

**T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

YİYECEK İÇECEK HİZMETLERİ

SALATA VE SALATA SOSLARI

Ankara, 2019

- Bu bireysel öğrenme materyali, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan çerçeve öğretim programlarında yer alan kazanımların gerçekleştirilmesine yönelik öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmıştır.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1	3
1. SALATA SOSLARI.....	3
1.1. Salata Soslarının Önemi.....	3
1.2. Salata Sosu Yapımında Kullanılan Araçlar.....	3
1.3. Salata Sosu Yapımında Kullanılan Gereçler.....	4
1.3.1. Limon.....	4
1.3.2. Sirke Çeşitleri	5
1.3.3. Zeytinyağı.....	6
1.3.4. Yoğurt.....	6
1.3.5. Krema	7
1.3.6. Mayonez	7
1.3.7. Ketçap.....	7
1.3.8. Otlar ve Baharatlar.....	8
1.3.9. Kapari Çiçeği.....	10
1.3.10. Tuz ve Şeker	10
1.3.11. Hardal	11
1.3.12. Peynirler.....	11
1.3.14. Nar Ekşisi	12
1.3.15. Diğer Tatlandırıcılar	13
1.4. Salata Soslarının Önemi.....	13
1.5. Mutfaklarda Sıkça Kullanılan Bazı Soslar.....	14
1.5.1. Winegret Sos.....	16
1.5.2. Ravigot Sos (10 porsiyonluk)	16
1.6. Mayonezden Türeyen Soslar.....	17
1.6.1. Kokteyl Sos (4 porsiyonluk).....	17
1.6.2. Sos Tartar (2-3 porsiyon).....	18
1.6.3. Ekşi Kremalı Mayonezli Salata Sosu.....	18
1.6.4. Kremalı Salata Sosu (1 litre sos için)	18
1.6.5. Amerikan Sos - Amerikan Usulü Bin Ada Sosu.....	19
1.6.6. Fransız Sos (Aromatic French Salad Dressing).....	19
1.6.7. Diğerleri.....	19
DEĞERLER ETKİNLİĞİ	21
UYGULAMA FAALİYETİ.....	22
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	23
ÖĞRENME FAALİYETİ-2.....	24
2. SEBZELERLE HAZIRLANAN SALATALAR	24
2.1. Salatalar.....	24
2.1.1. Salata çeşitleri.....	25
2.2. Salatanın Menüdeki Yeri ve Önemi.....	26
2.2.1. İştah Açıcı Olarak Sunulan Salatalar	26
2.2.2. Yemeklerin Yanında Sunulan Salatalar	26
2.2.3. Asıl Yemek Olarak Sunulan Salata	27
2.2.4. Tatlı Olarak Sunulan Salatalar.....	27
2.2.5. Açık Büfede Sunulan Salatalar.....	27

2.3. Salata Hazırlamada Kullanılan Sebze ve Meyveler	28
2.3.1. Çiğ Sebze ve Otlarla Yapılan Salatalar.....	28
2.3.2. Pişmiş Sebzelerle Yapılan Salatalar	30
2.3.3. Meyvelerle Yapılan Salatalar	32
2.3.4. Cacıklar.....	33
2.3.5. Konserve Sebzeler	35
2.4. Salata Garnitürleri	37
2.5. Salata Süsleme ve Dizayn	38
2.6. Salataların Kullanıldığı Yerler	39
2.7. Servis Araçları	40
2.8. Salatanın Taze Olarak Servisi	41
2.9. Sebze ve Meyvelerle Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri	41
UYGULAMA FAALİYETİ.....	44
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	45
ÖĞRENME FAALİYETİ- 3	46
3. TAHIL VE MAKARNALARLA HAZIRLANAN SALATALAR	46
3.1. Salata Yapmada Kullanılan Tahıl ve Makarna Çeşitleri	46
3.1.1. Bulgur	46
3.1.2. Pirinç.....	47
3.1.3. Erişte	47
3.1.4. Makarnalar	48
3.2. Tahıl ve Makarnalarla Hazırlanan Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları	48
UYGULAMA FAALİYETLERİ	53
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	54
ÖĞRENME FAALİYETİ- 4	55
4. KURU BAKLAGİLLERLE HAZIRLANAN SALATALAR	55
4.1. Salata Yapımında Kullanılan Kuru Baklagiller	55
4.2. Kuru Baklagillerin Salata İçin Hazırlanması	56
4.3. Kuru Baklagillerle Yapılan Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları	57
UYGULAMA FAALİYETLERİ	61
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	62
ÖĞRENME FAALİYETİ-5.....	63
5. ET VE SAKATATLARLA HAZIRLANAN SALATALAR	63
5.1. Salata Yapımında Kullanılan Etler ve Sakatatlar	63
5.2. Salata Yapımında Kullanılan Şarküteri Ürünleri	64
5.3. Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları.....	65
5.4. Et ve Sakatatlarla Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri.....	68
UYGULAMA FAALİYETLERİ	69
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	70
ÖĞRENME FAALİYETİ- 6	71
6. DENİZ ÜRÜNLERİ İLE HAZIRLANAN SALATALAR.....	71
6.1. Salata Yapımında Kullanılan Deniz Ürünleri	71
6.1.1. Balıklar	71
6.1.2. Konserve ve Füme Balıklar	72
6.1.3. Kabuklu Deniz Ürünleri	73
6.1.4. Kabuksuz Deniz Ürünleri	73

6.2. Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları.....	74
6.3. Deniz Ürünleriyle Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri.....	77
UYGULAMA FAALİYETLERİ	79
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	80
ÖĞRENME FAALİYETİ-7.....	81
7. ULUSLARARASI SALATALAR.....	81
7.1. Uluslararası Mutfakta Salataların Yeri ve Önemi	81
7.2. Uluslararası Salatalar ve İşlem Basamakları.....	81
7.2.1. Sezar Salatası (2 porsiyon) :	81
7.2.2. Şefin Salatası (2 kişilik) :.....	82
7.2.3. Waldorf Salatası (2 kişilik) :	83
7.2.4. Rus Salatası :	84
7.2.5. İtalyan Salata (10 porsiyon).....	84
7.2.6. Diğer Salatalar	85
UYGULAMA FAALİYETİ.....	86
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	87
MODÜL DEĞERLENDİRME	88
CEVAP ANAHTARLARI.....	89
KAYNAKÇA	91

AÇIKLAMALAR

ALAN	Yiyecek İçecek Hizmetleri
DAL	Aşçılık
MODÜLÜN ADI	Salata ve Salata Sosları
MODÜLÜN SÜRESİ	40/21
MODÜLÜN AMACI	Bireye/öğrenciye salata ve salata soslarının hazırlanması ile ilgili bilgi ve becerileri kazandırmaktır.
MODÜLÜN ÖĞRENME KAZANIMLARI	<ol style="list-style-type: none">1. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salata sosları hazırlayabileceksiniz.2. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde sebzelerle istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.3. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde tahıl ve makarnalarla istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.4. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde kuru baklagillerle istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.5. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde et ve sakatatlarla istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.6. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde deniz ürünleri ile istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.7. İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde uluslararası salataları istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde hazırlayabileceksiniz.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	ORTAM: Mutfak atölyesi. DONANIM: Kase, servis kaseleri, tencere, tahta kaşık, küvet, şekillendirici bıçaklar, ocak, doğrama tahtası, et dilimleme bıçakları, et dilimleme makinesi, servis tabakları, kase, çırpma teli, mikser , bıçak, rende, kaşık, limon sıkacağı, havan, şekillendiriciler, konserve açacağı, püre makinesi.

**ÖLÇME VE
DEĞERLENDİRME**

Bireysel öğrenme materyali içinde yer alan ve her öğrenme faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendireceksiniz.

GİRİŞ

Sevgili Öğrencimiz,

Sofraların rengini, ahengini ve sunumunu tamamlayan salatalar besin değeri ve lezzetiyle de ayrı bir özellik taşır. Salata ve salata soslarını öğrenirken farklı bir çizgi yakalamanın yollarını keşfedeceksiniz. Aşçılığın bir sanat dalı olduğunu ve geleceğin en parlak mesleklerinden biri olduğunu biliyorsunuz ve bu sanata yeni keşifler ilave etmenin ayrıcalığını da yaşayacaksınız. Bıçak kullanma beceriniz gelişecek, sebze ve meyve dekorasyonu becerileriniz artacak. Ancak her tabağı bir tablo ahengiyle hazırlamalısınız, biliyorsunuz ki salatalar soğuk mutfağın önemli bir unsurudur.

Bu materyal sizin Türk ve dünya sofralarında önemli bir yeri olan salatalar ve salata sosları konusunda yeterli bilgi ve beceriye sahip olmanızı sağlayacaktır.

ÖĞRENME FAALİYETİ-1

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salata sosları hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel ve restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında uygulanmakta olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanmakta olan salata sosları çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

1. SALATA SOSLARI

1.1. Salata Soslarının Önemi

Salata sosları salatalara lezzet ve çekicilik kazandırır. Sos koyulmayan salata istenilen nitelikte olmaz. Çok çeşitli salata sosları vardır. Tüm salata soslarındaki ortak nokta genel olarak sosların salataya baştan koyulmamasıdır. İsteğe ve hazırlanan çeşide göre soslar baharatlanabilirler.

1.2. Salata Sosu Yapımında Kullanılan Araçlar



Fotoğraf 1.1 : Kesiciler, çırpma teli, püre makinesi

Fotoğraf 1.2: Bıçak seti



Fotoğraf 1.3: Doğrama blokları



Fotoğraf 1.4 : Kesme ve doğrama aracı mandolin

- Muhtelif bıçaklar (doğrama, dekor vb.)
- Et dilimleme bıçağı
- Et dilimleme makinesi
- Salam makinesi
- Püre makinesi
- Konserve açacağı
- Şekillendiriciler
- Doğrama blokları
- Kaseler (hazırlık için)
- Muhtelif boylarda tahta kaşıklar
- Kaşık ve çatallar
- Hardal kabı
- Mikser,
- Çırpma teli
- Rende
- Ocak
- Havan
- Limon sıkacağı
- Küvet

1.3. Salata Sosu Yapımında Kullanılan Gereçler

1.3.1. Limon

Turunçgiller familyasından olan limon ekşi, sulu, eti değişik kalınlıklarda, sarı renkli, kokulu bir kabukla kaplı meyvedir. Mutfakta, pastacılıkta, şeker ve içecek sanayinde çok çeşitli şekillerde kullanımı vardır. Limon suyu her şeyden önce doğal bir antioksidanttır

Salataların ve sosların çeşnilendirilmesinde ayrı bir yeri vardır. kabuğu ve kabuğunun rendesi birçok hamur işi ve şeker işlerinde kullanılır. Ayrıca meyve olarak da yemeklerin

yanında dilim halinde yahni, sote ve güveçlerde, çeşni olarak, turşu yapımında, çay ikramında ve daha birçok yerde kullanılmaktadır



Fotoğraf 1.5 : Dalda limon

1.3.2. Sirke Çeşitleri

Sirkeler, yemeklere tat vermek için çok değişik şekillerde kullanılırlar. Sebze yemeklerinde, marinad yapımında, salatalarda lezzet verici olarak kullanılır. Günümüzde sirke kavramı diğer ekşimiş sıvılar, mayalandırılmış meyveler ve aynı şekilde üretilmiş tahıllar için de geniş kapsamlı olarak kullanılmaktadır. Elma sirkesi, malt ve pirinç sirkesi gib. Sirkenin keskinliği içerdiği asit miktarıyla belirlenir. Ayrıca içine taze kekik, tarhun otu da eklenerek lezzetlendirilen sirke türleri de vardır.

Hardallar, soğuk soslar ve sirke soslarının hazırlanmasında temel malzeme olan sirke, aynı zamanda yoğunlaşmış malzemelerden üretilen pişmiş soslar da ve deglasajlarda çok önemlidir. Ekşi tatlı yemekler, ıslatma suları, marinatlar ve konserveler içinde çok önemlidir. Doğasına ve kokusuna bağlı olarak çok çeşitli kullanımı mevcuttur.



Fotoğraf 1.6 : Kekikli sirke

1.3.3. Zeytinyağı

Mutfakta her çeşit alanda, temel ya da ek harç ya da saklama malzemesi olarak kullanılan besinsel, yağlı ve sıvı bir maddedir. Zeytinden elde edilen zeytinyağı, soğuk yemeklerin yapımında çok kullanılmakta olup salata soslarına da gzel lezzet veren bir yağ çeşidir.



Fotoğraf 1.7 : Zeytinyağı

1.3.4. Yoğurt

Yoğurt, sütün mayalanmasıyla oluşan beyaz koyu kıvamda sütün urunudur. Tam yağlı ve yarım yağlı olarak ikiye ayrılır.

Sütün yoğurda donuşmesini **Turk basili** denen ve laktik asit cıkaran bir mikroorganizma sağlar.



Fotoğraf 1.8: Yoğurt



Fotoğraf 1.9: Krema



Fotoğraf 1.10 : Mayonez

Yoğurt türleri şunlardır:

- **Sade yoğurt:** Ilık süte eklenen mayayla ılık bir ortamda bekletilmek suretiyle hazırlanan kaymaklı yoğurt türüdür. Yoğurdun en doğal hâlidir.
- **Aromalı yoğurt:** Aromalı yoğurt, meyveli ve şekerli olarak ikiye ayrılır. İlk olarak İsviçre'de yapılmıştır. En yaygın olanı çilekli yoğurttur.
- **Silivri tipi:** İstanbul civarındaki Silivri köylerine has olan bu yoğurdun özelliği koyun sütünden yapılmış olmasıdır. Diğer yoğurtlardan daha lezzetli, sert ve bol kaymaklıdır.
- **Dayanıklı (süzme) yoğurt:** Yoğurdu uzun müddet saklamak için torbada süzülerek katı bir hâl almasıdır. Kullanılacağı zaman suyla inceltilir.

1.3.5. Krema

Sütün konsantre edilmiş şeklidir. Süt kendi haline bırakıldığı zaman üzerinde belirli bir şekilde toplanır. Krema ayıran makinalarda ayrılır. Mutfakta yemeklerde, tatlılarda, salata soslarında vb. yerlerde kullanılır. Kolay bozulduğu için bekletilmeden taze olarak kullanılmalıdır (Sütün homojen edilmesi pulvarize yoluyla olur.).

Krema türleri şunlardır:

- **Ekşi krema (sour cream):** Kremanın özel bir şekilde mayalandırılmasıyla yapılır. Kendine has bir ekşiliği vardır. Dipler, soslar ve soğuk yiyeceklerin hazırlanmasında çok kullanılır. Taze tüketilmelidir.
- **Kaymak:** Sıcak sütün, soğutulduktan sonra üzerinde kalın tabaka halinde toplanan kısmı doğal süt kaymağıdır.

Not: Mayonez bilgileri için Uluslararası Soslar III materyalini tekrar inceleyiniz.

1.3.6. Mayonez

Mayonez, salata sosları yapımında batı mutfaklarında çok kullanılan bir çeşittir. Kullanılacağı salataya göre içine baharatlar, otlar ve çeşitli çeşniler ilave edilerek farklı şekillerde hazırlanır.

1.3.7. Ketçap

Çeşitli boy ve şekilde şişede satılan, tatlı-ekşi bir tadı olan mantar, ceviz ve genellikle de domates bazlı, az ya da çok baharatlı, acı veya tatlı olan bir çeşnidir. Mutfaklarda et sularına katılan, yumurta pateler, balık, pirinç ve steaklerin yanında kullanılan ketçap patates ve sandviçlerin ayrılmaz bir parçasıdır. Ayrıca salata soslarının yapımında da kullanılan lezzet verici kıvamlı bir sıvıdır.



Fotoğraf 1.11: Dalında domates



Fotoğraf 1.12 : Çeşitli baharatlar

1.3.8. Otlar ve Baharatlar

Otlar, yeşil bitkiler türünden gıda maddeleridir. Yapılarında kokulu bir yağ bulunur ve kullanıldıkları yemeklere güzel koku verirler. Yapraklarının koku ve lezzet vermesi baharatlardan daha etkili olmasını sağlar. Çok sık olmasa da bazen bitkinin gövde kısmı, çiçekleri, tohumları ve kökü de kullanılır.

Otlar taze olarak kullanıldığı zaman lezzetlidirler. Kurutulmuş otlar ise uygun birer alternatiftir. Kurutulmuş maydanoz ve nane vb. Taze ot yerine kurutulmuş otun kullanılması durumunda birbirlerine hangi oranlarda eşit olduğunun bilinmesi gerekir.

Baharatlar kokulu bitkilerin kurutulmuş şeklidir. Baharatlar bitkilerin tohum, çiçek, kök ve kabuk kısımlarıdır. Baharatlar uçucu yağ asitleridir ve tatları otlara göre daha yoğun bir şekilde tatlı ve ya acıdır. Bu özelliğinden dolayı az miktarda kullanmaya dikkat edilmelidir.



Fotoğraf 1.12: Taze fesleğen



Fotoğraf 1.13: Maydanoz



Fotoğraf 1.14: Dereotu

Ot ve baharatların satın alınması ve kullanımı sırasında dikkat edilecek noktalar şöyle sıralanabilir :

- Satın alırken renklerinin parlak, tatlarının da keskin olmasına dikkat edilmelidir.
- Kuru ot ve baharatlar kullanılacakları kadar alınmalıdır.
- Satın alırken kullanım tarihleri kontrol edilmelidir.
- Eğer uzun süre saklanacaksa kapaklı cam kavanozlarda, kuru ve serin yerlerde saklanmalıdırlar.
- Üründen iyi sonuç alabilmek için taze olmaları gerekir.
- Kısa sürede ve pişirilerek hazırlanacak yiyeceklere pişirmenin başında ilave edilir.
- Uzun süreli pişirilecek yiyeceklere ise işlem sonunda ilave edilmelidir.

Yeşil otlar oldukça uygun fiyattan satın alınabilir. Kullanıldıktan sonra kalan taze otların bozulmasını ve çürümesini engelleme yolları şu şekilde gruplandırılır :

- **Fırında kurutma**
 - Otlar soğuk suda yıkandıktan sonra kağıt havlu arasında kurulanır.
 - Yüksek ısıya getirilmiş fırında 2-3 dakika kadar kurutulur.
 - Eğer yaş ve yumuşak ise fırında bir süre daha kurutulur.
 - Kuru otların saklama şekiline uygun muhafaza edilir.
- **Otantik fırında kurutma**
 - Mikro fırındaki işlem aynen uygulanır.
 - Ancak fırına soğukken koyulur ve fırının en alt bölümünde kurutulur.
- **Dondurarak saklama**
 - Otlar temizlenir, küçük parçalar halinde poşette, dondurucuda saklanır.
 - Özellikle fesleğen, dereotu ve maydanoz gibi otlar için çok uygundur.
- **Yağ içinde saklama**

- Biberiye, adaçayı gibi otlar yıkanıp kurulandıktan sonra yağda bekletilir.



Fotoğraf 1.16: Kapari

1.3.9. Kapari Çiçeği

Asya kökenli olup bütün sıcak bölgelerde yetişen kapari ağacının çiçek goncasıdır. Çok tazeiken toplanan kapariden, sirke içerisinde turşusu yapılır ya da salamura içinde konservesi hazırlanır. Kapari ağacının zeytin büyüklüğündeki meyvesi de aynı biçimde hazırlanarak kornişon turşusu adını alır. Yemeklerde çeşni olarak kullanılan kapari, balık yemeklerinin soslarına, pizzaya, hardal ve raifort peynirine de lezzet verir. Ayrıca batı mutfağında salata ve soslarının yapımında da çok kullanılan bir çeşittir.

1.3.10. Tuz ve Şeker

Çeşni ve saklama malzemesi olarak kullanılan, acı bir tada sahip, kristalleşmiş, ufalanabilen kokusuz bir maddedir. Saf hâldeki sodyum klorürden oluşur ve doğada bol miktarda bulunur. Organizma için çok gerekli olan tuzun zihne duruluk, keskinlik, açıklık ve uyanıklık verdiği bilinmektedir. Organizmaların günlük ihtiyaç miktarı 5 gr civarındadır. Ancak günlük alınan miktarın fazla olması migren, diş etinin şişmesi, basur gibi hastalıklara zemin hazırlar. Yüksek tansiyon, alerji, kalp ve karaciğer hastalıklarında tuzdan sakınmak gerekir. Diğer taraftan da kusma, ishal ve aşırı terlemede tuz yemek gerekir.

İnsana yararlı olan tuz, rafine edilmemiş deniz tuzudur. Kimyasal bileşimi açısından insan kanındaki tuza çok benzer.

Besin değeri bakımından sodyumca zengin bir gıda olup iyot miktarı, elde edildiği yere göre değişir.

Tuzun yiyeceklere verdiği lezzet çok önemlidir. O nedenle vazgeçilemeyen bir gıda olarak da nitelendirilir.

Şeker ise kalorisi yüksek, vitamin ve minerallerden yoksun bir gıdadır. Çok sayıda bitkinin yapraklarında doğal olarak oluşan ve köklerinde ya da saplarında yoğunlaşan tatlı lezzete sahip bir maddedir.

Akçaağaç, hintdarısı ve üzüm gibi ağaçlardan elde edildiği gibi şeker pancarı, şeker kamışı gibi bitkilerden de elde edilir. Esmer şeker, sıvı şeker, kristal şeker, taneli şeker, reçel şekeri gibi çeşitlendirilmiş şekilleri vardır.

Salata soslarında da lezzeti artırmak amacıyla kullanılır. Ayrıca soslarda doğal fermantasyonu sağlayarak yeni çeşniler oluşmasına yardımcı olur.

1.3.11. Hardal

Turpgiller familyasından olup Akdeniz havzası kökenli otsu bitkidir. Tohumları aynı isimle anılan, sarı renkli, lezzeti az ya da çok acı olan bir baharatın hazırlanmasında kullanılır. Fransa'da hardal sözcüğü siyah ya da sarı hardal tohumlarının veya her ikisinin karışımının dövülmesiyle elde edilen bir ürün için kullanılır. Fransa'da hardalın başkenti Dijon'dur.

Hardal birçok aromatik varyantı olan gastronomik bir çeşnidir. Hardal tohumları dövülerek ezildikten sonra hardal yapılır.

Hardal çeşni olarak kullanılması dışında, pişirme öncesi tavşan, tavuk ve bazı balıklara (en yağlı olanlara) sürülerek ve bazı yahnilerde de pişme suyuna ilave edilerek kullanılır. Ayrıca birçok sıcak ve soğuk sosun temel malzemesidir.

1.3.12. Peynirler



Fotoğraf 1.17 :Emmental peyniri



Fotoğraf 1.18 :Rokfor peyniri

Sütün katılaşmasıyla elde edilen bir gıda maddesidir. Hayvandan sağıldıktan sonra süt pişirilerek veya çiğ olarak mayalanır. Mayalanma ısısı peynirin cinsine göre değişir. Peynirin çeşidine göre inek, koyun, manda ve keçi sütleri kullanılır.

Mayalandırıldıktan sonra sırayla; sıvı fazlasının veya peynir suyunun süzme işlemi, pıhtılaştırılmış kazeini dilimler hâlinde kesilmesi, preslenmesi, gerekiyorsa kalıplanması ve pişirilmesi gibi yöntemlerle sıvıdan ayrılır. Seçilen yöntemler peynirin çeşidiyle ilgilidir. Üçüncü aşama peynirin tuzlanmasıdır ki bu da yapılacak peynirin çeşidine göre farklılık gösterir. Son aşama peynirin olgunlaştırılmasıdır. Olgunlaştırma yöntemlerinin çeşitleri ile pek çok peynir türü yapılmakta olup süre hepsinde farklıdır. Taze peynirler tatlılarda, kahvaltıda vb. yerlerde kullanılır. 1.3.13. Turşular



Fotoğraf 1.19: Salatalık turşusu

Aromalı sirke veya tuzlu suda saklanan sebze veya meyvelerden yapılan bir çeşnidir. Hint kökenlidir. Yumuşak ve gevrek yapıya sahip olan sebze ve meyveler çiğken turşu yapılır. Sert olan bazı sebzeler ve meyveler ancak pişirildikten sonra turşu yapmaya hazır hâle gelir. Karışık olarak yapılabildiği gibi tek bir çeşit olarak da (Salatalık turşusu gibi.) hazırlanabilir. Etlerin, yahnilerin, bulamaçların yanında, aperatif olarak ve ordövrlerde malzeme olarak ve çeşitli salata ve salata soslarının yapımında kullanılırlar. Salatalık turşusu, ravigote, gribiche, reforme gibi. Soslar ve karışık salatalarda çok kullanılır.

1.3.14. Nar Ekşisi

Nar ağacının meyvesi olan nar, taneleri tatlı ve kokulu bir lezzete sahiptir. Enerjisi düşük olup fosfor ve pektin açısından zengindir. Nar tanelerinden, nar şurubu ve nar ekşisi yapılmaktadır. Türk mutfağında özellikle Güney ve Güneydoğu Anadolu'da çok üretilen nar ekşisi hem yemeklerde hem de salata soslarının yapımında çok kullanılan bir çeşnidir.



Fotoğraf 1.20: Nar ekşisi

1.3.15. Diğer Tatlandırıcılar



Fotoğraf 1.21: Siyah ve yeşil zeytin

- Kuru soğan
- Yeşil soğan
- Sarımsak
- Mantar
- Yumurta
- Domates gibi sebzeler
- Hazır soslar(worchestershire, soya, tabasco sos vb.)
- Yeşil ve kırmızı biber (acı ve tatlı eşitleri)
- Avokado
- Badem vb. kuruyemişler
- Siyah / yeşil zeytin

1.4. Salata Soslarının Önemi

Sos salatada lezzeti oluşturur. Salatanın beraberliği ve anlamı sos tarafından sağlanır. Sos konmayan salata istenilen tadı vermeyebilir. Uluslararası mutfaklarda kullanılan birçok salata sosu mevcuttur. Sosun temel birleşenlerinde bazı değişiklikler yaparak veya içine konulan baharat vb. maddelerin oranını artırarak ya da değiştirerek birçok yeni sos türleri üretebiliriz. Sos özel salatalar ve istisnalar haricinde genellikle servisten hemen önce salataya ilave edilir.

1.5. Mutfaklarda Sıkça Kullanılan Bazı Soslar

Limolu Salata Sosu

- **Gereçler**
 - 1 kahve fincanı zeytinyağı
 - 1 limon
 - 1 çay kaşığı tuz
- **İşlem basamakları :**
 - Limon suyu sıkılır.Süzgeçten geçirilerek süzülür.
 - Zeytinyağı ve tuz ilave edilir.
 - İyice çırpılır.



Fotoğraf 1.22: Limon dilimleri



Fotoğraf 1.23: Zeytinyağı



Fotoğraf 1.24: Julienne soğan doğrama

Sirkeli Salata Sosu

- **Gereçler**
 - 1 kahve fincanı zeytinyağı
 - ½ kahve fincanı sirke
 - 1 çay kaşığı tuz
- **İşlem basamakları**
 - Bir kasede sirke, zeytinyağı, tuz iyice çırpılır.

Anadolu salata sosu

- **Gereçler**
 - 6 kahve fincanı zeytinyağı
 - 2 kahve fincanı sirke
 - 1 yemek kaşığı ince kıyılmış soğan
 - 1 tatlı kaşığı tuz
 - ½ çay kaşığı kekik

- ½ çay kaşığı toz şeker
- ¼ çay kaşığı karabiber
- ½ çay kaşığı toz hardal

➤ **İşlem basamakları**

- Tuz, kekik, şeker, karabiber, tuz ve hardal bir kaseye alınır.
- Soğanlarla karıştırıldıktan sonra sirke ve zeytinyağı ilave edilir.
- İyice karıştırılarak bir şişeye doldurulur.
- Kullanılacağı zaman iyice çalkalanır.



Fotoğraf 1.25: Çeşitli baharatlar



Fotoğraf 1.26 : Sarımsak

Yayla Salata Sosu

➤ **Gereçler**

- 1 kahve fincanı yoğurt
- 3 kahve fincanı zeytinyağı
- 1 kahve fincanı limon suyu
- ½ çay kaşığı dövülmüş ıtır
- ½ çay kaşığı şeker
- ¼ çay kaşığı tuz
- ¼ çay kaşığı karabiber

➤ **İşlem basamakları**

- Tüm malzeme karıştırılır.
- Bir şişe içinde iyice karıştırılır.
- Malzemenin hepsini birlikte iyice karıştırıp bir şişeye koyunuz.
- Servis anında iyice çalkalayıp kullanınız.

Basit Salata Sosu :

➤ Gereçler

- 1 kahve fincanı kaliteli üzüm sirkesi
- 3 kahve fincanı zeytinyağı
- ¼ çay kaşığı beyaz biber veya karabiber
- ½ yemek kaşığı ince kıyılmış soğan
- 1 yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz
- ¼ çay kaşığı hardal
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 diş ezilmiş sarımsak

➤ İşlem basamakları

- Tüm malzemeler iyice çırpılarak maydanoz ilave edilir.
- Baharat miktarı artırılabilir.

Not: Uluslararası salata sosları konusuna geçmeden önce Soslar materyalini tekrar inceleyiniz.1.6. Uluslararası Mutfakta Kullanılan Salata Sosları

1.5.1. Winegret Sos

➤ Gereçler (15 porsiyonluk)

- 6 kahve fincanı zeytinyağı (300 gr)
- 2 kahve fincanı sirke (100 gr)
- 1 çay kaşığı toz hardal
- ¼ çay kaşığı karabiber / tuz
- 2 çorba kaşığı kıyılmış kornişon turşu
- 2 çorba kaşığı kıyılmış kapari çiçeği

➤ İşlem basamakları

- Tüm malzeme karıştırılarak istenildiği zaman kullanılır.

1.5.2.Ravigot Sos (10 porsiyonluk)

➤ Gereçler

- 3 kahve fincanı zeytinyağı (150 gr)
- 1 kahve fincanı sirke (50 gr)
- 1 çay kaşığı toz hardal
- ½ çay kaşığı tuz,
- 2 çorba kaşığı kıyılmış kornişon turşu
- 1 çorba kaşığı kıyılmış kapari çiçeği
- ½ demet ince kıyılmış maydanoz
- 1 adet katı pişmiş yumurta
- ¼ orta boy domates

- **İşlem basamakları**
 - Domatesin kabukları soyulur ve çekirdekleri alındıktan sonra ince kıyılır.
 - Tüm malzeme bir kase içinde karıştırılır.
 - İstenildiği zaman kullanılır.

1.5.3. Rokfor Sos (10 porsiyonluk)

- **Gereçler**
 - 200 ml vinegrot sos
 - 75 gr rokfor peynir
- **İşlem basamakları**
 - Rokfor peyniri bir kase içerisinde çatalla ezilir.
 - Vinegrot sos, ezilmiş peynire azar ekleyerek iyice karışması sağlanır.
 - İstenildiği zaman kullanılır.



Fotoğraf 1.27: Rokfor peynir

Not 1 : Gerçek rokfor peyniri çok pahalı olduğu için bu sos çoğunlukla rokfor peynirinin benzeri olan Danimarka blö peyniri kullanılır.

Not 2 : Rokfor sos, mayonez kullanılmadan, Amerikan usulü, Fransız sosa ezilmiş rokfor peyniri ilavesiyle de yapılır. 900 gr sosa 100 gr peynirle hazırlanır.

1.6. Mayonezden Türeyen Soslar

1.6.1. Kokteyl Sos (4 porsiyonluk)

- **Gereçler**
 - 2 su bardağı mayonez
 - 1/3 su bardağı kaliteli, az acılı ketçap
 - ½ su bardağı kaliteli krema (arzu edilirse)

- **İşlem basamakları**
 - Malzemeler iyice karıştırıldıktan sonra istenirse çırpılarak kabartılmış krema eklenir.
 - Hemen tüketilmesi gerekir. Eğer kısa süreli bekleyecekse buzdolabında saklanmalıdır.

1.6.2. Sos Tartar (2-3 porsiyon)

- **Gereçler**
 - 1 su bardağı mayonez (200 g)
 - 1 adet katı pişmiş/ince kıyılmış yumurta
 - 1 yemek kaşığı ince kıyılmış kornişon
 - ¼ yemek kaşığı ince kıyılmış taze soğan
 - ¼ yemek kaşığı ince kıyılmış kapari
 - ½ yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz
- **İşlem basamakları**
 - Malzemeler iyice karıştırılır.
 - İstenildiği zaman kullanılır.

1.6.3. Ekşi Kremalı Mayonezli Salata Sosu

- **Gereçler**
 - 1 su bardağı mayonez
 - ¼ çay kaşığı kırmızı pul biber
 - 2 yemek kaşığı chili sos
 - 1 çay kaşığı hardal / şeker
 - 2 çay kaşığı ekşi elma sirkesi
 - 2 adet katı pişmiş ve ince kıyılmış yumurta
 - 2 yemek kaşığı ince kıyılmış arpacık soğanı
 - ½ su bardağı ekşi krema veya yoğurt ve krema
 - 2 yemek kaşığı ince kıyılmış dolma yeşil zeytin
 - 2 yemek kaşığı ince kıyılmış kornişon
- **İşlem basamakları**
 - Malzemeler iyice karıştırılır.
 - Soğutulduktan sonra servis yapılır.

1.6.4. Kremalı Salata Sosu (1 litre sos için)

- **Gereçler**
 - 700 g krema
 - 300 g sirke
 - 15 g limon suyu
 - ½ çay kaşığı tuz
 - ½ çay kaşığı hardal
 - ½ çay kaşığı şeker

- **İşlem basamakları**
 - Malzemeler mikser ile iyice homojen hale getirilir.
 - Salata servise alınmadan hemen önce hazırlanmalıdır.

1.6.5. Amerikan Sos - Amerikan Usulü Bin Ada Sosu

- **Gereçler**
 - ½ su bardağı mayonez
 - 2 adet katı pişmiş/ince kıyılmış yumurta
 - 2 yemek kaşığı chili sos
 - 2 yemek kaşığı ince kıyılmış arpacık soğanı
 - 2 yemek kaşığı ince kıyılmış kornişon
 - 2 yemek kaşığı kıyılmış dolma yeşil zeytin
 - ¼ çay kaşığı kırmızı pul biber
- **İşlem basamakları**
 - Malzemeler iyice karıştırılır.
 - Soğutularak servis yapılır.

1.6.6. Fransız Sos (Aromatic French Salad Dressing)

- **Gereçler**
 - 2/3 su bardağı zeytinyağı
 - ¼ su bardağı limon suyu
 - 2 yemek kaşığı su
 - 2 yemek kaşığı ketçap
 - 1 çay kaşığı toz şeker
 - 1 çay kaşığı angustra biber
 - ½ çay kaşığı hardal
 - ½ çay kaşığı mercan köşk otu
 - ½ çay kaşığı kırmızı pul biber
 - ½ çay kaşığı tabosco sos
 - 2-3 tane taze çekilmiş beyaz biber
 - İkiye bölünmüş 1 diş sarımsak
 - Dörde bölünmüş bir küçük boy soğan
- **İşlem basamakları**
 - Tüm malzemeler bir kavanoza koyularak iyice karıştırılır.
 - Buzdolabında soğutulur.
 - Kullanılmadan önce içinden soğan ve sarımsak parçaları çıkartılır.

1.6.7. Diğerleri

- Avokado salata sosu
- Yoğurtlu salata sosu
- Sebze salataları için salata sosu

- Krem peynirli salata sosu
- Rokfor salata sosu
- Amerikan usulü Fransız salata sosu
- Hardal sos
- Limonlu krema sosu gibi



Fotoğraf 1.28 : Acı biber sosu

DEĞERLER ETKİNLİĞİ

KENDİNE VE ÇEVREYE KARŞI SORUMLULUK BİLİNCİ

Aşağıda kendine ve çevreye karşı sorumluluk almanın ve bu sorumluluğu devam ettirmenin güzel bir örneğini okuyacaksınız.

“Denize girmeden yüzme öğrenilmez.”

“Yüklediğimiz vazife ne kadar zahmetli olursa ruhumuz o nispette eğitilir ve yüceltilir.”

“Mücadele edenler her zaman kazanamaz ama kazananlar hep mücadele edenlerdir.”

Sizler de konuyla ilgili farklı hikâye, güzel söz, şiir veya bir gazete kupürünü aşağıdaki bölüme yazınız.

UYGULAMA FAALİYETİ

Tartar sos hazırlayınız.

Gereçler :

- 1 su bardağı mayonez (200 g)
- 1 adet katı pişmiş ve çok ince kıyılmış yumurta
- 1 yemek kaşığı ince kıyılmış kornişon
- ¼ yemek kaşığı ince kıyılmış taze soğan
- ¼ yemek kaşığı ince kıyılmış kapari
- ½ yemek kaşığı ince kıyılmış maydanoz

Not: Verilen ölçüler 2-3 porsiyon olup oranı istediğiniz kadar azaltıp çoğaltabilirsiniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalmalısınız. ➤ Planlı çalışınız. İşe hazırlıklı olmalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız.	➤ Sos kabını, hazırlayacağınız salata sosuna uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız. ➤ Taze soğanı maydanozu ince kıyınız. ➤ Yumurtayı katı pişirdikten sonra çok ince kıyınız.	➤ Yumurtanın haşlama suyuna tuz atınız, böylece daha kolay soyulmasını sağlamış olursunuz. ➤ Sebzeleri önce ayıklayıp sonra yıkamalısınız. ➤ Sebzeleri iyice yıkadıktan sonra ½ çay bardağı sirke katılmış suda 5-10 dakika bekletmelisiniz.
➤ Sosu hazırlayınız. ➤ Tüm malzemeleri sos kabı içinde karıştırınız.	➤ Sos kabının çukur olmasına dikkat etmelisiniz. ➤ Karıştırırken sebzelerin şekillerinin çok fazla bozulmamasına dikkat etmelisiniz.
➤ Sosu saklayınız. ➤ Kullanılacağı zamana kadar buzdolabında saklayınız.	➤ Sosu kapaklı bir saklama kabı içinde bekletmelisiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatle okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi kullanıldıktan sonra kalan taze otların bozulmasını ve çürütmesini engelleme yollarından **değildir**?
A) Mikro fırında kurutma
B) Dondurarak saklama
C) Otantik fırında kurutma
D) Yağda kavurma
E) Hepsi
2. Aşağıdakilerden hangisi yoğurdun en doğal hâlidir?
A) Aromalı yoğurt
B) Sade yoğurt
C) Silivri tipi yoğurt
D) Süzme yoğurt
E) Sarımsaklı yoğurt
3. Aşağıdakilerden hangisi sütün konsantre edilmiş şeklidir?
A) Krema
B) Yoğurt
C) Süt kaymağı
D) Tereyağı
E) Lor
4. Aşağıdakilerden hangisi marinad yapımında ve salatalarda lezzet verici gereç olarak **kullanılmaz**?
A) Krema
B) Tereyağı
C) Yoğurt
D) Sirke
E) Nar ekşisi
5. Aşağıdakilerden hangisi, aromalı sirke veya tuzlu suda saklanan sebze veya meyvelerden yapılan Hint kökenli bir çeşnidir?
A) Kapari
B) Salamura
C) Turşu
D) Meze
E) Hardal

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde sebzelerle istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında uygulanmakta olan sebze ve meyve salataları çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında, sebze ve meyve salataları çeşitlerinde kullanılmakta olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanmakta olan sebze ve meyve salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

2. SEBZELERLE HAZIRLANAN SALATALAR

2.1. Salatalar

Salatalar yılın her mevsiminde aranan ve tercih edilen bir yiyecek türüdür. Özellikle sıcak yemeklere alternatif olarak sunulduğunda yaz mevsiminde çok tercih edilir. Çok çabuk ve kolay hazırlandığı gibi özen de gerektirir. Salatanın asıl hazırlığı ve süslenmesi servisten hemen önce yapılması gerekir.

Salata sözcüğü esas olarak bitkiyi pişirmeden yenilebilen yeşil yapraklarına ve gövdesine verilen bir isimdir. Ancak günümüzde salata teriminin anlamı çok geniştir. İçinde kırmızı et, kümes hayvanları eti, balık, meyve, sebze, tahıl ve tahıl ürünleri gibi tek başına ya da başka yiyecek ilaveleriyle bir kombinasyon olarak servis edilen herhangi bir soğuk yemeğe de salata denilmektedir.

Salatalar genel olarak iki grupta incelenir:

- Basit salatalar (simple salads-salades simples)
- Düzenlenmiş salatalar (composed salads-salades composé)

Karışık salatalar da kullanılan malzeme ve soslarına göre de gruplandırılır.

Basit salatalar daima esas yemeklere, özellikle kızarmış roti etlere eşlik eder. Sofraya tazelik ve güzellik kazandırır.



Fotoğraf 2.1 :Dört renkli salata



Fotoğraf 2.2:Tabakta düzenlenmiş karışık salata

2.1.1.Salata çeşitleri

Basit Salatalar :

- Salata yeşillikleri daima çok taze ve gevrek olmalıdır.
- Renk ve yapı bakımından kontrast olmalı tabağa cazip bir şekilde yerleştirilir.
- Çok iyi temizlenmelidir. Özellikle yeşillikler yıkandıktan sonra biraz sirke katılmış suda bekletildikten sonra kurularak çok kısa bir süre nemli bir yerde bekletilir.
- Salatalar artistik ve basit bir şekilde sunulur ki böylece içine konulan çeşitler anlaşılabilir.
- Doğranmış maydanoz, serpiştirilmiş çok körpe yeşillikler, tere, dilimlenmiş yeşil ve siyah mantar, dilimlenmiş katı pişmiş yumurta vb. salatanın üzerinde kullanılırsa lezzet ve görüntüyü olumlu yönde etkiler.
- Yeşillikler bıçakla kesilmeden elle parçalanarak hazırlanırlarsa besin değeri kayıpları en aza indirilmiş olur.

Örnekler: Yeşil salata-green salads-salade verte, avokado salads-salade aux avocats, pişmiş havuç salatası-cooked carrot salads-salade de carottes cuites, elma salatası-apple salads-salade de pommes, kereviz salatası-celery salads-salade de celeri, beyaz lahanalar salatası-cole slaw-salade de chou blanc, mantar salatası-mushroom salads vb.

Düzenlenmiş Salatalar :

- Bu çeşit salatalar bir veya birkaç çeşit malzemeden hazırlanır.
- Çeşitler görülebilecek şekilde buket ya da benzeri şekillerle tabağa yerleştirilir.
- Servis tabağına yerleştirilirken grupların renk ve şekil yapıları dikkate alınmalıdır.

- Bazıları derin kâselere yerleştirilirler. Kâselere gruplar halinde yerleştirilmelidir.
- Düzenlemenin göze hoş görünür şekilde olmasına ve uyumlu olmasına dikkat edilmelidir.

Örnekler: Salad niçoise (salade niçoise), lakme salad (salade lakme), salatalık, domates salatası (emne salads), florida salads (salade florida).

2.2. Salatanın Menüdeki Yeri ve Önemi

En çok vitamin ve mineral madde içeren yiyecekler grubuna girerler. Bu nedenle besin değerleri oldukça yüksektir.

Salatalar bir porsiyonluk servis olacağı gibi çok fazla sayıda kişiye sunulmak üzere büyük miktarlarda da hazırlanabilir. Salatalar menüde şu şekillerde yer alırlar:



Fotoğraf 2.4: Yeşil salata



Fotoğraf 2.3: Karides salata



Fotoğraf 2.5 :Portakal soslu narlı salata

2.2.1. İştah Açıcı Olarak Sunulan Salatalar

İştah açıcı olarak ana yemeklerden önce servis yapılırlar. Deniz ürünleri kokteyli, meyve kokteyli, avakado kokteyli ve tütülenmiş somon balığı salatasını iştah açıcılara uygun örnek olarak verilebilir.

2.2.2. Yemeklerin Yanında Sunulan Salatalar

Özellikle et yemekleriyle çok iyi gider. Sıcak sebzelere alternatif olarak da verilir. Yeşil salata, mayonezle karıştırılmış lahana, havuç, soğan ve diğer sebzelerin karışımıyla yapılmış salatalar ve içinde elma, ceviz gibi yiyeceklerle hazırlanmış salatalar bu gruba örnek teşkil eder.

2.2.3. Asıl Yemek Olarak Sunulan Salata

Bu tür salatalar kırmızı soğuk et, balık ve kümes hayvanları etleriyle bir kombinasyonu olarak sebzeler, meyveler, tahıllar ve peynirler ile servis yapılır.

2.2.4. Tatlı Olarak Sunulan Salatalar

Meyve salatası popülerliğini hiç kaybetmeyen bir tatlıdır. Benzer yapılara sahip meyvelerin birlikte kullanılmasıyla hazırlanan bir salatadır. Kavun salatası, tropikal meyve salatası, berry salatası vb.



Fotoğraf 2.6 : Büfe salataları

2.2.5. Açık Büfede Sunulan Salatalar

Bu şekilde verilen salatalarda veya yemeklerde takdim çok önemlidir. Bu yüzden misafirlere servisi kolay olan tüketildikçe görünümü bozulmayan salatalara öncelik verilmelidir.

Salata yapımında dikkat edilmesi gereken kurallar:

- Meyve ve sebzeleri alırken taze, lekesiz ve temiz olmasına dikkat edilmelidir.
- Salata sebzelerinin tazeliğini korumak için hazırlanmadan önce soğuk su içerisinde bekletilmelidir.
- Salatada kullanılan gereçleri seçerken birbirlerini tat, renk ve yapı olarak tamamlamalarına dikkat edilmelidir.
- Salatanın lezzet ve besin değerini artırmak için yapısına uygun sos kullanılmalıdır.
- Salatanın görünüşünün doğal olması sağlanmalıdır.
- Fazla abartılı dekorasyonlardan kaçınılmalıdır.
- Salatayı süslerken kullanılan gereçlerin yenilebilir olmasına dikkat edilmelidir.
- Salata yemek zamanına çok yakın bir sürede hazırlanmalıdır. Eğer bekletilmesi gerekiyorsa soğukta saklanmalıdır ve soğuk tabakta servis yapılmalıdır.

2.3. Salata Hazırlamada Kullanılan Sebze ve Meyveler

- Marul çeşitleri, kıvırcık, endive vb.
- Kabak, patlıcan vb.
- Salatalık
- Havuç
- Domates
- Semizotu, ısırgan otu vb.
- Yeşil / kırmızı biber kereviz
- Renkli dolma biberler
- Maydanoz, dereotu
- Tere, roka vb.
- Enginar, kuşkonmaz, kereviz vb.
- Mısır
- Şalgam / pancar / turp vb.
- Patates
- Brokoli, Brüksel lahanası vb.
- Ispanak
- Taze reyhan, fesleğen, nane vb.
- Pırasa
- Kuru soğan / yeşil soğan,
- Limon,
- Nar taneleri ve suyu
- Elma çeşitleri
- Portakal, greyfurt, turunç vb.
- Muz
- Armut çeşitleri
- Ayva çeşitleri
- Hindiba, turp otu vb.
- Sarımsak

Salata yapılabilecek sebze ve meyveleri daha fazla çeşitlendirmek mümkündür.

2.3.1. Çiğ Sebze ve Otlarla Yapılan Salatalar



Fotoğraf 2.7: Dereotu salatası

Dereotu Salatası (samut salatası) :

➤ Gereçler

- ½ kg dereotu
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 1 limon, 2 yumurta
- ½ çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı kırmızı biber
- 5-6 dal maydanoz

➤ İşlem basamakları

- Dereotu ve maydanoz ayıklanır, yıkanır, yumurta katı haşlanır.
- Maydanozla dereotu birlikte incecik kıyılarak salata kâsesine alınır.
- Yağ, limon suyu, tuz ve kırmızı biber, çukur bir kâsede iyice karıştırılır.
- Katı pişmiş yumurta doğranarak salatanın üzerine yerleştirilir.
- Sosuyla birlikte servise alınır.



Fotoğraf 2.9 :Salatalık/domates salatası

Semizotu salatası :

➤ Gereçler

- ½ kg semizotu
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- ½ limon suyu
- 2-3 diş sarımsak
- ½ çay kaşığı tuz

➤ İşlem basamakları

- Semizotu dal ayrılarak servis tabağına alınır.
- Sarımsak ezilerek yağ, limon suyu ve tuzla iyice karıştırılır.
- Sosuyla birlikte servise alınır.



Fotoğraf 2.8 :Semizotu salatası

Salatalık ve domates salatası :

- **Gereçler**
 - 3 orta boy domates
 - 2 orta boy salatalık
 - 3-4 dal yeşil soğan
 - İstenilen çeşit salata sosu
- **İşlem basamakları**
 - Salatalıklar soyularak muntazam dilimler halinde salata tabağının ortasına yerleştirilir.
 - Domatesler soyularak dilimler halinde salatalığın etrafına düzgünce dizilir.
 - Yeşil soğan incecik kıyılarak üzerine gezdirilir.
 - İstenilen salata sosu hazırlanarak birlikte servis yapılır.

2.3.2. Pişmiş Sebzelerle Yapılan Salatalar

Pancar salatası :

- **Gereçler**
 - 2.5 kg pancar
 - 1 adet yeşil kıvırcık salata
 - 1 demet maydanoz
 - 100 gr ince kıyılmış taze soğan
 - 150 ml vinegrot sos
- **İşlem basamakları**
 - Pancarlar yıkanır, haşlanır, soğutulur.
 - Soğuduktan sonra kabukları soyulur ½ cm 2.5 cm lik batonlar doğranır.

- Salata yaprakları ve pancarlardan sonra kıyılmış soğan ve maydanoz serpilir.
- Vinegrot sosla servis yapılır.



Fotoğraf 2.10: Renkli havuçlar



Fotoğraf 2.11 :Kuru soğan çeşitleri

Balzemik sirkede dinlendirilmiş sebze potporisi :

➤ **Gereçler**

- 1 demet pancar yaprağı
- 1 diş sarımsak
- ¼ tatlı kaşığı tuz ve karabiber
- 150 gr küçük brokoli parçaları
- 2 havuç - 3 küçük soğan
- 2 küçük şalgam 250 gr kabak
- 2 1/2 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
- 6 yemek kaşığı balzemik sirke

➤ **İşlem basamakları**

- Tüm sebzeler ayıklanır ve yıkanır.
- Pancar yaprağı kıyılır.
- Havuç, kabak ikiye bölüp vevv dilimlenir.
- Şalgam soyularak zar büyüklükte doğranır.
- Brokoli ayıklanarak küçük parçalara ayrılır.
- Soğan ve sarımsaklar ince doğranır.
- 3 litre suya 1 tatlı kaşığı tuz eklenerek kaynatılır.
- Kaynar suda havuçlar 1 dakika pişirilir.
- Şalgam ve brokoli ekleyip 2 dakika pişirilir.
- Kabaklar ilave edilerek 30 saniye daha pişirilir.
- Sebzeler süzülerek soğuk sudan geçirilir, soğuyunca kağıt havluda suları süzülür.
- Bu arada ayrı bir tavada yağın 1.5 kaşığı orta ateşte ısıtılarak soğan ve sarımsak ilavesiyle 2 dakika pişirilir.
- Pancar yapraklarına, ¼ tatlı kaşığı tuz ve karabiber eklenir.

- Devamlı karıştırarak 7 dakika pişirilir.
- Sirke karışıma eklenerek, iyice karıştırılır ve tava ateşten alınır.
- Sebzeler salata servis kabına çıkarılarak tavadaki malzeme üstüne dökülür.
- Kalan zeytinyağının ve karabiberin ilavesiyle salata iyice harmanlanır.
- En az 10 dakika buzdolabında soğuttuktan sonra tekrar harmanlanarak servis yapılır.

2.3.3. Meyvelerle Yapılan Salatalar

Mimoza salatası :

- **Gereçler**
 - 2 adet portakal
 - 4 adet muz
 - 500 gr yeşil üzüm
 - 3 adet göbek salata
- **Sosu**
 - ½ çay bardağı limonlu krema sosu.
- **İşlem basamakları**
 - Portakal kabuğu beyaz kısmıyla birlikte ve ince iç zarını da alacak şekilde soyulur.
 - Dilimler zarların arasından kesilerek zarsız portakal dilimleri çıkartılır, çekirdeklerinden temizlenir.
 - Muzlar soyulup dilimlenir ve kararmaması için üzerine limon suyu dökülür.
 - Üzümler iriyse ve soyulabiliyorsa kabukları soyulur.
 - Göbek salata ister yapraklarından ayrılmış olarak, isterse çeyrek parçalar halinde salata tabağına yerleştirilir.
 - Portakal ve muz dilimleri, üzümlerle birlikte üzerine yerleştirilir.
 - Sosuyla birlikte servis yapılır.



Fotoğraf 2.12: Japon salatası

Japon salatası :

➤ Gereçler

- 500 gr domates
- 500 gr ananas dilimi
- 3 adet portakal
- 500 gr elma
- 3 adet göbek salata
- 150 ml limonlu krema sos

➤ İşlem basamakları

- Domateslerin kabukları soyularak çekirdekleri çıkartılır, küp şeklinde doğranır.
- Portakal kabuğu beyaz kısmıyla birlikte ve ince iç zarını da alarak soyulur, dilimler zarların arasından kesilerek zarsız portakal dilimleri çıkartılır, çekirdeklerinden temizlenir.
- Elmanın kabukları soyularak ananasla aynı boyda küçük küpler halinde doğranır.
- Göbek salata ister yapraklarından ayrılmış olarak isterse çeyrek parçalar halinde salata tabağına yerleştirilir.
- Üzerine domates, portakal, ananas, elma dilimleri yerleştirilir, sosuyla servis yapılır.

2.3.4. Cacıklar

Pazı Cacığı :

➤ Gereçler

- 1 kg pazı (pancar yaprağı)
- 1.5 kg yoğurt
- 4-5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz



Fotoğraf 2.13 :Pazı cacığı

➤ **İşlem basamakları**

- Pazı ayıklanıp bol suyla iyice yıkanır.
- Bir tencerede kendi suyuyla pişmeye bırakılır.
- Yumuşadıktan sonra ateşten alınarak fazla suyu sıkılır ve ince ince doğranır.
- Ayrı bir kasede sarımsak ezildikten sonra yoğurt eklenerek iyice karıştırılır.
- Pazının üzerine gezdirilerek servis yapılır.



Fotoğraf 2.14 :Semizotu Cacığı

Semizotu Cacığı

➤ **Gereçler**

- 1 kg semizotu (pirpirim)
- 1.5 kg yoğurt
- 4-5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz

➤ **İşlem basamakları**

- Semizotu ayıklanıp bol suyla iyice yıkanır.
- Bir tencerede kendi suyuyla 3-5 dakika pişmeye bırakılır.
- Ateşten alınarak fazla suyu sıkılır, soğutulur ve ince doğranır.
- Ayrı bir kasede sarımsak ezildikten sonra yoğurt eklenerek iyice karıştırılır.
- Pazının üzerine gezdirilerek servis yapılır.

Not : Semizotu haşlanmadan dal-dal ayrılarak da yapılır.



Fotoğraf 2.15 :Cacık

Cacık :

➤ **Gereçler**

- 2 su bardağı süzme yoğurt
- 1 bardak kıyılmış salatalık
- 4 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı kuru nane - pul biber
- ½ çay bardağı zeytinyağı

➤ **İşlem basamakları**

- Derin bir kasede yoğurt suyla iyice ezilir (Çok duru ya da katı kıvamda olmamalıdır.).
- Ezilmiş sarımsak ve kuru nane de ilave edilerek karıştırılır.
- Salatalıklar eklenerek tekrar karıştırılır.
- Üzerine zeytinyağı gezdirildikten sonra pul biber serpilir.

2.3.5. Konserve Sebzeler

Sıvı, hava ve mikroorganizmalara karşı geçirmezliği sağlanmış bir kapta paketlenen ve uzun süre saklanabilmesi için yüksek ısıyla işleme tabi tutulan gıda maddeleri genelde konserve olarak adlandırılır. Evlerde üretildiği gibi büyük çaplarda sanayide de üretilmektedir.

Günümüzde çok sayıda sebze ve meyvenin konservesi yapılmaktadır. Taze olarak seçilen ayıklanıp yıkandıktan sonra, meyvenin ve sebzenin türüne göre çiğ ya da pişmiş olarak kutu ya da kavanozlarda paketlenirler. Ağızları kapatılan kaplar yeniden ısıyla işleme tabi tutulduktan sonra kullanıma hazır hale gelirler.

Konservenin saklanma süresi içindeki kimyasal reaksiyonlara bağlıdır.

Bazı konserve çeşitlerinin dayanma süreleri şu şekildedir:

- Yemiş, erik, kiraz vb. 1 yıl
- Şeftali, armut vb. 2 yıl
- Komposto ve reçeller 1-2 yıl
- Yemekler 2 yıl
- Pancar ıspanak, domates, havuç, kereviz vb. 2-3 yıl
- Bezelye, taze fasulye, kuşkonmaz vb. 3-4 yıl
- Sardalye, ton balığı vb. ise ortalama 5 yıl ve daha fazla saklanabilirler.

Konserve satın alırken

- Üretim tarihine ve son kullanma tarihine
- Kapak kısmında şişme olmamasına
- Üreten ve satan firmanın güvenilirliğine
- Markasına ve üzerindeki diğer gerekli bilgilere
- HACCP uygulaması olup olmadığına
- Satın alınan yerdeki bekletme ortamına
- Satan firmanın taşıma esnasındaki soğuk hava zincirine dikkat edip etmediğine dikkat edilmelidir.

Kullanılmasında dikkat edilecek noktalar

- Konserve eğer bekleyecekse soğuk ve nemsiz ortamlar tercih edilmelidir.
- Konserve açıldıktan sonra en geç iki gün içerisinde tüketilmelidir.
- Sık sık ısıtılmamalıdır.
- Kullanılacağı kadar alınmalı ve açılmalıdır.
- Şişe içinde ise kapağında, teneke kutudaysa alt ve üst kısmında şişkinlik olmamalıdır.
- Son kullanma tarihinde görülen kazınmalar dikkatte alınmalıdır.
- Güvenilmeyen markalar tercih edilmemelidir.

Konservelerle yapılan salatalar :

Modülün diğer bölümlerinde konserve olarak kullanılan sebze ve meyvelerle hazırlanan salata çeşitlerine örnekler verilmiştir. Bu nedenle konserve sebzeler ve meyvelerle yapılan salatalar bölümünde salata tarifleri verilmemiştir.

Bundan başka, bazı salatalarda, konserve enginar kalbi, haşlanmış bezelye konservesi, taze mısır, kuşkonmaz konserve olarak da kullanılmakta olup, yine mutfaklarda hazırlanma imkanı da vardır. Örneğin, uluslararası salatalar bölümünde verilen Rus salatasının havuç, patates ve bezelyesi konserve olarak kullanılabilirdiği gibi, mutfaklarda da hazırlanmaktadır.

Konserveler yalnızca salatanın yapımında değil, garnitürlenmesinde ve süslenmesinde olduğu kadar soslarında da kullanılmaktadır.

2.4. Salata Garnitürleri

Garnitürler, salataları çekici, cazip bir hale getirmenin en önemli unsurlarındandır. Salata garnitürü olarak çok çeşitli malzemeler kullanılabilir. Salata yapımında ve süslenmesinde kullanılan malzemeler aynı zamanda garnitür olarak kullanılabilir. Kullanılan garnitürlerin yenilebilir halde olmasında önemlidir.

Salata garnitürü olarak kullanılan yiyeceklerin başlıcaları şunlardır :



Fotoğraf 2.16 :Kuşkonmaz



Fotoğraf 2.17 :Çeşitli marullar

- Haşlanmış ve çeşitli şekillerde dilimlenmiş patatesler
- Haşlanmış ve taze havuç
- Haşlanmış ve taze brokoli
- Konserve kuşkonmaz
- Haşlanmış ya da taze Brüksel lahanası
- Yeşil ve kırmızı biber (taze ve kuru)
- Kiraz domates
- Taze/haşlanmış yada konserve mantar
- Çin marulu
- Daikon (japon turpu)
- Renkli dolma biberler
- Konserve enginar kalbi
- Konserve taze mısır
- Konserve veya taze haşlanmış bezelye
- Endive, Çin marulu
- Taze enginar
- Çeşitli peynirler
- Çeşitli haşlanmış yumurtalar
- İnce kıyılmış taze sebzeler
- Çeşitli meyveler
- Haşlanmış çeşitli kuru baklagiller

- Salatalık ve diğler turşu çeşitleri
- Haşlanmış çeşitli sebzeler
- Çeşitli haşlanmış etler
- Füme et ve sakatatlar
- Konserve et ve balıklar
- Jambon, salam, sosis vb.

2.5. Salata Süsleme ve Dizayn

“İyi hazırlanmış bir salata, mutlaka ve her zaman mükemmel görünümlü, davetkâr, çekici ve canlandırıcı olmalıdır.” der iki ünlü mutfak teorisyeni (Richard E.Martland ve Derek A.Welsby –Basic cookery kitabında).

Çekici bir görünümü olmayan bir salata, ne kadar lezzetli olursa olsun, daha ilk bakışta, misafirin ve müşterinin gözünde itibarını yitirir.

Doğada bulunan sebzeler, meyveler ve deniz ürünleri gibi tüm yiyecekler çeşitli biçim, boy ve renktedir. İyi bir aşçı, salata tabağı hazırlarken bu çeşitlilik ve renklilikten azami ölçüde yararlanmalıdır. Yeşil ve yuvarlak bir brüksel lahanasının yanına çubuk şeklinde doğranmış havuçlar ve tırtıklı parizyen kaşığıyla çıkarılmış dekoratif sarı patateslerle tamamlayarak oluşturulan bir garnitür kendiliğinden tabağa renk ve biçim verir. Yine yeşil sebzeler üzerine oturtulmuş halka patateslerin üzerine yerleştirilen kırmızı yanı üste gelen bir barbunya filetosundan oluşan bir tabak kendiliğinden renk ve dekor kazanır.

Örnekler sayılamayacak kadar artırılabilir. Renkli salata malzemesinin yanına eklenmiş bir kiraz domates ile sarı ve beyazın hakim olduğu küçük bir bildircin yumurtası salatayı çok renkli ve hoş bir hale getirir.



Fotoğraf 2.18 :Hem süsleme hem salata malzemesi olarak kullanılan sebzeler (Mısır / endive)

Bütün bunlarla birlikte esas olanın doğallık olduğu asla unutulmamalıdır.

Modern süsleme sanatında doğal olmayan malzemeye, gıda boyalarına, hiç yer yoktur.

Dikkat edilmesi gereken en önemli kural, bir salatayı yaparken farklı renklerdeki ve farklı dokulardaki malzemeyi bir araya getirmektir. Böylece renk ve doku zenginliği ortaya çıkar.

Bir salatayı süslemenin önemini bilmek kadar salatanın hangi esaslardan oluştuğunu bilmek de onun cazibesini artıracak ipuçlarını verecektir.

Salata dört esastan oluşur;

- **Oturduğu yerleştiği yer-yatağı:** Salataların yerleştiği yere genelde **yatak** denir. Genellikle bir kıvrıkcık ve benzeri türdeki yaprak kullanılır. Yaprak çok fazla olmamak şartıyla salata tabağının üzerine göze hoş görünecek şekilde konur. Yatak daima solmamış, taze ve diri olmalıdır. Yaprak büyüklüğü tabağın büyüklüğü ve şekline uygun olmalıdır. Yeşil olması da çok önemlidir. Salata tabağı da genellikle özel bir görünümdedir. Birçok yeşil salata çeşidine yeşil yatak koyulmaz.
- **Salataların gövdesi esas kısmı:** Salataların esasını oluşturur. Ön hazırlığı yapılarak hazırlanan salata yatağın üzerine yerleştirilir. Bazı salataların soğutulması dinlendirilmesi gerektiğinden iş tamamlandıktan sonra, çok beklemeyeceği duruma gelince yatağa yerleştirilir. Kısacası servise yakın hazırlanmalıdır.
- **Salatanın sosu:** Salataların lezzetini oluşturur, salatanın anlamını ve beraberliğini sağlar. Salata sosları, salatanın çeşidine göre iyi seçilmiş olması gerekir. Ancak o zaman başarılı bir salatadan bahsetmek mümkün olur. Genelde servise giderken kullanılır ancak bazı özel salata çeşitlerinde sosun ilave zamanı farklılık gösterebilir.
- **Salatanın garnitürü:** Salataya son şekli veren, güzelliğini, çekiciliğini tamamlayan süslemedir. Renk ve şekil uyumunu garnitür tamamlar.

2.6. Salataların Kullanıldığı Yerler

Salatalar çeşitlerine göre ordövr ya da yemeğe eşlik eden ve onu tamamlayan veya çeşidine göre esas yemek olarak da servis edilebilen yiyeceklerdir. Salatalar yemeğe eşlik etmelerinin yanı sıra, kuşluk ve ikindi vaktinde de verilir. Soğuk büfelerin vazgeçilmeyen çeşitlerindedir.

Salatalar menüde belli bir yerde verilmelerinin yanı sıra aslında her öğüne ve her çeşide yakışan bir yiyecek grubu olarakta nitelendirilebilir. Her öğüne yakışan bir salata çeşidi mutlaka vardır. Ayrıca yaratıcılığa açık olması da oldukça önemlidir.

Her yaş grubuna hitap eden bir salata mutlaka vardır. Diyet mutfaklarında da önemli bir yere sahiptir. Hastalıklarda beslenmede çok çeşitleri kullanılmaktadır. Vejeteryan grupların beslenmesinde kullanılan çeşitleri de oldukça fazladır.

2.7. Servis Araçları

Salata servisinde kullanılan başlıca araç ve gereçler şunlardır:

- Çeşitli boylarda salata kâseleri
- Çeşitli boylarda salata tabakları
- Salata sos kâseleri/kapları
- Salata servis kaşığı, çatalı
- Salata sos servis kaşığı
- Servis bıçağı
- Tek kişilik salata servis tabak ve kâseleri



Fotoğraf 2.19:Salata ve sos kaseleri



Fotoğraf 2.20 :Sos servis kabı



Fotoğraf 2.21: Salata kasesi ve servis kaşığı

2.8. Salatının Taze Olarak Servisi

Salataların taze olarak servis yapılmasının önemli kılan başlıca nedenler şunlardır:

- Özellikle taze sebze ve meyvelerin bekleme esnasında besin değeri kayıpları çok hızla gerçekleşeceği için servise en yakın zamanda salata hazırlanmalıdır.
- Salata eğer önce hazırlandıysa sosu mutlaka sofraya alınırken ilave edilmeli ya da servise sosuyla birlikte alınmalıdır.
- Sosun içindeki limon suyu sirke gibi malzemeler özellikle sebzelerin renklerin değiştirip solduracağından buna dikkat edilmelidir.
- Salatalar bekleme esnasında yalnızca besin değeri açısından değil görünüm açısından da çok şey kaybedebilir. Görüntüsü soluklaşır ve rengi olumsuz yönde değişebilir.



Fotoğraf 2.22: Taze hazırlanmış kuşkonmaz salatası

2.9. Sebze ve Meyvelerle Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri

- Andiv salatası
- Çoban salatası
- Lor peynirli domates salatası
- Florida salatası
- Fransız salatası
- Kereviz salatası
- Manon salatası
- Marul salatası
- Mimoza salatası

- Pancar salatası
- Patates salatası
- Patates ve su teresi salatası
- Pestolu domates salatası
- Sebze salatası
- Semizotu salatası
- Su teresi salatası
- Taze fasulye salatası
- Ezme patates salatası
- Kırmızı lahana salatası
- Patlıcan salatası
- Kompoze salata
- Turp salatası
- Domates salatası
- Kıvırcık salatası
- Havuç salatası
- Doldurulmuş domates salata
- Roka salatası
- Söğüş salata
- Ada salatası
- Biber salatası
- Hindiba salatası
- Karnabahar salatası
- Yoğurtlu patlıcan salata
- Vitamin salatası
- Yonga salatası
- Tahinli pancar salata
- Yerelması salatası
- Sadabat salatası
- Sultan salatası
- Mamzana
- Mantar salatası
- Gelin salatası
- Kremalı salatalık
- Egzotik salata
- Akdeniz salatası
- Avokado salatası
- Aydan salatası
- Aspendos salatası
- Anadolu salatası
- Abant salatası
- Brokoli salatası
- Brüksel lahanası salatası
- Bukef salata vb.



Fotoğraf 2.23 :İskandinav usulü sebzeli bulgur salata



Fotoğraf 2.25: Baharatlı sebzeli balik salata

UYGULAMA FAALİYETİ

Semizotu (pirpirim) cacığı yapınız.

Ölçüler :

- 1 kg semizotu
- 1.5 kg süzme yoğurt
- 4-5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına bağlı kalmalısınız.Planlı ça lışmalısınız. İşe hazırlıklı olmalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız.Araçları tezgaha sırayla hazırlayınız.	➤ Yoğurt sosu hazırlayacağınız kaseyi salataya uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız. ➤ Semizotunu ayıklayarak dal dal ayırınız.Yoğurdu hazırlayınız. Sarımsakları soyup yıkayıp eziniz	➤ Semizotunu önce ayıklayıp sonra yıkamalısınız. Semizotunun iyice yıkadıktan sonra ½ çay bardağı sirke katılmış suda 5-10 dakika bekletmelisiniz.
➤ Sosu hazırlayınız ➤ Yoğurdu su ilavesiyle çorbadan daha kıvamlıca eziniz.	➤ Sos kabının çukur olmasına dikkat etmelisiniz..Sarımsakları ezerken bir miktar tuz ilave ederseniz ezme işini kolaylaştırmış olursunuz.
➤ Salatayı yapınız. ➤ Kaynayan 3-5 dakika kaynamaya bırakınız. Soğutarak ince kıyınız. Suyunu süzüp sos ekleyiniz, karıştırınız.	➤ Semizotunu haşlamadan da salata yapabilirsiniz. Arzu ederseniz, semizotunun yarısını haşlayarak yarısını çiğden kullanarak iki çeşidini de hazırlamalısınız.
➤ Salatayı servise hazırlayınız. Çukur bir kaseye boşaltınız. ➤ Süsleyiniz.	➤ Süslemede kuru ve taze nane kullanabilirsiniz. Ayrıca pul biberi de süslemede kullanabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatle okuyarak doğru seçeneği işaretleyin.

1. Aşağıdakilerden hangisi salataların mönüde yer aldığı şekillerden değildir?
A) Ana yemek olarak
B) İştah açıcı olarak
C) Tatlı olarak
D) Ziyafet mөнüsünde ana yemek olarak
E) Ordövr olarak
2. Aşağıdakilerden hangisi pişmiş sebze salatalarındandır?
A) Dereotu salatası
B) Domates salatası
C) Pancar salatası
D) Mimoza salata
E) Semizotu salatası
3. Japon salatasının türü aşağıdakilerden hangisidir?
A) Sebze salatası
B) Meyve salatası
C) Konserve salataları
D) Et salatası
E) Pişmiş sebze salatası
4. Aşağıdakilerden hangisi cacık yapımında gereç olarak kullanılmaz?
A) Sarımsak
B) Nane
C) Limon suyu
D) Su
E) Yoğurt
5. Aşağıdakilerden hangisi, yemiş, erik, kiraz vb konservelelerin dayanma süresidir?
A) 3-6 ay
B) 3 yıl
C) 1 yıl
D) 1 ay
E) 10 gün

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-3

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde tahıl ve makarnalarla istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel ve restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında uygulanmakta olan tahıl ve makarna salata çeşitlerini araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanmakta olan tahıl ve makarna salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

3. TAHIL VE MAKARNALARLA HAZIRLANAN SALATALAR

3.1. Salata Yapmada Kullanılan Tahıl ve Makarna Çeşitleri

Tahıl salatalarına geçmeden önce **Besin Grupları** materyali tekrar incelenmelidir.

3.1.1. Bulgur



Fotoğraf 3.1 : Bulgur

Bulgur, Türk mutfağında çok kullanılan bir tahıl türüdür. Kaynatılıp kurutulduktan sonra kabuğu alınarak dövülmüş, kırılmış buğdaya denir. Daha ince kırılmış şekilleri, ince bulgur, düğü, simit gibi isimler alır ve yörelere göre değişiklik gösterir.

Ülkemizde ekmekten sonra en çok kullanılan yiyecek türüdür. Daha çok çorbası ve pilavı yapılır. Bazı yörelerde içli köfte, çiğ köfte, kısır gibi çeşitleri de vardır. Bulgur, ana yemeklerin içinde veya yanında garnitür olarak kullanıldığı gibi büfelerde ve diğer ara öğünlerde salata olarak da kullanılır.



Fotoğraf 3.2 : Pirinç

3.1.2. Pirinç

Buğdaygiller familyasından olan bütün dünyada buğdaydan sonra en çok tüketilen, tropikal, ekvator bölgesi ve ılıman bölgelerde yetiştirilen tahıl türüdür. Dünyanın en büyük pirinç tüketen ülkeleri Çin, Hindistan, Endonezya, Japonya, Bangladeş olup Latin Amerika ve Afrika'da yaygın olarak tüketilir. Uzunlamasına, tüysüz ve düz olan taneleri pişmiş olarak tüketilir. Sıcak ya da soğuk, tatlı ya da tuzlu her çeşit yiyeceğin üretiminde kullanılır.

3.1.3. Erişte



Fotoğraf 3.3: Ispanaklı erişte

Un ya da sert buğday unu, yumurta ve suyla hazırlanan ve ince uzun şeritler hâlinde doğranan hamur çeşididir. Erişteler taze veya kurutulmuş olarak yenir. Ev ürünü bir yiyecek türüdür. Erişteler bir başlangıç yemeği (tereyağlı, peynirli graten, et sulu, soğanlı, domates soslu oluştururken) yahniler ve etlerin yanında ve çorbalarla konservelere de garnitür olarak kullanılırlar.

Çin ve Vietnam mutfağında erişte yaygın olarak kullanılır. Soya soslu ve pirinç erişte çeşitleri vardır. Eriştelerin çeşitli boy, şekil ve büyüklükte olanları hem yemek hem garnitür hem de salata olarak büfe yemeklerinde kullanılır Ispanaklı, domatesli, havuçlu hazırlanan erişte türleri de renkli oldukları için sofralara doğal ve güzel görünüm kazandırlar.

3.1.4. Makarnalar

Makarna, İtalya'ya II.yy.da gelen Arap kökenli bir gıda hamurudur. Genel olarak erişte ile hemen hemen aynı özellikleri taşısalar da makarna yapımında irmik de kullanılmaktadır. Çok çeşitleri üretilmekte olan makarnalar hem ana yemek olarak hem de yemeklerde garnitür olarak kullanılmaktadır. Büfelerde ve ara öğünlerde salata olarak hazırlanan çeşitleri de vardır. Eriştelerde olduğu gibi ıspanaklı, domatesli, havuçlu hazırlanan makarna türleri renkli oldukları için sofraya doğal ve güzel görünüm kazandırlar.



Fotoğraf 3.4: Makarna

3.2. Tahıl ve Makarnalarla Hazırlanan Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları



Fotoğraf 3.5: Elmalı limonlu kısır

Limonlu ve elmalı kısır :

➤ Gereçler

- 700 gr bulgur (orta boy) ekşi elma
- 300 gr kuru soğan
- 500 gr domates
- 1 demet maydanoz
- 1 demet taze soğan
- 1 demet taze nane
- 2 çay kaşığı acı kırmızı toz biber
- 200 gr zeytinyağı
- 2 limon suyu
- 1 çay kaşığı tuz

➤ İşlem basamakları

- Soğan ayıklanır, yıkanır ve çok ince kıyılır.
- Nane, maydanoz ve taze soğan da ayıklanıp yıkandıktan sonra çok ince kıyılır.
- Elmaların kabukları soyularak küçük küpler hâlinde doğranır.
- Domatesin kabukları soyulur, çekirdekleri alınır ve zar büyüklüğünde doğranır.
- Bu arada bulgur ıslatılarak 1 saat bekletilir, iyice suyu sıkılarak kabına alınır.
- Bulgurun içine, soğan, tuz katılarak elle ezilerek karıştırılır.
- Diğer sebze ve baharatlar ilave edilerek tekrar karıştırılır.
- Zeytinyağı ve limon suyu eklenerek karıştırılır.
- Servis tabağına yeşil salata yaprağının üzerine alınır.
- Limon ve elma dilimleriyle süslenir.

Tavuklu makarna salatası :



Fotoğraf 3.6: Tavuklu makarna salatası

➤ **Gereçler**

- 1 su bardağı makarna
- 1 su bardağı havuç rendesi
- 1 su bardağı haşlanmış mısır
- 1 su bardağı mayonez
- 3-4 diş sarımsak, tuz
- 6-7 yemek kaşığı bezelye konservesi
- 1/2 demet dereotu
- 1 adet tavuk bonfile

➤ **İşlem basamakları**

- Makarnayı tuzlu kaynar suda haşlayıp süzülür, soğumaya bırakılır.
- Tavuğu az su ile haşlayıp, minik parçalara bölünür.
- Mayonezden 3 yemek kaşığı süslemek için ayırılır ve kalanı bir kaseye alınır.
- İçine dövülmüş sarımsak, rende havuç, mısır, kıyılmış dereotu, tavuk, bezelye ekleyip karıştırılır.
- Soğuyan makarnalar ilave edilir.
- Karıştırıp servis tabağına alınır. Üzerini süsleyip servis yapılır.

Not : Makarna yerine erişte kullanabilir.

Pirinç salatası :

➤ **Gereçler**

- 100 gr pilavlık pirinç
- 500 gr basmati pirinç
- 10 adet kiraz domates
- 250 gr haşlanmış iç bezelye/konserve
- 1 kutu konserve mini mısır
- ½ çay kaşığı beyaz biber
- 150 ml vinegrot sos
- 1 çay kaşığı tuz

➤ **İşlem basamakları**

- Pirinçle haşlanır ve suyu süzdürülür derin bir kaba alınarak karıştırılır.
- Domates-mısır ve bezelyeler eklenir.
- Kalan malzemeler pirinçlere eklenir.
- Salata servis tabağına alınarak süslenir.

Enginar kalplı zeytinli makarna salatası :

➤ **Gereçler**

- 500 g kalem/fiyonk makarna
- 150 g siyah zeytin
- 10 adet kiraz domates

- 300 g enginar kalbi
- 60 gr ançuez fileto
- 1 demet taze fesleğen yaprağı
- 75 ml vinegrot sos
- ½ demet taze nane

➤ **İşlem basamakları**

- Makarnayı içine yağ damlatılmış tuzlu kaynar suda hafif diri kalacak şekilde (aldante) haşlayıp süzülür, ılıtılarak bir kaseye alınır.
- Zeytinlerin çekirdekleri çıkartılarak ikiye bölünür .
- Kiraz domatesler dörde, enginar kalpleri iriyse ikiye bölünür.
- Domatesler, enginar kalpleri, ançuez filetoları ve fesleğen yaprakları da ilave edilerek makarnayla harmanlanır.
- Nane yaprakları çok ince kıyıldıktan sonra vinegrota sosa eklenerek karıştırılır. Sos salatanın üzerine gezdirilerek servis tabağına alınır.

Not : Makarna yerine erişte (renkli ve sade) kullanabilir.



Fotopraf 3.7: Barbunyalı makarna salatası

Bulgurlu bahar salatası :

➤ **Gereçler**

- 2 su bardağı pilavlık bulgur
- 3 orta boy havuç
- 2 orta boy domates
- 2 orta boy salatalık
- 6 orta boy yeşil biber
- 8 orta boy yeşil soğan
- 1 demet dereotu
- 1 su bardağı zeytinyağı
- 3.5 su bardağı su
- 3 tatlı kaşığı tuz

- **İşlem basamakları**
 - Sebzeler ayıklanır, yıkanır, doğranır.
 - Domatesler soyularak zar şeklinde doğranır.
 - Havuçlar soyulur ve rendelenir.
 - Havuçlar yağla biraz kavrulur ve su eklenir ve kaynatılır.
 - Su kaynayınca bulgur ve tuz eklenir suyunu çekene kadar pişirilir.
 - Tüm gereçler soğuyan pilava eklenir
 - Karıştırılarak servis tabağına alınır.

Tahıllarla hazırlanmış diğer salata çeşitleri :

- Ton balıklı makarna salatası
- Kısır
- Yumurtalı çiğ köfte
- Batırık
- Sebzeli bulgur salatası
- Sebzeli tarator
- Tebbule
- Mantarlı bulgurlu salata



Fotoğraf 3.8 : Mantarlı bulgurlu salata

UYGULAMA FAALİYETİ

Limonlu elmalı kısır yapınız.

Gereçler :

- 700 g bulgur (orta boy)
- 2 limon suyu
- 500 g ekşi elma
- 200 g zeytinyağı
- 300 g kuru soğan
- 2 çay kaşığı acı kırmızı toz biber
- 500 g domates
- 1 demet taze soğan
- 1 demet maydanoz
- 1 demet taze nane

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uymalısınız. ➤ Planlı çalışınız. İşe hazırlıklı olmalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız. Araçları tezgaha sırayla hazırlayınız.	➤ Karıştırma kabını uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız. ➤ Kuru ve taze soğanı ayıklayıp, yıkayınız. ➤ Nane ve maydanozu ayıklayıp çok ince kıyınız. ➤ Elmaları soyup doğrayınız. ➤ Domateslerin kabuklarını soyup küp doğrayınız.	➤ Sebzeleri yıkadıktan sonra ½ çay bardağı sirke katılmış suda 10 dakika bekletmelisiniz. ➤ Elmaları doğradıktan sonra kararmaması için limonlu suda bekletmelisiniz. ➤ Domateslerin çekirdeklerini çıkartmalısınız.
➤ Kısır yapınız: ➤ Bulguru ıslatarak 1 saat bekletiniz. Bulguru avuçlarınızla sıkarak suyunu alınız. ➤ Bulgura soğan ve tuzu ekleyerek elinizle eziniz. ➤ Diğer sebzeleri ve baharatları ilave ediniz. ➤ Zeytinyağı ve limon suyu ekleyip karıştırınız..	➤ Bulgurun ıslatma suyunun sıcak olmasına dikkat etmelisiniz. ➤ Karıştırırken sebzelerin şekillerinin çok fazla bozulmamasına dikkat etmelisiniz.
➤ Kısır servise hazırlayınız. ➤ Servis tabağına yeşil salata yaprağını alınız..Limon ve elma dilimleriyle süsleyiniz.	➤ Yanında ayran, şalgam suyu vb. ➤ içeceklerle servis yapabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları okuyarak doğru olan cümlelerin önündeki paranteze (D) , yanlış olanların önündeki paranteze (Y) işareti yazınız.

1. () Erişte, hem garnitür hem de salata olarak kullanılan bir tahıl ürünüdür.
2. () Makarnalarla eriştelere arasında üretim ve malzeme açısından fark yoktur.
3. () Soya soslu ve pirinç erişte çeşitleri Çin ve Vietnam mutfağında çok yaygındır.
4. () Salata yapımında makarna yerine erişte kullanılmaz.
5. () Tahıl salatalarının ön hazırlığında tahılların yumuşatılması buharda da yapılabilir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-4

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde kuru baklagillerle istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında kuru baklagillerle yapılmakta olan salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında kuru baklagil salatalarında kullanılmakta olan olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanmakta olan kuru baklagil salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

4. KURU BAKLAGİLLERLE HAZIRLANAN SALATALAR



Fotoğraf 4.1 :Yeşil mercimekli salata

4.1. Salata Yapımında Kullanılan Kuru Baklagiller

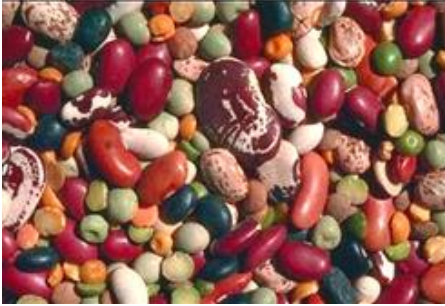
Bu grup yiyeceklerin başlıcaları nohut, bezelye, börülce, barbunya fasulyesi, mercimek, soya fasulyesi, bakla, kuru fasulyedir. Kuru baklagiller adı altında toplanan tüm ürünler dünya mutfaklarında ve ülkemizde salata çeşitlerinin hazırlanmasında kullanılır.

4.2. Kuru Baklagillerin Salata İçin Hazırlanması



Fotoğraf 4.2 : Mercimek esitleri

Bazı bitkilerin olgunlaşmış tohumlarıdır. Bu grup yiyeceklere **leguminous** denir. 600 ile 1300 civarında çeşidi mevcuttur. Esas yapıları olgunlaşmış tohumlar olduğundan bileşimleri karbonhidrat, protein, B vitaminleri ve kalsiyum yönünden zengindir. Bu gruba giren yiyeceklerin özellikle tahıllarla birlikte kullanılması besin değerini artırması açısından oldukça önemlidir.



Fotoğraf 4.3 :çeşitli kuru baklagiller



Fotoğraf 4.4 : Barbunya / siyah ve beyaz kuru fasulye

Kuru baklagillerin salata için hazırlanmasında dikkat edilecek noktalar :

- Kuru baklagillerin sindirimini kolaylaştırmak için uygun Şekilde pişirilmeleri gerekir.
- Kuru baklagiller önce ayıklanır sonra yıkanılır.
- Yeterince su ilavesiyle oda ısısında 8-10 saat bekletilir.
- Eğer bekletme sresinde sıcak su kullanılırsa bu süre kısaltılmış olur.

- Yeniden su ilave edilerek ateşte yumuşayınca kadar pişirilirler.
- Pişirme işlemi buharda da yapılabilir. Bu nedenle özel buhar tencereleri kullanıldığı gibi derin bir tencerede kaynayan suyun üzerine yerleştirilmiş süzgeçte de haşlanabilir. Bu tür pişirme şekli kuru baklagillerin hem besin değeri kayıplarını önlemek açısından hem de lezzet açısından daha uygundur.
- Ateşten alınarak soğutulduktan sonra istenilen salatada kullanılırlar.
- Kuru baklagillerin haşlama suları atılmamalıdır.

Not: Kuru baklagillerle ilgili olarak Besin Grupları modülünü tekrar inceleyiniz.

4.3. Kuru Baklagillerle Yapılan Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları



Fotoğraf 4.5: Ekşili üçlü baklagil salatası

Ekşili üçlü baklagil salatası :

- **Gereçler**
 - 1 bardak buharda pişirilmiş bezelye
 - 1 bardak haşlanmış barbunya
 - 1 bardak haşlanmış nohut
 - 1 demet taze soğan
 - 1 çorba kaşığı zeytinyağı
 - 1 diş sarımsak
 - 1 tatlı kaşığı kekik
 - 1 tatlı kaşığı yabani kekik
 - 100 gr kültür mantarı
 - 2 çorba kaşığı limon suyu
 - 4 çorba kaşığı portakal suyu
 - Tuz-karabiber

➤ **İşlem basamakları**

- Barbunya, nohut haşlanır, bezelye buharda pişirilir, suları süzülür, soğutulur.
- Taze soğan ayıklanır, yıkanır ve çok ince kıyılır.
- Mantar ayıklanır yıkanır ve mantar bekletme suyunda bekletilip ince dilimlenir.
- Limon suyu, portakal suyu, kekik, yabani kekik, ezilmiş sarımsak, yağ, tuz ve karabiber iyice karıştırılır.
- Hazırlanan sosun içine mantarlar ilave edilerek 30 dakika dinlendirilir.
- Barbunya, nohut, bezelye ve soğan harmanlanarak servis tabağına alınır. Tabağın altına yeşil marul yaprakları yerleştirilebilir.
- Üzerine sosu gezdirilir. Limon dilimleri ve yeşil salatayla süslenir.



Fotoğraf 4.6 :Fasulye piyazı

Fasulye piyazı (4 porsiyon) :

➤ **Gereçler**

- 1 su bardağı kuru fasulye
- 1 orta boy kuru soğan
- 1 demet maydanoz
- 1 yemek kaşığı sirke
- ½ limon suyu
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- Tuz, kırmızı biber
- 2 yumurta (üzerine)
- 8 siyah zeytin (üzerine)

➤ **İşlem basamakları**

- Fasulyeler ayıklanır, yıkanır, yumuşayıncaya kadar haşlanır.
- Tuz, kırmızı biber, sirke, limon suyu ve zeytinyağı sos kabında karıştırılır.
- Suyu süzülen fasulyelerin üzerine ılıkken dökülür.
- Halka doğranmış soğanlar tuzla ovularak acısı çıkartılır ve yıkanarak süzülür.

- İnce kıyılmış maydanozlar, soğanlarla karıştırılarak servis tabağına yerleştirilir.
- Katı haşlanmış yumurta dilimleri, domates ve limon dilimleriyle süslenir.

Yeşil mercimek salatası (8 porsiyon) :

➤ Gereçler

- 1 su bardağı yeşil mercimek
- 1 su bardağı kuskus makarna
- 1 demet taze soğan
- 1 demet dereotu
- 250 g kornişon turşu
- ½ su bardağı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı kimyon, tuz
- 2 kornişon turşu-süslemek için

➤ İşlem basamakları

- Yeşil soğanlar ince kıyılır.
- Dereotu ince kıyılır.
- Kornişonlar ince doğranır.
- Yeşil mercimek haşlanır, süzülür.
- Kuskus haşlanır, süzülür.
- Mercimekle birlikte harmanlanır.
- Tüm malzeme üzerine dökülerek karıştırılır.
- Kornişonla süslenir.



Fotoğraf 4.7 : Börülce salatası

Lolaz piyazı (börülce) :

➤ Gereçler

- 1 su bardağı lolaz (börülce)
- 3 taze soğan
- ½ demet maydanoz
- ½ su bardağı ceviz
- ½ limon suyu

- ½ çay bardağı zeytinyağı
- Tuz, kırmızı biber

➤ **İşlem basamakları**

- Önceden ıslatılmış olan börülce 20-25 dakika haşlanır.
- Tuz, limon suyu, biber ve yağ bir kasede iyice karıştırılır.
- Börülcenin suyu süzildükten sonra ılık hale gelince, sos üzerine dökülür.
- İnce kıyılmış taze soğan ve maydanozlar birlikte kıyılmış ceviz börülceye eklenir
- Hepsi birlikte harmanlanarak servis tabağına alınır.



Fotoğraf 4.8 : Humus



fotoğraf 4.9 : Mercimekli köfte

Kuru baklagillerle hazırlanmış diğer salata çeşitleri:

- Humus
- Nohut piyazı
- Mercimekli köfte
- Çeçen salatası
- Çerkez fasulyesi
- Mercimekli çiğ köfte
- Mercimek salatası
- Vejeteryan mercimek salata
- Mısır salatası
- Nohutlu salata
- Yeşil mercimek köftesi
- İç midyeli yeşil mercimek salatası
- Kuru fasulye salatası
- Karışık ezme
- Bakla fava
- Kuru fasulye ezmesi
- Kuru bezelye ezmesi
- Bademli nohut ezmesi
- Biberli nohut salatası

UYGULAMA FAALİYETLERİ

Kuru fasulye piyazı yapınız.

Gereçler :

- 1 su bardağı kuru fasulye
- ½ çay bardağı zeytinyağı
- 1 orta boy kuru soğan
- 1 demet maydanoz
- 1 yemek kaşığı sirke
- 2 yumurta (üzerine)
- ½ limon suyu, tuz, kırmızı biber
- 8 siyah zeytin (üzerine)

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uymalısınız. ➤ Planlı çalışın, işe hazırlıklı olmalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız. ➤ Araçları tezgaha sırayla hazırlayınız.	➤ Karıştırma ve sos kabını uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız. ➤ Soğanları, maydanozu ayıklayıp yıkayınız. ➤ Fasulyeyi ayıklayınız, yıkayınız, ıslatınız. ➤ Yumurta kullanacaksanız haşlayınız.	➤ Süslemede yumurta kullanmayabilirsiniz. ➤ Yumurtayı katı haşlamalısınız. ➤ Fasulyeyi haşlamadan 10 saat önce ıslatmalısınız.
➤ Sosunu hazırlayınız. ➤ Tuz, kırmızı biber, limon suyu ve zeytinyağını iyice karıştırınız.	➤ Tuzun, sos içerisinde erimesine dikkat etmelisiniz.
➤ Piyazı yapınız. ➤ Fasulyeyi yumuşayınca kadar haşlayınız. ➤ Sularını süzdürüp sosunu döküp karıştırınız. ➤ Maydanoz ve soğanı fasulyelerle harmanlayınız.	➤ Karıştırırken tanelerin parçalanmamasına dikkat etmelisiniz ➤ Sosu fasulyeler ılıkken üzerlerine dökmelisiniz.
➤ Piyazı servise hazırlayınız. ➤ Piyazı servis tabağına alınız. ➤ Dilimlenmiş yumurta, domates ve limon dilimleriyle süsleyiniz.	➤ Piyazın altına yeşil salata yaprakları kullanabilirsiniz. ➤ Yumurtaları istediğiniz şekilde doğrayıp renklendirebilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları okuyarak doğru olan cümlelerin önündeki paranteze (D) , yanlış olanların önündeki paranteze (Y) işareti yazınız.

1. () Kuru baklagiller meyve ve sebzelerin olgunlaşmış tohumlarıdır.
2. () Kuru baklagillerin haşlama suları bol miktarda B grubu vitamin içerdiklerinden atılmamalıdır.
3. () Salata yapımında kullanılan kuru baklagiller buharda haşlanmazlar.
4. () Kuru baklagillerin haşlanma sebebi, sindirimlerinin kolaylaştırmak amaçlı olmayıp sadece lezzetlerini artırmak içindir.
5. () Kuru soğan soğuk olarak hazırlanan kuru baklagil salatalarının süslenmesinde en çok kullanılan gereçlerden biridir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-5

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde et ve sakatatlarla istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında et ve sakatat çeşitleriyle yapılmakta olan salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında çeşitli et menşeli şarküteri ürünleriyle yapılmakta olan salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında et ve sakatat salatalarında kullanılmakta olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanmakta olan et ve sakatat salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

5. ET VE SAKATATLARLA HAZIRLANAN SALATALAR

5.1. Salata Yapımında Kullanılan Etler ve Sakatatlar

- Haşlanmış kırmızı etler
- Haşlanmış beyaz etler
- Haşlanmış işkembe, yürek, beyin gibi sakatatlar
- Haşlanmış dil, paça vb.

Salata yapımında et ve sakatat çeşitleri kullanırken dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan biri etlerin yumuşak olarak pişirilmesinin ve soğutulmasının sağlanmasıdır. Ayrıca çok yağlı etler salata yapımında iyi sonuç vermediğinden kullanılmaz. Büyük işletmelerin mutfaklarında, otel ve restoran mutfaklarında, servisten artan (Müşteri artığı olmamalıdır.) kırmızı etler, kümes hayvanları ve balık etleri, eğer kullanılabilecek durumdaysa salata yapımında da değerlendirilebilirler.

5.2. Salata Yapımında Kullanılan Şarküteri Ürünleri

- Çeşitli salamlar
 - Çeşitli sosisler
 - Füme et ve sakatatlar
 - Jambon çeşitleri
 - Sucuk çeşitleri
 - Konserve et ve sakatatlar
- **Salam** : Kuru sucuğa yakın ama daha büyük çaplı bir İtalyan şarküteri ürünüdür. İnce kıyılmış çeşitli et karışımlarının içine yayılmış bol miktarda yağdan oluşur. Salamın harcına füme, rezeneli bir baharat, maydanozlu ya da sarımsaklı aroma ya da acılık katılmış çeşitleri de vardır. Salam genellikle, değişik ürün çeşitleri arasında çok ince dilimlenmiş hâlde, soğuk ordövr olarak servis yapılır. Ayrıca sandviçler, pizzalar, kanepeler ve salata gibi çeşitli yiyecek gruplarında da garnitür ve ana malzeme olarak kullanılır.
- **Sosis** : Bağırsak içinin baharat katılmış et kıymasıyla doldurulmasıyla hazırlanmış şarküteri ürünüdür. Batı’da genellikle dana, sığır, koyun ya da kümes hayvanları etleri ve bazen de sakatatlarına mutlaka değişik baharatlar katılmasıyla elde edilir. Kullanılan malzemeler, yani etler ince ya da kalın çekildikten sonra bağırsağa doldurulurlar. İçine paprika, soğan koyulan türleri, kızartmalık ya da mercimekle hazırlanan Polonya sosisleri, sardalye, hayvan beyinleri hatta yulaf ezmesi katılarak ve füme edilerek hazırlanan çok çeşitli sosisler üretilmektedir.
- **Sucuk** : Bağırsak içine koyulan çeşitli et kıymaları ve çeşitli baharatlar katılarak yapılan, olgunlaştırma ve kurutma işleminden sonra çiğ ya da pişmiş olarak tüketilebilen bir şarküteri ürünüdür. Bir çok ülkede değişik şekillerde üretilmektedir. Kahvaltı sofralarında, büfelerde, ordövr hazırlıklarında, börek, çörek ve hatta yemek yapımında bile kullanılmaktadır.
- **Füme** : Etler, sakatatlar ve bazı şarküteri ürünlerine lezzetlendirmek amacıyla yapılan bir besin işleme yöntemidir. Füme etler, füme dil, füme jambon, füme balık (somon gibi) çeşitleri mutfaklarda birçok bölümde kullanılmaktadır. Füme ürünler pahalı ve kaliteli ürünler olduklarından soğuk büfelerin ve ziyafet sofralarının ordövr tabaklarının vazgeçilmez çeşitlerindedir.

Şarküteri ürünlerinden salata yaparken; ürünler çiğ ya da pişmiş olarak kullanılabilirler. Bu, yapılacak olan salatanın çeşidine göre değişir. En sağlıklı olanı, bu tür ürünlerin görüntüsünü ve lezzetinin bozmadan pişirilmesini sağlamaktır.

5.3. Salata eşitleri ve İşlem Basamakları



Fotoğraf 5.1 :Rokalı tavuk salata

Tavuk ciğerli roka salatası :

➤ Gereçler

- 6 orba kaşığı soya yağı
- 2 kırmızı soğan
- 2 orba kaşığı üzüm sirkesi
- Tuz, karabiber
- 2 orba kaşığı am fıstığı
- 600 gr tavuk ciğeri, kp doğran
- 3 taze soğan
- 1 bağ roka

➤ İşlem basamakları

- Kırmızı soğanlar ayıklanır, yıkanır, ince doğranır.
- Soğanlar 3 orba kaşığı soya yağının içinde am fıstıkları ile birlikte kavrulur.
- Soğduktan sonra sirke, tuz ve karabiberle birlikte çırpılır.
- Tavuk ciğerleri, soya yağında kızartılır.
- Taze soğanlar halka şeklinde doğranır, ciğerle birlikte bir kaç kez çevrilir.
- Roka ince doğranır. Servis tabağına alınır.
- Rokanın zerine ciğer yerleştirilir. Soğanlı sosu üzerine gezdirilerek servis yapılır.



Fotoğraf 5.2 : Etli pirinç salata

Et salatası (10 porsiyon) :

➤ **Gereçler**

- 500 gr domates
- 2 kg haşlanmış dana eti
- 500 gr haşlanmış taze fasulye
- 100 gr taze veya kuru soğan
- 250 gr kornişon
- 150 ml Fransız salata sosu
- 5 yemek kaşığı ince kıyılmış otlar (maydanoz/dereotu vb.)

➤ **İşlem basamakları**

- Domateslerin kabukları soyularak çekirdekleri çıkartılır.
- Domatesler, fasulyeler ve kornişonlar küp şeklinde doğranır.
- Üçü birlikte bir kasede harmanlanır.
- Servis tabağına alınır.
- Üzerine Fransız sosu gezdirilir.
- Kıyılmış otlar serpilerek servis yapılır

Sosis Salata :

➤ **Gereçler**

- 4 büyük sosis
- 100 g kaşar peyniri
- 1 sap ince pırasa
- 2 adet salatalık turşusu
- 2 orta boy domates
- 4 yemek kaşığı sirke
- 3 katı haşlanmış yumurta
- 1 demet maydanoz
- 6 yemek kaşığı zeytinyağı
- ¼ çay kaşığı şeker
- ½ çay kaşığı karabiber, tuz
- 1 yemek kaşığı hardal

- **İşlem basamakları**
 - Sosisler soyularak 4-5 cm uzunlukta doğranır.
 - Peynir, soyulmuş domates, salatalık aynı biçimde doğranır.
 - Ayıklayıp dilimlenen pırasa karışıma eklenir.
 - Haşlanmış yumurta ve maydanozlar da ince kıyılarak karıştırılır.
 - Sirke, hardal, tuz, zeytinyağı, karabiber, şeker karıştırılarak çırpılır.
 - Salata, servis tabağına düzgünce yerleştirilir, sosuyla servis yapılır.

Enginarlı uykuluk salatası (10 porsiyon) :

- **Gereçler**
 - 1.75 ml su
 - 50 g un, tuz
 - 200 g havuç
 - 200 g turp
 - 30 g tereyağı / margarin
 - 3 çorba kaşığı hardal
 - 1 yemek kaşığı ince
 - Kıyılmış maydanoz
 - 2 kg dana uykuluğu
 - 6 adet enginar
 - 200 g kabak
 - 200 g domates
 - 150 g vinegrot sos
 - 400 g kıvırcık salata
 - ½ çay kaşık taze çekilmiş
 - Karabiber
- **İşlem basamakları**
 - Uykuluklar buzlu suda 2 saat dinlendirilir, süzülerek kaynar suda haşlanır.
 - Tekrar süzülür, soğuyunca zarları soyularak çıkartılır. Üzerine ağırlık yapması için bir tabak koyarak buzdolabında diğer malzemeler hazırlanıncaya kadar bekletilir.
 - Enginarlar tuzlu limonlu suda birkaç dakika haşlanır, unu sulandırıp enginarlara eklenir.
 - Yaklaşık 20-25 dakika orta ateşte enginarlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.
 - Süzdürerek bir kaba çıkartarak ılımaya bırakılır.
 - Havuç, kabak ve turplar soyularak julienne doğranır, kaynar tuzlu suda ayrı ayrı haşlanır.
 - Suyu süzdürülüp soğutulur.
 - Domatesler soyularak küçük küpler şeklinde kesilir.
 - Uykuluklar ince dilimlenir. Tereyağı eritilerek uykulukların her iki tarafı kızarılarak süzülür.
 - Küpler hâlinde doğranarak tuzlanır, biberlenir.

- Bir kasede vinegrot sos ile hardal karıştırılır.



Fotoğraf 5.3 : Doldurulmuş enginar salata

Fotoğraf 5.4 :Jambonlu patates salata

- **İşlem basamakları**
 - Enginarlar yuvarlak kalıpla keserek küçültülür.
 - Kenarlarından çıkan parçalar julienne doğranır.
 - Salata servis tabağının ortasına küçük enginar çanakları koyulur.
 - Üzerlerine julienne enginarlar ve uykuluklar serpiştirilir.
 - Çevresine yıkanmış kıvırcık salata yaprakları ve julienne sebzeleri döşeyip sosu gezdirilir, üzerine maydanoz serpilir.

5.4. Et ve Sakatatlarla Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri

- Taze ot yatağında ızgara tavuk salata
- Uzakdoğu usulü tavuk salata
- Kaliforniya salatası
- Susamlı tavuk salatası
- Rokalı rozbif salata
- Tavuk ciğeri salatası
- Beyin salatası
- Çerkez tavuğu
- Karpaçço (carpaccio)
- Mayonezli sığır dili söğüşü
- Paça dondurması
- Soğuk et salatası
- Sosis salatası
- Sosisli kuru fasulye salatası
- Sosisli marul salatası
- Sultan salatası
- Jambonlu patates salata
- Şef salata
- Taşlık salatası, tavuk salatası
- Tavuk söğüş salata vb.

UYGULAMA FAALİYETLERİ

Sosis salata yapınız.

Gereçler

- 4 büyük sosis
- 100 g kaşar peyniri
- 1 sap ince pırasa
- 2 adet salatalık turşusu
- 2 orta boy domates
- 4 yemek kaşığı sirke
- 3 katı haşlanmış yumurta
- 6 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 demet maydanoz
- ¼ çay kaşığı şeker
- ½ çay kaşığı karabiber, tuz
- 1 yemek kaşığı hardal

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uymalısınız. ➤ Planlı çalışmalısınız..
➤ Araçları hazırlayınız ➤ Araçları tezgâha sırayla hazırlayınız.	➤ Karıştırma ve sos kabını uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız ➤ Sosisleri soyarak 4-5 cm uzunlukta doğrayınız. ➤ Peynir, kornişon, katı yumurtayı ince doğrayınız. ➤ Domates ve salatalığı soyup uzunca doğrayınız. ➤ Pırasayı ve maydanozları ince kıyınız. Haşlayıp doğrayınız.	➤ Yumurtayı katı haşlayınız. Sosisleri çiğ olarak kullanmak istemiyorsanız salçalı suda haşlamalısınız. ➤ Sosisleri ve diğer malzemeleri küp şeklinde de doğrayabilirsiniz.
➤ Sosunu hazırlayınız. ➤ Sirke, hardal, tuz, zeytinyağı, karabiber, şeker karıştırılarak çırpılır.	➤ Tuzun, sos içerisinde erimesine dikkat etmelisiniz.
➤ Salatayı yapınız ➤ Sosisleri, peyniri, pırasayı, yumurtayı, maydanozu, salatalığı, domatesi, kornişonu derin bir kasede karıştırınız. Üzerine sosu gezdiriniz.	➤ Karıştırırken tanelerin parçalanmamasına dikkat etmelisiniz.
➤ Salatayı servise hazırlayınız. ➤ Salatayı servis tabağına alınız. ➤ Domates ve limon dilimleriyle süsleyiniz.	➤ Salatanın altına yeşil salata yaprakları kullanabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları okuyarak doğru olan cümlelerin önündeki paranteze (D) , yanlış olanların önündeki paranteze (Y) işareti yazınız.

1. () Salata yapımında kullanılacak olan et ve sakatatlar haşlandıktan sonra soğutulmadan sıcak olarak kullanılmalıdırlar.
2. () Sosis İtalyan kökenli bir şarküteri ürünüdür.
3. () Yulaf ezmesi, hayvan beyni katılarak hazırlanan sosis çeşitleri de vardır.
4. () Füme, etler, sakatatlar ve bazı şarküteri ürünlerine lezzetlendirmek amacıyla yapılan bir besin işleme yöntemidir.
5. () Şarküteri ürünleri arasında en ucuz ve kalitesiz olanları füme çeşitleridir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-6

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde deniz ürünleri ile istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde salatalar hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında balıklarla yapılmakta olan salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında kabuklu ve kabuksuz deniz ürünleriyle yapılmakta olan salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında deniz ürünleriyle yapılan salatalarda kullanılmakta olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda deniz ürünleriyle yapılmakta olan salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

6. DENİZ ÜRÜNLERİ İLE HAZIRLANAN SALATALAR

6.1. Salata Yapımında Kullanılan Deniz Ürünleri

Not: Bu konuya geçmeden önce Balıklar ve Deniz Ürünleri materyalini tekrar incelemelisiniz.

6.1.1. Balıklar

Tatlı ve tuzlu suda yaşayan balıklar sıcak ya da soğuk olarak değişik şekillerde pişirilir. Değişik harçlar, garnitürler, soslar, karışık tereyağlar, değişik sebze ve meyvelerle servisi yapılır.



Fotoğraf 6.1: Ton balıklı bulgur salatası

Salata olarak kullanılan balık türlerinin çok kılçıklı olmaması gerekir. Bunun için büyük filetolar çıkarılabilecek balıklar salatalar için çok uygundur. Bundan başka hamsi gibi küçük ama sadece sırtında kalın kılçığı olan ve pişirilmeden rahatça çıkarılabilen türde balıklar da salata yapımında kullanılır. Balıkların salata yapımından önce çok dağılmamasına dikkat ederek haşlanmalıdır. Çok yağlı balıklar ya da yağlandığı mevsimde tutulan balıklar salatalar için çok uygun değildir. Mutfaklarda çeşitli yemekler için haşlanan balıkların artan filetoları da salata yapımında kullanılarak değerlendirilebilir.

Ton balığı, kefal balığı, alabalık, somon balığı, sazan balığı, gibi balıkların filetoları, hamsi balığı gibi balıkların da hem taze pişirilmiş şekli hem de salamura yapılmış şekli salata yapımı için uygundur. Tuzlu salamura balıkların 12 saat önceden çıkartılarak yıkanması ve tuzunu gidermek için suda bekletilmesi gerekir. Ayrıca iri de olsa tatlı su balıklarının özellikle kuyruk kısımlarında çok ince kılçıklar olabileceği için, bu tür balıkların gövde kısımlarındaki kaburga kemiklerinin arasındaki etler, salata için daha uygundur.

6.1.2. Konserve ve Füme Balıklar

Konserve yapılmış her çeşit balığın salatası rahatlıkla yapılabilir. Çünkü, konserve balıklar kılçıklarından tamamen arındırıldığı için salata kullanımında risk taşımazlar. Lezzet açısından da konserve balıklar, salatalarda oldukça başarılı sonuçlar verir.



Fotoğraf 6.2: Garnitürlü füme balık tabağı

Ülkemizde füme yöntemi, somon, yılan ve mersin balıklarına uygulanır. Temizlendikten sonra kısa süreli salamura yapılarak suyu alınan balıklar, içinde özel kokusu olan talaş ve odun parçalarının ağır ağır yakıldığı, bu iş için kullanılan füme-tütsü odalarında uygun şekilde bekletilerek koku ve lezzet kazanır. Ayrıca biraz da kururlar.

Oldukça kıymetli ve pahalı çeşitlerdir. 0 °C'de rutubetsiz yerlerde 3-6 ay saklanabilir. Füme yapılmış balık türleri lüks restoran menülerinde yer alan pahalı bir çeşittir. Soğuk büfelerde düzenlemiş olarak görüntü zenginliği vermesinin yanısıra, çok güzel lezzetler tadabilmeyi sağlar. Salata olarak da kullanılan kıymetli bir gıdadır.

6.1.3. Kabuklu Deniz Ürünleri

Istakoz, midye, karides, yengeç gibi kabuklu deniz ürünleri menülerde ana yemek olarak kullanıldığı gibi soğuk büfelerde ordövr olarak ve salata olarak da kullanılır. Besin değeri yüksek olup oldukça lezzetli yiyeceklerdir.



Fotoğraf 6.3 : Istakoz salata

Kabuklu deniz ürünleri çok kolay bozularak zehirlenmelere yol açabilecekleri için canlı olarak satın alınmaları gerekir. Canlı olarak alınamayacakları durumlarda güvenilir markalar altında hazırlanarak dondurulmuş ürünler tercih edilmelidir. Dondurularak alınanları hariç, canlı olarak alınanlar kaynamakta olan suyun içerisinde canlı olarak haşlanırlar. Kabukları kırılarak salatalarda, soğuk büfelerde ordövr olarak kullanılır.

6.1.4.Kabuksuz Deniz Ürünleri

Kalamar, ahtapot gibi kabuksuz deniz ürünlerinin hazırlanıp haşlandıktan sonra salata yapımında kullanılır. Lezzet ve besin değeri açısından oldukça değerli gıdalardır. Menülerde ana yemek olarak kullanıldığı gibi soğuk büfelerde ordövr olarak ve salata olarak da kullanılırlar. Taze olarak satın alınmaları tercih edilmelidir. Dondurulmuş çeşitleri de ticari mutfaklarda çok kullanılmaktadır.



Fotoğraf 6.4 : Sosta bekletilen kalamar



Resim 6.5 : Tarama

Havyar da bu bölümde verilmesi gereken önemli bir deniz ürünüdür. Tuzlanmış mersin balığı yumurtalarının belli bir olgunlaştırma işlemine tabi tutulmasıyla hazırlanır. Mersin balığı yumurtaları dışının karnından çıktıktan sonra yıkanır, toplanır ve salamura yapılır ve ardından süzülerek metal kutularda paketlenir. Tanecikli havyar ve ezilmiş havyar olarak olmak üzere çeşitleri vardır. Bugünkü bilinen havyar geleneği Ruslara özgüdür.

Çok dayanıksız olan havyar, soğuk tüketilir ve yanında bliniler ve ekşi krema ya da hafif tereyağlı ızgara ekmek ile sunulur.

6.2. Salata Çeşitleri ve İşlem Basamakları



Fotoğraf 6.6: Ton balıklı yeşil salata

Balık salatası (10 porsiyon) :

➤ Gereçler

- 1 k haşlanmış beyaz etli balık filetosu
- 5 yemek kaşığı maydanoz/rezene
- 10 adet katı haşlanmış yumurta
- 3 adet göbek salata
- 5 adet salatalık
- 150 ml vinegrot sos
- 100 gr kapari, tuz
- ½ çay kaşığı

➤ İşlem basamakları

- Salatalık ve yumurta ½ cm'lik küpler halinde doğranır.
- Göbek salatayı ince kıyarak servis tabağına yayınız.
- Üzerine balık filetoları, salatalık ve yumurta parçaları döşenir. Tuz/karabiber serpilir
- Vinegrot sos dökülür, maydanoz ve rezene serpiştirilir. Kapariyle süslenir.

Limon soslu nohutlu ton salatası :

➤ Gereçler

- 3 yemek kaşığı light mayonez
- 1.5 yemek kaşığı dijon hardalı
- 1/4 fincan yağsız yoğurt
- 1 çay kaşığı limon kabuğu rendesi
- 1 büyük (konserve) ton balığı
- 2 yemek kaşığı limon suyu
- 1 büyük konserve nohut
- 1 fincan doğranmış beyaz soğan
- 1 fincan kıyılmış kereviz sapı
- 4-5 kiraz domates, tuz, karabiber
- 1/2 fincan kıyılmış maydanoz

➤ İşlem basamakları

- Yoğurt, mayonez, hardal ve limon kabuğu iyice karıştırılır.
- Geniş bir kaptan ton balığı, limon suyuyla karıştırılır.
- Diğer malzemelerde eklenerek iyice karıştırılır.
- Tuz ve karabiberle tatlandırılır

Midye salatası :

➤ Gereçler

- 20 adet kabuklu midye
- 1/2 çay bardağı zeytinyağı
- 1 adet küçük soğan
- 1 çay bardağı balık suyu
- 1 demet maydanoz
- Tuz, karabiber

➤ İşlem basamakları

- Midyenin kılları ayıklanıp yıkanır. Küçük bir tencerede balık fondu ve su ile kaynatılarak midyeler atılır ve yüksek ateşte 4-5 dakika haşlanır.
- Kevgirle midyeler alınarak içleri servis tabağına yerleştirilir.
- Tencerede kalan su biraz buharlaştırıldıktan sonra midyelerin üzerine dökülür.
- Soğan julienne doğranır, tuzla acısı alınarak midyelerin üzerine yerleştirilir.
- Limon suyu, zeytinyağı, kıyılmış maydanoz ve tuz karıştırılarak salataya dökülür.

Parmesanlı krutonlu deniz ürünleri salatası :

➤ Gereçler

- 300 gr karides (bütün)
- 450 gr kalamar

- 3 gr sarımsak
- 400 gr ıstiridye
- 600 gr ahtapot
- 5 gr maydanoz
- 6 gr sızma zeytinyağı
- 10 ml zeytinyağı
- 2 limon
- 50 gr parmesan peyniri
- 150 gr beyaz ekmek
- 5 gr tuz
- 30 gr kıvırcık salata
- 3 gr taze fesleğen
- 50 gr kırmızı biber

➤ **İşlem basamakları**

- İstiridyeler birkaç saat soğuk tuzlu suda bekletilir.
- Biberlerin tohumları alınarak ince doğranır.
- Karidesler ve kalamarlar hazırlandıktan sonra zeytinyağında biberle sote yapılır.
- İstiridyeler açıldıktan sonra zeytinyağı, tuz ve biberle sote yapılır.
- Ahtapotlar haşlanıp doğranır.
- Tüm deniz mahsulleri geniş, derin bir kap içerisinde, kıyılmış maydanoz ve fesleğenle karıştırılır.
- Sızma zeytinyağı limonla iyice karıştırıldıktan sonra salatanın üzerine gezdirilir.
- Hazırlanmış olan krutonda salatanın üzerine yerleştirildikten sonra servis yapılır.

Krutonun işlem basamakları : Ekmekler zar kesilip üzerlerine rende parmesan ve zeytinyağıyla fırında kızartılır.



Fotoğraf 6.7 : Ahtapot salata



Fotoğraf 6.8 : Yengeç salata

6.3. Deniz Ürünleriyle Hazırlanan Diğer Salata Çeşitleri

- İç midyeli yeşil mercimek salatası
- Fasulyeli ton balığı salatası
- Havyar soslu kasatına salatası
- Bal ve sirke soslu tropikal salata
- Jumbo karidesli ıspanak salatası
- Ton balıklı makarna salatası
- Kanal karides (teke) salatası
- Karidesli patates salatası
- Füme alabalık salatası
- Körili karides salatası
- Karidesli mantar salatası
- Marine edilmiş somon



Fotoğraf 6.9: Yeşillik içinde kalamar tabağı



Fotoğraf 6.10 : Mantarlı özel soslu midye salata



Fotoğraf 6.11 : Ton balıklı salata



Fotoğraf 6.12 : Körili karides salata

-
- Borgeze salatası
 - Balıkçı salatası
 - Gemici salatası
 - Kalamar salatası
 - Karides salatası
 - Midye salatası
 - Sardalye salatası
 - Tarama
 - Tarak salatası
 - Yengeç kokteyli vb.

UYGULAMA FAALİYETLERİ

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak balık salatası yapınız

Gereçler :

- 1 kg haşlanmış beyaz etli balık filetosu
- 3 adet göbek salata
- 5 yemek kaşığı maydanoz / rezene
- 10 adet katı haşlanmış yumurta
- 5 adet salatalık
- 150 ml vinegrot sos
- 100 gr kapari
- ½ çay kaşığı karabiber, tuz

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınız yapınız.	➤ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uymalısınız. Planlı çalışmalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız. Araçları tezgâha getiriniz.	➤ Araçları tezgâha sırayla dizmelisiniz.
➤ Gereçleri hazırlayınız. Yumurtayı katı haşlayınız. Salatalığı soyunuz. Yumurta ve salatalığı zar büyüklüğünde doğrayınız. Göbek salatayı yıkayarak ince kıyınız.	➤ Ölçülü olarak gereçlerinizi hazırlamalısınız. ➤ Salatayı servise yakın hazırlamalısınız. ➤ Yeşil salatayı yıkadıktan sonra sirkeli suda bekletmeyi unutmamalısınız.
➤ Salatanın işlem basamakları ➤ Göbek salatayı servis tabağına yerleştiriniz. Üzerine balık filetoları, salatalık ve yumurta parçalarını döşeyiniz. ➤ Tuz, karabiber-serpiniz. ➤ Vinegrotsos dökünüz. ➤ Maydanoz ve rezene serpiştiriniz.	➤ Göbek salatayı işlem sırasına uygun yapmalısınız.
➤ Salatayı kapariyle süsleyiniz.	

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları okuyarak doğru olan cümlelerin önündeki paranteze (D) , yanlış olanların önündeki paranteze (Y) işareti yazınız.

1. () Her balık çeşidi salata yapımında kullanılmaz.
2. () Kabuklu deniz ürünleri kolay bozulup zehirlenmelere yol açacağından canlı olarak satın alınmalıdırlar.
3. () Balık salatalarının yapımında tuzla salamura yapılmış balıklar kullanılmaz.
4. () Kabuksuz deniz ürünleri ana yemek yapımında kullanılmaz.
5. () Bugünkü bilinen ve artık tüm dünyada kullanılan havyar geleneği Ruslara özgüdür.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-7

ÖĞRENME KAZANIMI

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak reçetesine uygun şekilde uluslararası salataları istenilen kıvam, renk, lezzet ve görünümde hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında yapılmakta olan uluslararası salata çeşitlerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otel, restoran ve diğer işletmelerin mutfaklarında uygulanmakta olan uluslararası salatalarda kullanılmakta olan salata soslarını araştırınız.
- Uluslararası mutfaklarda hazırlanan salata çeşitlerini internet ortamında araştırınız.

7. ULUSLARARASI SALATALAR

7.1. Uluslararası Mutfakta Salataların Yeri ve Önemi

Çiğ sebze ve meyveler ya da soğuk gıda maddelerinde oluşan, soğuk bir sosla çeşni katılan, ordövr, başlangıç yemeği ve peynirden önce sunulan yiyecekler salatalar olarak adlandırılır. Modülün birinci ve ikinci öğrenim faaliyetinde salataların yeri ve önemi hakkında bilgi verilmişti. Onun için burada bu bilgiler tekrar edilmeyecektir. Verilen bilgiler doğrultusunda söylenebilecek tek şey aynı önem ve gerekliliğini uluslararası mutfaklarda da geçerli olduğudur.

Uluslararası mutfaklarda salatalar genel olarak ya ana yemegin yanına eşlik eder ya da başlangıç olarak yenilebilen hatta başlangıçtan önce verilen iştah açıcı yiyeceklerdir.

7.2. Uluslararası Salatalar ve İşlem Basamakları

7.2.1. Sezar Salatası (2 porsiyon) :

- **Gereçler :**
 - 120 ml Fransız salata sosu
 - 1 diş sarımsak
 - 2.5 yemek kaşığı zeytinyağı

- 3 dilim ekmek
- 2 porsiyonluk körpe marul yaprağı
- 50 g parmesan peynir



Fotoğraf 7.1: Sezar salata

➤ **İşlem basamakları**

- Derin bir kâseye, Fransız sosu konularak sarımsak bütün olarak içine atılır ve 1 saat bekletilir.
- Yağ kızartma tavaına alınarak dilimlenmiş ekmeklerin her iki tarafı 3-4 dakika açık kahve renkte olacak şekilde ve yakmadan kızartılır.
- Ekmekler kâğıt havlu üzerine alınarak yağı iyice süzmesi sağlanır.
- Marullar servis tabağına yerleştirilir.
- Sarımsak, sosun içerisinden çıkartılıp atıldıktan sonra, sos marulların üzerine gezdirilir.
- Parmesan rendesi de salatanın üzerine serpidikten sonra krutonlar salatanın üzerine yerleştirilerek bekletilmeden servis yapılır.

7.2.2. Şefin Salatası (2 kişilik) :

➤ **Gereçler**

- 2 porsiyon doğranmış yeşil salata
- 2 yemek kaşığı doğranmış kaşar peyniri
- 2 yemek kaşığı rozbif
- 2 yemek kaşığı doğranmış jambon
- 2 yemek kaşığı doğranmış tavuk eti
- 2 yumurta
- 2 adet domates, 2 adet sarı biber
- 8 adet zeytin
- Fransız salata sosu (8-10 cl)

➤ **İşlem basamakları**

- Yeşil salata çok ince olmamak kaydıyla doğranır.
- Rozbif, jambon, tavuk eti, kaşar peyniri julienne doğranır.
- Yumurtalar katı haşlanıp soğutularak ince doğranır.
- Domateslerin kabuğu soyularak halka doğranır.
- Servis tabağına yeşil salata yerleştirilir.

- Julienne kesilmiş malzemeler üzerine yatay ve diklemesine sırayla konulur.
- Üzerine sosu gezdirilir.
- Dilimlenmiş domates, yumurta ve zeytinle süslelendikten sonra servis yapılır.



Fotoğraf 7.2: Yunan köy salatası

7.2.3. Waldorf Salatası (2 kişilik) :

➤ Gereçler

- 2 adet orta boy elma
- 1 adet orta boy kereviz
- 3 yemek kaşığı mayonez
- 1 adet portakal
- 8 adet iç ceviz
- 2 adet kiraz domates
- Tuz, karabiber
- 1 limon suyu
- 75 cl Fransız salata sosu veya kokteyl sos

➤ İşlem basamakları

- Elma ve kereviz soyulup rendelenir.
- Kararmaması için limon suyu sıkılır.
- Portakallar soyulup ince ince kesilir.
- Mayonez bir kap içerisine konur.
- Elma ve kereviz rendesi ilave edilerek iyice karıştırılır.
- Yeteri kadar tuz ve biber ilave edilir.
- Hazırlanan karışım salata kasesine konduktan sonra üzeri portakal dilimleri, ceviz ve kiraz domates ile garnitürlenir.
- Sosu üzerine gezdirilerek servis edilir.

Not: Salatanın dekoratif görünmesi için lollo rosso, endivie yeşilliği ve havuç ile garnitürlenebilir.

7.2.4. Rus Salatası :

➤ Gereçler

- 4 orta boy sarı patates
- 1 adet salatalık turşusu
- 1 orta boy havuç
- 1 çay fincanı haşlanmış bezelye
- 1-2 adet kırmızı turp
- 1 limon suyu
- Tuz, beyaz biber
- 1 su bardağı mayonez

➤ İşlem basamakları

- Patatesler ve havuçlar haşlanarak soğutulur.
- 3 mm büyüklükte küp şeklinde doğranır.
- Bezelyeler, tuz, limon suyu ve diğer gereçler derin bir kâsede karıştırılır.
- Üzeri için bir yemek kaşığı mayonez ayrılarak hepsi birlikte iyice karıştırılır.
- Servis tabağına düzgünce yerleştirilerek ayrılan mayonezle üzeri kaplanır.
- Kırmızı turplar ve katı pişmiş yumurta dilimleriyle süslenerek servis yapılır.

7.2.5. İtalyan Salata (10 porsiyon)

➤ Gereçler

- 200 gr patates
- 200 g turp
- 200 g havuç
- 200 g taze fasulye
- 200 g iç bezelye
- 250 g salam
- 250 g ançuez fileto
- 75 ml vinegrot sos
- 350 ml mayonez

➤ İşlem basamakları

- Patatesler, havuç ve turplar soyularak 8 mm'lik küçük küpler hâlinde doğranır.
- Fasulyelerin kenarları alınarak havuç ve turpların ebadında verev doğranır.
- Bütün sebzeler ayrı ayrı kaynar tuzlu suda yumuşayınca kadar haşlanır.
- Süzülerek soğuk sudan geçirilir ve soğumaya bırakılır.
- Salam ve ançuez filetoları küçük kareler hâlinde kesilir.
- Sebzeler, salam ve ançuezler birlikte derin bir kâseye alınıp, üzerine vinegrot sos gezdirilerek harmanlanır.

- Mayonezde ilave edilerek hepsinin iyice karışması sağlanır.
- Tuzu kontrol edildikten sonra servis tabağına alınarak servis yapılır.

1.2.6. Diğer Salatalar

- Nisuaz salata (salat niçoise)
- Napoliten salata
- Wurst salad
- Windsor salad
- Coleslaw
- Endive salad
- Winter salad (kış salatası)
- Yumurta ve kuşkonmazlı bahçe salatası
- Gravyerli mantar salatası
- Salatalık ve üzümlü bahçe salatası
- Şeftali salatası
- Sığır etli patates salatası
- Yunan salatası
- Kuzey Afrika salatası
- Yaz gecesi salatası
- Tavuk ve elmalı salata
- Havuç ve meyve salatası
- Domatesli balık salatası
- Rahibe salatası
- Kayısıli tarhunlu salata
- Kuşkonmaz salatası
- Brezilya fındık salatası
- Napolyon fasulyesi salatası
- Soya filizi salatası
- Fransız fasulyeli mimoza salatası
- Kabak ve Frenk soğanı salatası
- Endülüs pirinç salatası
- Hindibağ ve portakallı salata
- Florida salatası
- Manon salata
- Çin salatası

UYGULAMA FAALİYETİ

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak İtalyan salata yapınız.

Gereçler

- 200 g patates
- 200 g turp
- 200 g havuç
- 200 g iç bezelye
- 200 g taze fasulye
- 250 g salam
- 350 ml mayonez
- 250 gr ançüez fileto75 ml vinegrot sos, tuz

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ön hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Sanitasyon ve hijyene uymalısınız.
➤ Araçları hazırlayınız.	➤ Araçları tezgâhta sırasıya hazırlamalısınız.
➤ Gereçleri hazırlayınız. ➤ Patatesler, havuç ve turpları soyunuz, 8 mm'lik küçük küpler halinde doğrayınız. ➤ Fasulyelerin kenarları alınarak aynı boylarda verve doğrayınız.	➤ Salatayı karıştıracağınız kabı, salata miktarına uygun büyüklükte seçmelisiniz.
➤ Salatayı yapınız. ➤ Bütün sebzeleri kaynar tuzlu suda yumuşayınca kadar haşlayınız. ➤ Süzerek soğuk sudan geçiriniz, soğumaya bırakınız. ➤ Salam, ançüez filetolarını küçük kareler hâlinde kesiniz. ➤ Sebzeler, salam ve ançüezler birlikte derin bir kaseye alıp, üzerine vinegrot sos gezdirerek harmanlayınız. ➤ Mayonezde ilave ederek hepsini iyice karıştırınız. ➤ Tuzunu kontrol ediniz.	➤ Sebzeleri ayrı kaplarda haşlamalısınız. ➤ Hazırlıkları yapılmış olan sebzeleri ayrı kaplarda hazırlamalısınız. ➤ Haşlanan sebzeleri soğuk sudan geçirerek hemen soğumalısınız. ➤ Salatayı sosuyla karıştırırken şekillerini bozmamalısınız.
➤ Salatayı servise hazırlayınız. ➤ Salatayı servis tabağına düzgünce yerleştiriniz.	➤ Süslemek için haşlanan sebze ve salam dilimlerini kullanmalısınız.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları okuyarak doğru olan cümlelerin önündeki paranteze (D) , yanlış olanların önündeki paranteze (Y) işareti yazınız.

1. () Uluslararası mutfaklarda salatalar aynı zamanda başlangıç yemeği ve peynirden önce sunulan yiyeceklerdir.
2. () Sezar salatası yapımında kruton kullanılması şart değildir.
3. () Rus salatasında kullanılan turşu, patates ve havuç gibi sebzeler julienne doğranmalıdır.
4. () İtalyan salatayı Rus salatasından ayıran özellikler, içine konulan et ürünleri ve doğrama şekilleridir.
5. () Salatalar, uluslararası mutfaklarda iştah açıcı olarak da kullanılırlar.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

MODÜL DEĞERLENDİRME

İş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alarak salata ve salata soslarını hazırlayınız.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
➤ 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.)		
➤ Araç-gereç seçimi		
• Araçlarınızı doğru seçtiniz mi?		
• Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi?		
➤ İşlem basamakları		
• Sebzelerin hazırlığını yaptınız mı?		
• Kurubaklagil ve tahılları salataya uygun şekilde hazırladınız mı?		
• Et/sakatat/şarküteri ürünlerini uygun şekilde hazırladınız mı?		
• Kabuklu ve kabuksuz tüm deniz ürünlerini salataya uygun şekilde hazırladınız mı?		
• Salataya en uygun sosu seçerek hazırladınız mı?		
• Salatayı süsleyerek servise hazırladınız mı?		
➤ Ürünün değerlendirilmesi		
• Ürünün görüntüsü istenilen nitelikte mi?		
• Ürünün pişmişliği istenilen nitelikte mi?		
• Ürünün lezzeti istenilen nitelikte mi?		

DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda **Hayır** şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız **Evet** ise bir sonraki bireysel öğrenme materyaline geçmek için öğretmeninize başvurunuz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ –1'İN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	B
3	A
4	B
5	C

ÖĞRENME FAALİYETİ – 2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	C
2	C
3	B
4	C
5	C

ÖĞRENME FAALİYETİ – 3'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	D
3	D
4	Y
5	Y

ÖĞRENME FAALİYETİ- 4'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	D
3	Y
4	Y
5	Y

ÖĞRENME FAALİYETİ – 5'İN CEVAP ANAHTARI

1	Y
2	Y
3	D
4	D
5	Y

ÖĞRENME FAALİYETİ – 6’NİN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	D
3	Y
4	Y
5	D

ÖĞRENME FAALİYETİ – 7’NİN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	Y
3	Y
4	D
5	D

KAYNAKÇA

- BELGE Murat, **Tarih Boyunca Yemek Kültürü**, İletişim Yay, 2001.
- BOWEN Carol, **Salads and snacks**, England 1982
- GÜREL Raşit, **Evin Yemeği**, Fon matbaası, Ankara 1983.
- BAYSAL Ayşe, **Beslenme**, Çağ Matbaası, 1993.
- GÜRMAN Ülker, **Yiyecek Pişirme Teknikleri ve Uygulaması I**
- GÜRMAN Ülker, **Yiyecek Pişirme Teknikleri ve Uygulaması III**
- KAYA Ahmet, **Temel Mutfak Bilgisi**, Akdeniz Üniversitesi, 2000
- NECİP Usta, **Fransız Mutfak Sanatı Sofra ve Servis Bilgileri**
- TÜRKAN Cemal, **Mutfak Teknolojisi**.
- TÜTER Cemaliye, **Açıklamalı Yemek Kitabı I**
- ÜNSAL Ayfer, **Ayıntab'tan Gaziantep'e Yeme İçme**, İletişim Yayınları, 2003
- YAYLIM Semra, **Sıcak Soğuk Mezeler**, Yaylım Yayınları. 1998