

ŐİŐLİ MESLEKİ EĞİTİM MERKEZİ
2020 MAYIS UZAKTAN EĞİTİM DERS NOTLARI

Alan/Dal Adı : Yiyecek İçecek Hizmetleri/AŐılık Dalı

Ders Adı : Mutfak Uygulamaları

Dersin Sınıf Düzeyi : 11. Sınıf

Modül/Kazanım Adı: Balıklar ve Su ürünleri

Konu : Kabuklu ve Kabuksuz Su Ürünlerini Pişirme

Konu Tarihi Aralığı : 4-10 Mayıs 2020

Ders Öğretmenleri : Rabia ERŐİN

Mayıs 2020, İstanbul

KABUKLU-KABUKSUZ SU ÜRÜNLERİNİN PİŞİRİLMESİ



Su Ürünlerinin Mönüdeki Yeri ve Önemi

Kabuklu-kabuksuz su ürünleri mutfak ve mönülerin en gözde ve görkemli yiyecek gruplarını oluştururlar.

Soğuk, sıcak hors d'oeuvr, ana yemek ve çeşitli salataların hazırlanmasında kullanılırlar. Kokteyl ve kutlamalarda aperatif ve kanepelerin hazırlanmasında, kullanılıp ilgi çeken ve iştah kabartan yiyecek gruplarının en başında yer alırlar. Kabuklu-kabuksuz su ürünleri lezzetlerinin yanı sıra içerdikleri besin öğeleri ve sağlıklı etleri ile de ön plana çıkarlar. Protein, mineral maddeler, yağlarla ve vitaminleri ile sağlığına düşkün konukların özellikle aradıkları yiyeceklerdir.

Haşlama ve buharda pişirildikleri takdirde özellikle rejim yemeklerinin vazgeçilmezler grubunda yer alırlar.

Kabuklu-Kabuksuz Su Ürünlerini Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

Kabuklu (midye, karides, salyangoz vb)

Kabuklu su ürünlerinin hemen, hepsi (natürel olarak servis edilenler hariç) önce haşlanıp daha sonra diğer pişirme, usulleri ile hazırlanırlar. Haşlama yapılırken su ürünleri için hazırlanan özel haşlama, suyu kullanılırsa yiyeceklerin tatları daha güzel olur. İki kabuklu su ürünleri, pişirilirken pişirme süresi birkaç dakikayı geçmemelidir. Aksi hâlde sertleşerek, yenilemez bir duruma gelebilirler.

Kabuksuz (ahtapot, kalamar, sübye vb.)

Kabuksuz su ürünleri doğru şekilde pişirilmediği takdirde etleri sert ve, lezzetsiz olur. Bu ürünler pişirilmeden önce ayıklanıp hangi yöntemle pişirilecekse daha sonra pişirilmelidir. Kalamar ve sübye tava da pane yapılmadan önce yumuşayıp daha lezzetli olması için soslanarak belli bir süre bekletilmelidir.

Canlı bekletilen su ürünlerini pişirme (ıstakoz, yengeç, kerevit)

Istakoz, yengeç, böcek ve kerevit canlı olarak havuz veya akvaryumlarda bekletilir. Yemekler hazırlanacağı zamana yakın pişirilmelidir. Bu kabuklular canlı olarak bekletildikleri gibi pişirilirken de canlı canlı pişirilirlir. En sık kullanılan pişirme usulü haşlayarak pişirmedir.

İstiridyeyi çiğ servise hazırlama

İstiridyenin ilk akla gelen hazırlanma yöntemi natürel yani çiğ olarak servis edilmesidir. Bir porsiyonda 5-6 tane istiridye bulunur. Natürel istiridye dış kabuğunda veya talaş buz üzerinde servis edilir.

Kabuklu ve Kabuksuz Su Ürünlerini Pişirme Usulleri Ve İşlem Basamakları



Boiling (Bol suda haşlayarak pişirme)

Bol kaynayan suda haşlayarak pişirme usulüdür. Bu usulde pişirmeye başlamadan önce suyun mutlaka önceden kaynar duruma getirilmesi gerekir. Kabuklu su ürünleri, ahtapot ve su ürünlerinin yanında sunulan garnitürlerin bazıları haşlanarak hazırlanırlar.

Poelle pişirme usulü

Az yağ konulmuş kızgın tavada pişirme usulüdür. Yalancı ızgara olarak da bilinen bu yöntem tava veya alttan ısıtmalı geniş demir plakalarda kullanılarak uygulanır.

Poche pişirme usulü

Kaynar derecede fakat kaynamayan suda pişirme usulüdür. Boiling pişirme usulünden farkı su kaynamaya başladıktan sonra ocağın altının iyice kısılmasıdır. Kaynama hareketinin yiyeceğin şeklini ve bütünlüğünü bozacağı düşünülen durumlarda kullanılır.

.Saute pişirme usulü

Az yağ konulmuş kızgın tavada, kısa sürede pişirme usulüdür. Tavaya yağ konulduktan sonra ısının 150-200 derece arası olması gerekir. Daha düşük ve yüksek sıcaklıklarda istenilen sonuç alınamaz. Bu pişirme işlemi sırasında yiyecek çok sık karıştırılmaz ve mümkünse tava bilek hareketi ile ileri geri sallanarak karıştırılmalı kaşık kullanılmamalıdır. Aksi takdirde yiyecekler suyunu salar ve lezzeti kaçar. Bu pişirme usulünde yiyecekler piştikten hemen sonra servis edilir. Bekletilmesi uygun değildir.

Etuve vapeur pişirme usulü

Buharda pişirme usulüdür. Daha çok diyet yemeklerinin hazırlanmasında kullanılmakla beraber; yiyeceklerin doğal halleri ile pişmesi, lezzet, besin değeri ve tat olarak bir kayba uğramamasından dolayı mutfaklarda sıkça kullanılmaya başlamıştır.

Etuve pişirme usulü

Yiyeceklerin kendi sularında pişirilmesi usulüdür. Yiyeceklere yağ, tuz, biber vb. ilaveler yapıldıktan sonra ocakta veya fırında pişirilirler. Özellikle Türk mutfağında çok sık kullanılan güveç yemekleri bu usulle hazırlanır.

Cuit au four pişirme usulü

Fırında, kuru ısıda pişirme yöntemidir. Yiyecekler daha önceden belli bir ısıda ısıtılmış fırınlara konularak pişirilirlir. Yiyecekler fırınlara tepsi veya raflarda yerleştirilirler. Yiyecekler fırına sürüldükten sonra başka bir uygulama yapılmaz.

Grille pişirme usulü

Izgarada kömür üzerinde pişirme usulüdür. Izgara yapılırken genellikle meşe kömürü kullanılır. Ayrıca kömürler önceden yakılarak köz haline getirilmeli, pişirme sırasında alevli olmamasına dikkat edilmelidir. Mutfaqlarda köz hazırlandıktan sonra, eski uygulamalardan kalan bir miktar kül közün üzerine dökülerek hem alevlenmesi önlenir hem de çok ısı dengelenir.

Frit pişirme usulü

Bol yağda kızartarak pişirme usulüdür. Bu pişirme işlemi için genellikle fritöz, adı verilen kaplar kullanılmaktadır. Fritöz olmadığı taktirde tava veya derin kaplara, yağ konularak aynı işlem gerçekleştirilebilir.

Bu pişirme usulünde kullanılan kızartma yağı son derece önemlidir. Fritözde ki yağın en çok 15-20 saatlik kullanım süresi vardır. Yiyecekler fritöze atılmadan önce yağ mutlaka ısıtılmalıdır. Aksi halde yiyecekler çok yağ emer, kolay kolay kızarmaz ve şekilleri bozulur.

Gratine

Değişik pişirme usulleri ile hazırlanan yiyeceklerin bitiş pişirme şeklidir. Süsleme ve eklentileri yapılan yiyecekler salamandra veya fırına sürülerek üstleri kızartılır ve hemen servis edilirler. Fırın ve salamandranın 250-300 derece arasında olması gerekir ki kızartma işlemi sırasında yiyeceklerin içleri kurumadan üst yüzeyleri kızarabilsin.

Yiyeceklerin üzerine kaşar peyniri, beşamel sosu, galeta tozu mısır gevreği vb. ilaveler yapılarak kızartılır. Hemen her türlü kabuklu-kabuksuz su ürününün süslenecek servise hazırlanmasında kullanılabilir.

Hazırlanmış Su Ürünlerinin Kullanıldığı Yerler

ORDÖVRLER



- AHTAPOT PANE
- YENGEÇ TERİNİ
- KARİDES KOKTEYL

SALATA



- SEBZELİ YENGEÇ SALATASI
- SEBZELİ AHTAPOT SALATASI

MEZE



- MİDYE TAVA.
- MİDYE DOLMASI.
- KALAMAR TAVA

SICAK YEMEKLER



- İSTAKOZ IZGARA.
- PARİZYEN SEBZELİ İSTAKOZ.

- KARİDES ŞİŞ.
- KAĞITTA KARİDES.
- AHTAPOT GÜVEÇ.
- MİDYE YAHNİSİ.
- YENGEÇ PARFE
- SEBZELİ İSTİRİDYE
- BROKOLİLİ KARİDES
- KIRMIZI ŞARAPLI MÜREKKEP BALIĞI

SOĞUK YEMEKLER



- KUŞKONMAZLI TARAK
- MANTARLI TARAK
- ARPA ŞEHRİYELİ İSTİRİDYE

KANEPELER

Kanepeler genellikle tost ekmeğinin üzerine tereyağı sürüldükten sonra diğer malzemelerin bu ekmeğin üzerine dizilmesi ile hazırlanır. Kanepeler hazırlanırken üzerine konulan yiyecekler değiştirilerek farklı çeşitler hazırlayabilirsiniz.



- KARİDESLİ KANEPE
- NARLI KEREVİT KANEPESİ
- KANEPE HAZIRLAMA TEKNİĞİ

Servisinde Dikkat Edilecek Noktalar

Kabuklu-kabuksuz su ürünleri hazırlandıktan sonra bekletilmemeli en kısa sürede servis edilmelidirler.

Balıklarda olduğu gibi yanında bolca limon ve haşlanarak hazırlanmış patates çeşitleri ile servis edilirler.

Ayrıca kabuklu-kabuksuz su ürünlerini servis ederken ve hazırlanırken bir takım soslardan yararlanır.

Bu soslar hem yiyecekleri tamamlayacak hem de lezzet katacaktır.