinizi faaliyete dönerek, araştırarak ya da öğretmeninizden yardım alarak tamamlayabilirsiniz. Değerlendirme sonunda tüm yanıtlarınız “evet” ise Öğrenme Faaliyeti IV’ e geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-4

AMAÇ

Gerekli ortam sağlandığında; eti hazırlayıp gratin ederek garnitürü ile servise hazır hale getirebilmek.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki işletmelerden gratin etme yöntemi ile hazırlanan et yemeklerini araştırınız.

4. GRATİN ETME

4.1. Gratin Yapılacak Etin Hazırlanması

Gratin etmek: Yiyeceğin üzerinin kızartılmasıdır. Kısa sürede fırında veya salamandırdada yapılır. Önceden çeşitli yöntemlerle pişirilen etlerin son pişirmesi bu yöntemle yapılır. Çünkü etler bu kadar kısa sürede pişmez. Özelliklerine göre ön hazırlama ve pişirme yöntemlerinden geçirilir. Graten kaplarına alınırlar. Üzerlerine çeşitli malzemeler yayılarak gratin edilir.

Çok yumuşak olan ve kısa sürede pişebilen etler marine edildikten sonra ızgarada tekniğine uygun pişirilir. Graten kaplarına alınır. Üzerlerine katkı malzemeleri yayılarak gratin edilir. Daha çok ızgarada pişen sebze garnitürleri ile servis yapılır.

Daha sert olan etler veya kemikli etler çeşitli katkı malzemeleri ile suda pişirilirler. Sonra susuz olarak graten kaplarına alınır. Üzerlerine yayılan çeşitli katkı malzemeleri veya soslar ile gratin edilir. Sebze garnitürleri ile servis yapılır.

Bazı etler veya köfte çeşitleri fırında pişirildikten sonra üzerlerine gratin malzemeleri ilave edilerek gratin edilir. Fırında közlenmiş domates biber vb. sebzeler ile servis yapılır.

4.2. Gratin Yapmada Kullanılan Araçlar

Gratin edilerek pişirilen yiyecekler kendi kabında sunuldukları için kullanılacak araçlar oldukça önemlidir. Graten kaplarının ilk şartı ısıya dayanıklı olmalarının gerekliliğidir. Gratin işlemi fırında yapılacaksa fırına ve fırın kaplarına ihtiyaç vardır. Sadece üzeri pişirilecekse salamandra ve gratin kapları kullanılır. Genellikle porselen, bakır, paslanmaz çelik, cam gibi maddelerden yapılmış, görünümü güzel gratin kapları tercih edilmelidir.

Gratin kapları hakkında detaylı bilgi sebze garnitürleri modülünde bulunmaktadır. Sebze Garnitürleri modülünü inceleyiniz.

4.3. Gratin Yapmada Kullanılan Gereçler

Gratin yapmada amaç; yemeğin üzerinin kızarmasıdır. Bu nedenle yemeğin özelliğine göre farklı malzemeler kullanılır. Bu kızarmayı sağlamak için aşağıdaki gereçler kullanılmaktadır.

➤ **Peynirler :(Kaşar, Permasan)**

Gratin yapmada genellikle sert peynirler kullanılır (kaşar peyniri, gravyer peyniri gibi). Peynir aynı zamanda sosun üzerinde de kullanılabilir.

➤ **Bechamel Sauce**

Gratin yapmada en çok Beşamel sos ve Morney sos kullanılır.

Beşamel sos ve Morney sos için Soslar modülünü tekrar inceleyiniz.

➤ **Yumurta Sarısı**

- Gratin yapmada yumurta sarısının kızarıcı özelliğinden yararlanılabilir. Yumurta sarısı çırpılıp yemeğin üzerine dökülebilir
- Yemeğin pişme suyu ile karıştırılıp yemeğin üzerine dökülebilir
- Sos ile karıştırılarak gratin yapmada kullanılabilir.

➤ **Cips patates vb.**

Bazı yemeklerde hem görünüşü değiştirmek hem de lezzeti arttırmak için patates cipsi ufalanarak yemeğin üzerine yayılır ve gratin yapılır. Patates püreside bazı yemeklerin üzerine yayılarak gratin yapmada kullanılabilir. Özellikle haşlanmış etlerle yapılan gratinlerde haşlama suyuna un, yoğurt, yumurta gibi malzemeler ilave edilerek karıştırılır. Elde edilen sos yemeğin üzerine dökülerek gratin yapılır.

Bunlara ilave olarak galeta unu, ufalanmış kızarmış ekmek, ekmek içi, ceviz badem vb maddelerle karıştırılmış ekmek içi kullanılarakta gratin yapılabilir.

4.4. Gratin Etmede Dikkat Edilecek Noktalar

- Gratin son pişirme işlemi olduğu için yapılıp yapılmaz mümkünse kendi kabı ile servis yapılmalıdır. Servis yapılan kabın görünüşünün güzel olmasına dikkat edilmelidir.
- Büyük kaplarda yapılmışsa bekletilmeden porsiyonlanıp garnitürleriyle beraber servis yapılmalıdır.
- Gratin yapılmadan önce etin iyice pişmiş olmasına dikkat edilmelidir.
- Yiyeceğin üzerinin eşit kızarmasına dikkat edilmelidir.
- Gratin yapılacak fırının veya salamandırının ısısının 250-300 °C olmasına dikkat edilmelidir. Böylece yiyeceğin içi kurumadan üzeri kızarmış olur. Gratinle beraber yiyeceğinde pişmesi isteniyorsa ısı daha düşük olabilir.



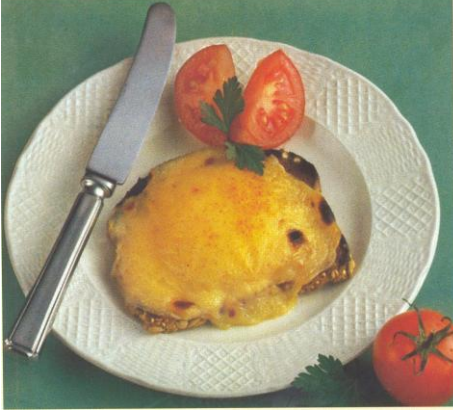
Resim 4.1. Gratin edilmiş yemekler

4.5. Gratinin Kullanıldığı Yerler

4.5.1. Izgara Etlerin Üzerinde

- **Peynirli Biftek**
 - **Malzemeler:**
 - 8 adet Biftek
 - 1 adet soğan
 - 200 gr. Dil peyniri
 - 2 çorba kaşığı tereyağı
 - Tuz, karabiber
 - **Hazırlanışı:**
 - Soğan doğranır. Bifteklerin aralarına serpilip kapalı olarak 4-5 saat buzdolabında marine edilir. Bir tencereye konan peynir ve yağ çok

hafif ateşte ara sıra karıştırılarak eritilir. Bifteklerin üzerindeki soğanlar ayrılıp baharatlanır. Sıvı yağ ile yağlanır. Izgarada iki taraflı pişirilir. Üzerine eşit miktarda sıcak erimiş peynir konur. Salamandrada üzeri kızartılır. Pilav ve sebze soteleri ile servis yapılır.



Resim 4.2: Peynirli Biftek



Resim 4.3: Patates Pürelü Fırın Köfte

4.5.2. Fırında Kızarmış Etlerin Üzerinde

- **Patates Pürelü Fırın Köfte**
 - **Malzemeler:**
 - 50 gr.dana kıyma
 - 2 dilim bayat ekmek
 - 1 adet soğan
 - 2 yumurta
 - 6-7 dal maydanoz
 - 4 çorba kaşığı sıvı yağ
 - 5-6 adet patates
 - ½ kahve fincanı süt
 - 3-4 adet sivri biber
 - 2-3 adet domates
 - Tuz, karabiber
 - **Hazırlanışı:**
 - Kıymaya; ufalanmış ekmek içi, rendelenmiş soğan, 1 yumurta, ince doğranmış maydanoz, tuz, karabiber eklenerek iyice yoğrulur. 15-20 dk. dinlendirildikten sonra tekrar yoğrulur. Yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılan ıslak avuç arasında yuvarlanarak

ortaları hafifçe çukurlaştırılır. Yağlanmış tepsiye dizilir. Çukur kısımlara birer çay kaşığı sıvı yağ damlatılır. Sıcak fırında kısa sürede pişirilir.

- Patatesler haşlanır, soyulur ve rendelenir. 1 yumurta, 2 çorba kaşığı sıvı yağ ve ½ kahve fincanı süt, tuz ve karabiber ile karıştırılarak püre yapılır. Köftelerin çukur kısımlarına püre eşit miktarda yerleştirilir. Tekrar fırına konularak üzerleri pembeleşene kadar pişirilir. Servis tabağına alınır. Fırında közlenmiş domates ve biber ile servis yapılır.

4.5.3. Haşlanmış Etlerin Üzerinde

➤ Elbasan Tava

• Malzemeler

- 1/2 kg. kemikli kuzu eti,
- 2 çorba kaşığı sıvı yağ,
- 7-8 adet taze soğan,
- 1 su bardağı yoğurt,
- 2 çorba kaşığı un,
- 1 adet yumurta,
- Tuz, karabiber

• Hazırlanışı

- Düdüklü tencerede sıvı yağ ile et kısa süre kavrulur. 2-3 cm. boyunda doğranan taze soğan, tuz, karabiber ve 1,5 su bardağı sıcak su konarak tencere kapatılıp 20 dk. pişirilir. Soğuyunca kapak açılır. Bir tencerede yoğurt ile un çırpılır. Biraz et suyu ilave edilerek hafif ateşte birkaç dk kaynatılır. Ilıklaşınca yumurtalar, tuz ve karabiber eklenerek karıştırılır. Etler graten kabına dökülür. Üzerine hazırlanan sos dökülür. Fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirilir. Servis tabağına alınarak sebze garnitürleri ile servis yapılır.



Resim 4.4.: Elbasan Tava

UYGULAMA FAALİYETİ

Peynirli biftek hazırlayınız.

NOT: Graten yapılan et yemeklerinin herhangi bir tanesini seçip hazırlayabilirsiniz.

➤ **Malzemeler:**

- 4 adet biftek
- 1 adet küçük soğan
- 100 gr. dil peyniri
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- Tuz, karabiber

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Araçları hazırlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalınız. ➤ Planlı çalışınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız	➤ Salamandrayı ısıtınız ➤ Gratin kabını, tepsiyi, bıçağı, doğrama tahtasını, karıştırma kabını, servis tabağını hazırlayınız.
➤ Et çeşitlerini gratin için hazırlayınız.	➤ Bifteklerin arasına doğranmış soğanları serpererek marine ediniz. ➤ Biftekleri soğanlardan ayırıp baharatlayıp iki taraflı pişiriniz.
➤ Gratin malzemelerini hazırlayınız.	➤ Dil peyniri ile yağı bir kaptta kısık ateşte ara sıra karıştırarak eritiniz
➤ Etleri gratin kabına yerleştiriniz.	➤ Pişen biftekleri gratin kabına yerleştirin.
➤ Salamandri hazırlayınız.	➤ Salamandri yakarak 250 dereceye gelmesini sağlayınız.
➤ Gratin malzemelerini etin üzerine serpiniz ➤ Etleri gratin ederek pişiriniz.	➤ Bifteklerin üzerine erittiğiniz peyniri eşit olarak dökünüz ➤ Salamandrada her tarafı eşit olacak şekilde üzerlerini kızartınız.
➤ Servise hazır hale getiriniz.	➤ Servis tabağına alınız. Pilav ve sebze soteleri ile servis ediniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

1. Etler gratin edilmeden önce aşağıdaki yöntemlerden hangisi ile pişirilirler?
 - A) Fırında
 - B) Izgarada
 - C) Haşlama
 - D) Hepsi.
2. Aşağıdakilerden hangisi gratin etmede kullanılan sostur?
 - A) Beşamel sos.
 - B) Dömiğlas sos.
 - C) Mayonez sos.
 - D) Hollandez sos.
3. Aşağıdakilerden hangisi gratin yaparken kullanılan gereçlerden biri değildir?
 - A) Rendelenmiş peynir.
 - B) Yumurta ile karıştırılmış ekmek içi.
 - C) Bechamel sos .
 - D) Hollandez sos.
4. Graten yapılırken yiyeceğin sadece üzerinin pişmesi istenirse hangi mutfak aracı kullanılır?
 - A) Tencere.
 - B) Salamandra.
 - C) Fırın.
 - D) Ben mari.
5. Aşağıdakilerden hangisi gratin kabında aranan özelliklerden biri değildir?
 - A) Servis yapmayada elverişli olmalı.
 - B) Sıcağa dayanıklı olmalı.
 - C) Kırılmaz özellikte olmalı.
 - D) Derin olmamalı.
6. Aşağıdakilerden hangisi gratinde ısının yüksek olmasının nedenidir?
 - A) Bir an önce servis yapabilmek için.
 - B) İçi kurumadan dışının kızarması için.
 - C) Etin iyice pişmesini sağlamak için.
 - D) Hem içinin hem dışının pişmesi için.

ÖĞRENME FAALİYETİ-5

AMAÇ

Etlerin özelliğine ve yapılacak yemeğin çeşidine göre bol derin yağda (frit) kızartma tekniği ile et yemeklerini pişirip, sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizde, ticari mutfaklarıyla hizmet veren turistik tesislerde ve restoranlarda frit pişirme yöntemi ile pişirilmekte olan et yemeklerini, soslarını ve garnitürlerini araştırınız.
- Frit yöntemiyle hazırlanan et yemekleri, sosları ve garnitürleri internet ortamında araştırınız.

5. BOL YAĞDA KIZARTARAK (FRİT) ET YEMEĞİ HAZIRLAMA

5.1. Frit Pişirme Yönteminin Tanımı ve Önemi

Kızgın bol yağda pişirme tekniğidir. Bu teknik ile yiyeceği kızgın yağın içerisine daldırarak, yiyeceğin yüzeyinde birden, gevrek bir kızarmış tabaka oluşturulup yumuşak kalması sağlanır. Protein ve nişastanın birleşiminden ve sıcaklık tesiriyle meydana gelen kızarmış yüzey yiyeceğe ayrı bir tat vermektedir. Gazlı, elektrikli fritöz (ısı derecesi daha kontrollü olduğu için elektrikli olanı tercih edilmelidir) veya kızartma tenceresi, tava kızartmada kullanılan araçlardır.

Yağın sıcaklık derecesi pişirilecek yiyeceğin yapısına, türüne ve özelliğine göre değişebilir. Ayrıca pişme süresi de pişecek maddenin türüne göre farklılık gösterebilir.

5.2. Etleri (Frit) Yaparken Dikkat Edilecek Noktalar

- **Kızartma yaparken daima fritöz kullanılmaya çalışılmalıdır. Böylece;**
 - Hava ile çok az bir yüzey temas edeceği için kızartma en zararsız şekilde gerçekleşir
 - Kızartmada her boyuttaki yiyeceğin her tarafı aynı şekilde renklenir.
 - Yiyecek içine yağ çekme fırsatı bulamaz.

- **Kızartma yağı seçimi önemlidir. Bu nedenle;**
- Isıya dayanıklı yağlar tercih edilmelidir.
 - Isıya dayanıklılığı fazla olduğu için linoleik asit içeren yağlar (mısırözü ayçiçeği vb yağlar) seçilmelidir. Bu yağların daha uzun süre kullanılmaları mümkündür
 - Zeytinyağı Oleik asit içerdiği için daha çabuk yanar ve bir defadan fazla kullanılmaz. Siyahlık kazanarak kokusu bozulur.
 - Margariner kızartmalar için kullanılmamalıdır. Daha zararlı bileşikler oluşturur ve daha çabuk kararır.
 - Profesyonel mutfaklarda çok sık yapılan bu işlem için özel yağlar üretilmiştir. Kaliteli bir profesyonel kızartma yağının dumanlanma noktası diye adlandırılan, yağın duman ve keskin bir koku çıkarmaya başladığı nokta, 200 °C'nin ve yanma noktası ise 316°C altında olmamalıdır. Aksi takdirde sürekli olarak kızartma sırasında yağın rengi ve tadı bozulmaya başlar ve bu kötü özellikler yiyeceğe geçer.
 - Aynı zamanda yanma noktası düşük yağlar ise mutfakta yangın tehlikesi yaratabilir.
 - Yağın asitsiz olması gerekir.
 - Yağ taze iken asit çok düşük, bazılarında da yok denecek kadar azdır.
 - Asitli yağ daha çabuk bozulur, yani zararlı bileşikler asitli yağ ile çabuk oluşur.
 - Yağ uzun süre kullanılmaz. Çok çabuk yoğunlaşır.
 - Daima en yeni tarihli yağ kullanılmalıdır.
 - Markalardan önce üretim ve son kullanım tarihi önemlidir
 - Ayrıca iyi bir yağ köpüklenme yapmaz.
 - Köpüklenme yağın fritözden taşmasına sebep olabileceği için tehlikelidir.
- **Yağın belli bir süreden sonra mutlaka kontrol edilmesi gerekir**
- Yağ kullanıldıkça, eskidikçe, yoğunluğu artar. Bu da bozukluğunun artık kullanılmaması gerektiğinin bir göstergesidir.
 - Kullanma süresi devamlı kullanıldığı saatle sınırlandırılırsa kontrolü daha kolay olur.
 - Eğer kullanma süresi takip edilemiyorsa yağın yoğunluğuna dikkat etmek, sık sık bakmak gerekir.
 - Yağın yoğunluğunu ölçmek için, dansimetre (yoğunluk ölçen alet), bu iş için devamlı kullanılmalıdır.
 - Kısa süre kullanılması da kuruluş ve mutfak için zararlıdır.

- **Kızartma ısısı 140-180 dereceler arasında olmalıdır**
 - 140-180 °Cden düşük derecelerde yiyecekler daha fazla yağ çeker.
 - Yüksek ısılarda yiyecek yağ çekmez. Ancak yağın daha çabuk ayrışması yapısının bozulması, böylece yoğunluğunun çabucak artması yüzünden yağın kullanma zamanı kısılır.

- **Yağın mutlaka kullanılmadan önce, istenilen ısıda kızdırılmış olması gerekir**
 - Soğuk yağ yiyecek içine yağ almasına neden olduğu gibi birçok yiyeceğin şekil bozukluğuna da neden olur.
 - Soğuk yağa atılan yiyecekler içine yağ çektiği için kolay kolay kızarmaz.
 - Yağın uygun sıcaklıkta olması iyi bir sonuç için çok önemlidir.
 - Yiyecek yağa atıldıktan sonra bu sıcaklığı aynı seviyede tutmanın büyük önemi vardır.
 - Yağın sıcaklığını koruyabilmek ve içine atılan soğuk yiyeceklerle yağın ısısını fazla düşürmemek için fritöze bir seferde çok fazla yiyecek doldurulmamalıdır. Aksi takdirde bu aşırı yüklemekten dolayı yağın sıcaklığı çok düşer.
 - Düşük ısıda kızartılan yiyecekler hem yağı çeker hem de bazen parçalanır ve görüntüleri bozulur.

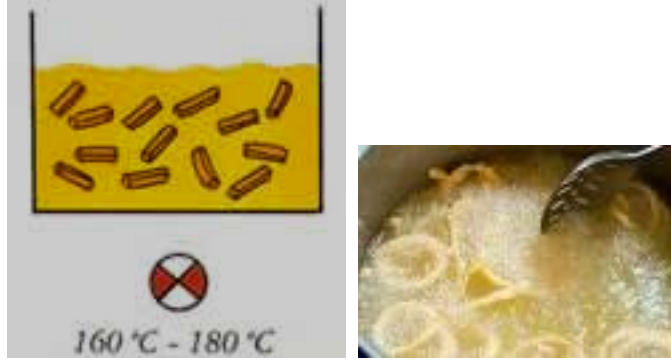


Resim 5.1: Fritöz

- Kullanılması gereken uygun yiyecek-yağ oranı 1/10 dur (1 lt yağa 100 g yiyecek).
- Genellikle gözden kaçan bir nokta, fritöze yeni parti kızartılacak yiyecek ilave edilmeden önce yağın tekrar uygun sıcaklığa gelmesinin beklenmemesidir. Bu durum kızartmayı olumsuz yönde etkilemektedir.

- **Kızartma yaparken yağda ve kızaracak yiyecekte su olmamalıdır**
 - Yiyecek sulu olursa ya da yağa su sıçramış ise yağ kabarıp, taşar, yangına, yanık kazalarına sebep olur.
- **Kızartılan yiyecekler aynı boyutta olmalıdır**
 - Kızartılacak yiyecekleri irili ufaklı olursa, önceden kızaranlar olacağı için onları ayırmak sorun olacaktır.
 - Hepsinin aynı grupta olması renk farkı, pişmişlik farkı ve yanma gibi sorunları ortadan kaldıracaktır.
- **Kızartma kabına yiyecekler aynı anda konulmalı aynı anda çıkarılmalıdır**
 - Bu nedenle fritözün sepeti kullanmak en iyi sonucu almamıza yardımcı olacaktır.
 - Fritöz sepeti renk farkı aksaklıklarına ve düzensiz kızartmalara fırsat vermez.
- **Kızaran yiyecekler, sıcak bir tepsiye üst üste gelmeyecek şekilde çıkarılmalıdır**
 - Soğuk tepsiye veya kaba çıkarılırsa sıcak soğuk karşılaşması terleme yapar. Yiyecek sulanır ve yumuşar.
 - Ayrıca üst üste de konulmamalıdır.
 - Yayılarak konulması doğru olur, aynı şekilde terleme yaparak yiyeceğin kalitesi bozulur. Eğer sıcak kap kullanılmıyorsa kapla yiyecek arasına kalın kağıt havlu konulmalıdır.
 - Kağıt havlu pek çok kızartmada fazla yağı almak için de çok önemlidir.
- **Kızartma işlemi servise en yakın zamanda yapılmalıdır**
 - Yiyecekler kızartıldıktan sonra kesinlikle bekletilmemelidir.
 - A'la carte yiyeceklerde sıcak kızartmalar istendikten sonra yapılmalı, beklemiş olmamalıdır.
- **Kızartma çok fazla derecede olmamalıdır**
 - Gerektiğinden fazla ısıda yapılan kızartmalar yiyeceğin yapısını, besin değerini, lezzetini, görünüşünü bozar. Bu nedenle ısı iyi ayarlanmalıdır.

- **Pane yapılmış yiyeceklerin üzerindeki küçük parçaların dökülmemesi için özen gösterilmelidir**
 - Pane yiyecekleri kızartırken yağa dökülen küçük parçalar yağın kirlenmesine, yanarak renginin bozulmasına neden olur.
 - Ekmek kırıntıları veya galeta tozu parçalarının iyice yapışmış olmasına ve yiyeceğe yağın geçmeyecek şekilde pane yapılmış olmasına dikkat edilmelidir.
 - Eğer kızartma yağında küçük parçacıklar varsa yağ kullanıldıktan sonra hemen süzülmalıdır.
- **Donmuş yiyecekler özelliklerine göre donmuş olarak kızartılabilir**
 - Önemli nokta su içermemesi, üzerinde buz kristalleri, yani su olmamasıdır. Yağın taşmasına neden olabilir.
 - Kızartılan yiyeceklerin oda ısısında olması çok iyi sonuç alınması bakımından önemlidir.
- **Yağın en son kullanımı balıkta yapılmalıdır**
 - Balık kızardıktan sonra yağ bozulur, bozulmasa bile yağ kokusu kalır.
 - Bu nedenle balık kızartılan yağ başka bir kızartmada kullanılmamalıdır.
- **Fritöz yağı gerekli durumlarda daha çok olmak üzere sık sık süzülerek temizlenmelidir**
 - Gerekli durumlarda süzülmesi gereken yağ, her kızartmadan sonra süzülmesi daha net sonuçlar alınması açısından önemlidir.
 - Fritöz kullanılmadığı zamanlarda, her kullanımdan süzme yapılmalıdır.
- **Yağ değişimlerinde, fritöz iyice temizlenmeden yeni yağ kullanılmamalıdır**
 - Kirlilik fritözün ömrünü kısaltır ve kalitesini bozar.
- **Fritöz iyice soğumadan kapatılmamalıdır**
 - Yağın sıcak beklemesi de yapısının daha kolay bozulmasına neden olacağı unutulmamalıdır.



Resim 5.2.:Bol derin yağda kızartma 160-180 °C yapılır Servise hazırlanmış kızartılmış köfte

5.3. Frit Pişirmenin Kullanıldığı Yerler

5.3.1. Köfteler

Kadınbuda köfte, içli köfte gibi pek çok köfte çeşidini bu yöntemle pişirmek mümkündür.





Resim 5.3.:Servise hazırlanmış kadımbudu köfte ve kimyonlu köfte

➤ **Kadımbudu köfte (6 porsiyonluk)**

- Gereçler
 - 1400 g kuzu-dana kıyması karışımı
 - 50 g tereyağı
 - 1 çay kaşığı karabiber
 - 100 g ince doğranmış kuru soğan
 - 50 g haşlanmış pirinç
 - 1 çay kaşığı yenibahar
 - 1 demet ince kıyılmış maydanoz.
- **Kızartmak için;**
 - 250 g sıvı yağ
 - 3 adet iyi çırpılmış yumurta
 - 100 g un
- **İşlem Basamakları**
 - Yağla soğan bir tencerede kavrulur. Soğanlar renklenince kıymanın yarısı eklenir.
 - Kavrulmuş kıyma ve kalan malzeme iyice yoğrulur.
 - Eşit parçalara ayrılarak oval şekil verilir.
 - Tavada yağ kızdırılır.
 - Köfteler önce una sonra da yumurtaya batırılarak kızgın yağda sağa sola çevrilerek tek tek kızartılır.
 - Yanında patates ve ıspanak püresi ile servis yapılır.

➤ **Mititi köfte (12 porsiyonluk)**

• **Gereçler**

• **Harcı için;**

- 1200 g dana veya sığır eti kıyması
- 1500 kg koyun veya kuzu eti kıyması (orta yağlı)
- 1,5 kg ıslatılıp sıkılmış bayat ekmek içi
- 500 g soyulup dörde bölünmüş soğan
- 1 çay kaşığı kimyon
- 2 demet ince kıyılmış maydanoz
- 2 diş dövülmüş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 3 yumurta, tuz

• **Diğer gereçler;**

- 2 çorba kaşığı un
- 2 çorba kaşığı kekik
- 200 g tereyağı
- 1 litre sıvı yağı

➤ **İşlem Basamakları**

• **Harcının hazırlanması**

- Yumurta, su ve tuz hariç, tüm malzeme karıştırılır.
- Kıyma makinasından iki kez geçirilerek tepsiye alınır.
- İçine yumurtalar kırılır.
- Eller ıslatılarak iyice özleşene kadar yoğrulur.

• **Köftenin hazırlanması**

- Köfteler fındık büyüklüğünde parçalara bölünerek iki el arasında yuvarlanarak tepsiye konur.
- Üzerlerine un serpilerek köfteler tepsi üzerinde ileri geri sallayarak una bulanır.
- Kızdırılmış yağa birazı atılarak ve kevgirle karıştırılarak kızartılır ve süzgece alınır.
- Tavada tereyağı kızdırılır, köfteler ilave edilerek karıştırılır ve köftelerin tereyağına bulanmaları sağlanır.
- Kekik serpilerek servis yapılır.

➤ **Kimyonlu Köfte (6 porsiyonluk)**

• **Gereçler;**

- ½ kg kıyma
- 2 orta boy soğan
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 çorba kaşığı limon suyu
- 150 g tereyağ
- 1 yemek kaşığı un

• **Sosu;**

- Tavada artan yağ
- 2 domates rendesi

• **İşlem Basamakları;**

- Köfte hamuru hazırlanır, ancak harcı hazırlarken limon suyu ve sarımsakta ezilmiş olarak ilave edilir.
- Köfteler unlanarak yağda kızartılır.
- İstenirse tereyağ yerine sıvı yağda da kızartılabilir.
- Tereyağında kızartılıyorsa tavada kalan yağda domates rendesi eklenerek pişirilir ve sos hazırlanır.
- Köfteler bu sos içerisinde kısık ateşte 20 dakika bekletilerek sosuyla birlikte servis yapılır.
- Eğer sıvı yağda kızartılırsa, tavada kalan yağ boşaltıldıktan sonra 1 yemek kaşığı tereyağ ilave edilir, domatesle birlikte sos hazırlanarak aynı işlemler tekrar edilir.
- Sıcak olarak servis yapılır.

5.3.2. Piliçler

Körpe piliç kızartmalarında, boyun ve kanat uçları alınarak bağlanır. ½ kg civarındakiler hafif unlanıp kızartılarak pişirilebilir.

Genelde bütün olarak servise çıkar veya parçalar halinde kızartılabilir. Ayrıca kümes hayvanların hazırlanan kıymalarla da köfteler yapılabilir.

➤ **Tavuk&Hindi Köftesi (6 porsiyonluk)**

• **Gereçler;**

- ½ kg tavuk veya hindi göğüs eti kıyması
- 2 orta boy soğan
- 2 dilim ekmek içi
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 2 yumurta
- 150 g tereyağı
- 1 kaşık un

• **İşlem Basamakları;**

- Yağ hariç tüm gereçler hazırlandıktan sonra köfte hamuru hazırlanarak iyice yoğrulur.
- Parmak gibi uzun şekil verilerek una bulanır.
- Kızgın yağda kızartılır.
- Köfteler unlanarak yağda kızartılır.
- İstenirse tereyağ yerine sıvı yağda da kızartılabilir.
- Kızarmış patates garnitürleriyle servis yapılır.

Not:

- Tavuk göğüs eti yerine hindi göğüs eti de kullanılabilir.
- Her iki et yarıyarıya karıştırılarak da kullanılabilir.
- Her şekliyle tavuk köftesi gibi hazırlanarak pişirilir.
- İstenirse köfte harcı içerisine 2 adet ezilmiş sarımsak ilave edilebilir.

5.3.3. Pane ve Kaplama Etler

Köfteler, balıklar, piliçler vb panelerde frit pişirme yöntemi çok kullanılır. Pane yapımında, tost ekmeğinin ufalanarak kullanılması daha güzel renk almasına neden olur. Piyasada hazır olarak satılan galeta tozları, kullanıldığı zaman istenilen rengi veremeyebilir. Mutfaklarda, serviste kullanılmadan kalan bayat ekmekler öğütülerek kurutulur. Daha kaliteli sonuç almak için bu şekilde hazırlanmış galeta tozlarının kullanımı önemlidir.

Hem kuzu ve koyunun hem de dananın karaciğeri ile yapılan yemekler özellikle Türk Mutfağında çok görülür. Özellikle unlanarak kaplanmak suretiyle bol yağda kızartılan ve soğan piyazı ile sunulan bilinen en ünlü ciğer yemeklerimiz arasındadır. Ayrıca yaprak şeklinde dilimlenmiş ciğer ızgarası poelle pişirme yöntemiyle de pişirilebilen ünlü yemek

çeşitlerimizdendir. Ciğerin üzerindeki ince zarın soyulabilmesi için buzlu su kullanılmasında yarar vardır.

➤ **Ciğer Pane**

• **Gereçler**

- 500 g karaciğer (Dana)
- 200 g Galeta tozu
- 1 adet yumurta sarısı
- 2 yemek kaşığı un

• **Garnitür için;**

- 1 tatlı kaşığı sumak
- 1 adet soğan
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı limon suyu
- Kızartmak için sıvı yağ

• **İşlem basamakları;**

- Ciğerler yıkanarak yağı ve sinirlerinden ayrılır ve küçük parçalara doğranır.
- Ciğerleri sırayla una, yumurta sarısına sonra galeta tozuna bulanır.
- Derin bir tavada sıvıyağı koyarak kızdırılır.
- Ciğerler kızdırılan yağa atılarak kızartılır.
- Ayrı bir yerde soğanı yarım ay biçiminde dilimlenir.
- Zeytinyağı ve limonla soslayıp sumak eklenir.
- Ciğer ve soğanlarla birlikte servis tabağına alınarak servis yapılır.



Resim 5.4.:Piliç pane kızartmadan önce ve kızarttıktan sonra

➤ **Piliç güzeli – peynirli piliç kızartma (6 porsiyon)**

• **Gereçler:**

- 6 adet tavuk göğsü
- 3 adet yumurta
- 300 g otlu peynir
- 1 su bardağı un
- 2 su bardağı galeta tozu
- 1 su bardağı sıvı yağ
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

• **İşlem Basamakları:**

- Tavukgöğüsleri tek tek doğrama bloğu üzerinde bir tarafı kopartılmadan, yandan bıçakla ikiye ayrılır.
- Atılan kısımlar pırzola demiri ile inceltir. Tuz ve biberlenir.
- Ortasına peynir koyularak aynı şekilde kapatılır.
- Çukur bir kasede yumurtalar iyice çırpılır.
- Etler önce una sonra yumurta ve galeta tozuna batırılıp bir kaba dizilir.
- Dibi düz bir tavada kızdırılmış yağ da ve kısık ateşte kızartılır.
- Her iki tarafı kızardıktan sonra alınarak yanında patates sote veya tavasıyla sıcak olarak servis yapılır.

UYGULAMA FAALİYETİ

Kadınbudu köfte pişiriniz

NOT: Frit yapılarak hazırlanan et yemeklerinin herhangi bir tanesini seçip hazırlayabilirsiniz.

Verilen ölçüler 6 porsiyondur. Ölçülere dikkat etmek şartıyla porsiyon miktarını azaltabilirsiniz.

- **Gereçler:**
 - 1400 g kuzu-dana kıyması karışımı
 - 50 g tereyağı
 - 1 çay kaşığı karabiber
 - 100 g ince doğranmış kuru soğan
 - 50 g haşlanmış pirinç
 - 1 çay kaşığı yenibahar
 - 1 demet ince kıyılmış maydanoz
 - 100 g un
- **Kızartmak için gereçler:**
 - 250 g sıvı yağ
 - 3 adet iyi çırpılmış yumurta

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ İş yapmaya hazırlıklı olunuz.	➤ Kıyafetlerinizi tam olarak giyiniz.
➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uyunuz	➤ İşi yapmaya istekli olunuz
➤ Araçları tezgâha hazırlayınız	➤ Araçları tezgaha işlem sırasına göre sıralayınız.
➤ Gereçleri tezgâha hazırlayınız	➤ Gereçleri tezgaha işlem sırasına göre sıralayınız.
➤ Köfte hamurunu hazırlayınız	➤ Yağ ile soğanı bir tencerede kavurunuz. ➤ Soğanlar renklenince kıymanın yarısını ekleyiniz. ➤ Kavrulan kıyma ve kalan malzeme iyice yoğurunuz.

	<ul style="list-style-type: none">➤ Eşit parçalara ayırarak oval şekil veriniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Pane yapınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Tavada yağı kızdırınız.➤ Köfteleri önce una sonra da yumurtaya batırınız.➤ Kızgın yağda sağa sola çevrilerek tek tek kızartınız.
<ul style="list-style-type: none">➤ Servise hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Köfteleri servis tabağına alınız.➤ Sote veya püre patates garnitürleriyle süsleyiniz

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

1. Kızgın bol yağda pişirme tekniği, aşağıdakilerden hangisidir?
A) Sote
B) Frit
C) Poelle
D) Haşlama
2. Aşağıdakilerden hangisi frit tekniğinde dikkat edilmesi gereken noktalardan değildir?
A) Kızartma yaparken fritöz tercih edilmelidir
B) Kızartma ısısı 140 – 180 °C de olmalıdır
C) Kızartma yaparken yağda su olmamalıdır.
D) Kızartılan yiyecekler soğuk tepsiye üst üste konmalıdır.

3-6 arası sorular doğru - yanlış sorularıdır. Soruları dikkatle okuyarak doğru ise “D” nin altındaki paranteze, yanlış ise “Y” nin altındaki paranteze (Y) işareti koyunuz.

3. () Yağ kullandıkça yoğunluğu artar.
4. () Kızartma işlemi servise en yakın zamanda yapılmalıdır.
5. () Kızaran yiyecekler sıcak bir tepsiye çıkarılmalıdır.
6. () Kızartma yağı olarak zeytinyağı tercih edilmelidir.

7 ve 8 sorular boşluk doldurmalı sorulardır. Soruları dikkatle okuyarak boşluklara uygun doğru sözcükleri yazınız. Aradaki boşluklar sözcük sayısına göredir, boşluklara dikkat ediniz.

7. Yağın sıcaklık derecesi pişilecek yiyeceğin.....
ve göre değişebilir.
8. 8. Frit pişirme yönteminde, yağ her kullanımdan sonra dir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarı ile karşılaştırınız. Doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendirebilirsiniz.

Eksikliklerinizi faaliyete tekrar dönerek araştırarak ya da öğretmeninizden yardım alarak tamamlayabilirsiniz

MODÜL DEĞERLENDİRME

Haşlama (poche-bouilli), yağda kavurup sos içinde (braise), buharda (etüve vapeur) ve kendi suyunda(etüve), bol derin yağda (frit) pişirme gratin etme pişirme teknikleriyle et yemeğini pişirip sos ve garnitürü ile servise hazır hale getirebilme yeterliliğini kazandınız.

Modülde öğrendiğiniz bir et yemeğini Bouilli, Poché, Braisé, Etuvé, Etüve Vapeur, Graten, Frit, pişirme usullerinden birini veya bir kaçını kullanarak hazırlayınız.

DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
➤ Kişisel hijyen		
• Kıyafetinizi eksiksiz giydiniz mi (gömlek, kepe, fular, önlük, pantolon, terlik, el bezi)?		
• Kıyafetiniz temiz ve ütülü mü?		
• Kişisel bakımınızı yaptınız mı?(banyo, tırnak, saç, sakal, el yıkama)		
• Takılarınızı çıkardınız mı?(yüzük, saat, kolye, bileklik, küpe)		
➤ Ürünün hazırlanmasında araç-gereç seçimi		
• Araçlarınızı eksiksiz ve doğru seçtiniz mi?		
• Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi ve ölçüleri yeterli mi?		
➤ İzlenecek işlem basamaklarına uyararak ürünü hazır hale getirdiniz mi?		
➤ Temiz ve düzenli çalıştınız mı?		
➤ İşlem sırasında güvenlik tedbirleri aldınız mı?		
➤ Ürünü zamanında hazırladınız mı?		
➤ Ürününüzün tat, görünüm, süslemesi ve servisi uygun mu?		

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ-1'İN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	C
3	B
4	C
5	D

ÖĞRENME FAALİYETİ-2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	B
2	D
3	C
4	B

ÖĞRENME FAALİYETİ-3'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	B
3	C
4	A

ÖĞRENME FAALİYETİ-4'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	A
3	D
4	B
5	C
6	B

ÖĞRENME FAALİYETİ-5'İN CEVAP ANAHTARI

1	B
2	D
3	Doğru
4	Doğru
5	Doğru
6	Yanlış
7	Yapısına, türüne, özelliğine
8	süzülmeli

KAYNAKÇA

- ARLI M Şanlier, N, Küçükkömürler, S, Ersoy, Y, Yaman, M., Özgen, L, Şeren, S. ve Gümüş, H. 2002. Yiyecek üretimi I. Ya-Pa Yayınları, İstanbul.
- BAYSAL A. 1984. Beslenme şekli ve alışkanlıkları ile ilgili hatalı uygulamalar ve nedenleri. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme. Roche Bilimsel Yayınlar Serisi, Ankara.
- ERYILMAZ, L. C.. **Yemek Pişirme Teknikleri-Çeşitleri Beslenme Yemek Görgü Kuralları**. Remzi Kitapevi, İstanbul.1995.
- GÜRMAN, Ü. 2004. **Yemek Pişirme Teknikleri Ve Uygulamaları** 1. M. E. B. Yayınları: 3494, Ders Kitapları Dizisi: 695, İstanbul.
- TÜRKAN, C. 2004. **Aşçılık. Uygulamalı Yemek Hazırlama Tekniği**. Değişim Yayınları, İstanbul.
- Türkan, C. 2005. **Mutfak Hizmetleri. Değişim Yayınları**, İstanbul.
- <http://www.afiyetle.com/index.php?id=16&d=Soslu+Dana+Rosto&func=tarifoku&tid=495>. İletişim tarihi: 28.05.2005
- <http://www.ubffoodsolutions.com.tr/Akademi/tariflerimiz.asp?gid=8&tid=410>
- İletişim tarihi: 27.05.2005
- <http://www.tencereonline.com/yemlex/sonuc.asp?id=59643>. İletişim tarihi: 27.05.2005
- <http://web.netbul.com/yemek/gidasozlugu.asp?keyword=B>. İletişim tarihi:11.08.1005
- <http://www.ankara.rehberi.com/lezzetsozluk.asp>. İletişim tarihi:11.08.1005
- <http://www.mesajat.com/kadinlar/sozluk/b.asp>. İletişim tarihi:11.08.1005
- http://www.tefal.com.tr/tefal/products/hintsandtips/hintsandtips.asp?category_id=100&dept_id=120 . İletişim tarihi:11.08.1005
- <http://www.produitduterroir.lu/drecette/gulasch.html> . İletişim tarihi:11.08.1005
- <http://www.sayfamiz.com/avyemekleri.htm>. İletişim tarihi:11.08.1005

- CANDAŞ, Gönül, **Gönül Candaş'ın Mutfağından**, Arkadaş Yayınları, Ankara 2004
- EGELİ, Erdoğan, **A dan Z ye Mutfak-Et Yemekleri**, Ceylan Yayınları, İstanbul 1981
- Grolier, Pierrette, **Dünya Mutfaklarından Lezzetler-Fransız Mutfağı**, Dönence Yayınları, İstanbul 2005
- GÜREL Raşit; **Evin Yemeği**, Fon matbaası, Ankara 1983
- Gürel, Mehmet-Gürel, Gülol, **Servis Teknikleri ve Uygulaması**
- Necip Usta.Fransız Mutfak Sanatı
- **UBF Foodsolutions**, Şefin sofrası
- **Yemek Ansiklopedisi**, Görsel Pazarlama
- Yeni Yemek Ansiklopedisi, Bir Numara Yayıncılık A.Ş. İstanbul 1991
- YİĞİT, Dr Vural-DURAN, **Tayfun.Toplu Beslenme Teknolojisi-1**, Ekin yayıncılık ve pazarlama, İstanbul 1997
- Larousse gastronomique, Oğlak yayınları, İstanbul, 2006.
- ARLI M. ve Arkadaşları. Yiyecek Üretimi I. Ya-Pa Yayıncılık, Ankara,2002.
- GÖĞÜŞ, K. **Et Teknolojisi. A.Ü. Ziraat Fak. Gıda. Tek. Bilimi, Ankara, 1983.**
- GÖKDEMİR, A. **Yiyecek Üretimi Ders Notları. Başkent Üniversitesi. Ankara,2002**
- TÜRKAN, Cemal, **Mutfak Teknolojisi**, Detay yayınları
- TÜTER, Cemaliye, **Açıklamalı Yemek Kitabı 1**, İnkılap yayınevi, İstanbul, 1996.
- TÜTER, Cemaliye, **Açıklamalı Yemek Kitabı 2**, İnkılap yayınevi, İstanbul, 1996.
- YILMAZ, Aydın, **İşyerimiz mutfak, Mesleğimiz Aşçılık, Sanatımız Pişirmek**, Boyut yayınları, İstanbul, 2004.
- ŞAVKAY, Tuğrul, **Osmanlı Mutfağı**, Şekerbank yayınları
- HALICI, Nevin, **Türk Mutfağı**, Güven matbaası, Ankara, 1990.
- www.ciya.com.tr/?yemek=ot
- www.yemekdunyasi.com

-
- www.sanamutfagi.com
 - <http://www.recipezaar.com/16974>
 - [www.yemektarifleri.org/htm/etyemekleri/cordonbluetarifihm/2006.](http://www.yemektarifleri.org/htm/etyemekleri/cordonbluetarifihm/2006)
 - <http://www.turkish-media.com/yemektarifleri>
 - <http://www.saglikvakfi.org.tr>
 - <http://www.ankararehberi.com/lezzet>
 - www.istanbul.net.tr/istanbulmutfakterimleri
 - www.mehmetkilocustasitemynet.com/yemekvakti 2006
 - <http://yemekicmek.com/birimler.php>