

**ŐİŐLİ MESLEKİ EĞİTİM MERKEZİ**  
**2020 MAYIS UZAKTAN EĞİTİM DERS NOTLARI**

**Alan/Dal Adı : Yiyecek İçecek Hizmetleri/AŐılık Dalı**

**Ders Adı : Türk Mutfağı Yemekleri**

**Dersin Sınıf Düzeyi : 12. Sınıf**

**Modül/Kazanım Adı: Türk Mutfağına zg Et ve Sakatat Yemekleri**

**Konu : Kebaplar**

**Konu Tarihi Aralığı : 4-10 Mayıs 2020**

**Ders ğretmenleri : Muazzez ÖZCAN TAŐ**

**Mayıs 2020, İstanbul**

## **KEBAPLAR**

Zengin ve çok renkli bir damak tadına sahip olan Türk mutfağı, dünya mutfakları arasında da ilk üçün arasındadır.

Büyük çoğunlukla tarım ve hayvansal ürünlere dayanan Türk mutfağı, coğrafi bölgelere, sosyal yapıya göre farklılık gösterirse de gelenek ve göreneklerin de nostaljik bir temsilcisi görünümündedir. Bu durumda Türk mutfağının yöresel özelliklerini kaybetmeden tanıtılarak gelecek nesillere taşınmasını sağlamanın ne kadar gerekli olduğu ortaya çıkar.

### **Türk Mutfağında Kebapların Yeri ve Önemi**

Kebap; doğrudan doğruya ateşe, kor halindeki kömür veya aleve tutularak bir kap içinde susuz pişirilen et, kızartma, çevirme ya da kavurma biçiminde hazırlanan her türlü yiyecektir.

Türk milleti kendi tarihi gibi kendine özgü dünyanın en eski ve köklü mutfağını zeki, renkli ve anlayışlı kişiliğiyle yoğurmuş, Türk Mutfağının farkını ortaya koymuştur.

Türk Mutfağında kebablar çok farklı yorumlanmıştır. Doğu, Ortadoğu ülkelerinde yaygın olan kebab türleri Türk Mutfağında kendine özgü, dünyaca sevilen şekle sokulmuştur. Izgara doruk noktasındadır. Türk Mutfağında kebablar çok renkli özellik kazanmıştır. Yöresel kebablarda ekşilik; sirke, limon suyu, nar-erik ekşisi ve koruk ile karşılanmıştır.

Genelde koyun, kuzu, keçi, oğlak, sığır ve dana etlerinin yumuşak ve kıymetli bölgelerinden hazırlanır. Et doğrudan ateşe tutularak, şişe geçirilerek, yağlı kâğıt içinde, saçta, çömlekte, tencerede, güveçte eti kuyuya sallandırarak, çöpe veya şişe geçirerek tandırda, fırında vb. çeşitli yöntemlerle pişirilebilir. Yapılış şekline göre çömlek kebabı, kuyu kebabı, şiş kebabı, Urfa kebabı, Tokat kebabı gibi isimler alır.

Milli kültürümüzü belirgin hale getiren kebablarımız daima aslına sahip çıkılarak yapılmaları gerekir. Bu konuda çok titiz davranmak gerekir.

### **Kebablarda Kullanılan Etlerin Özellikleri**

İnsan beslenmesinde önemli yer tutan besinlerin başında et, süt, bal gibi hayvansal gıdalar gelir. Ancak bu değerli protein kaynaklarının usulüne göre hazırlanmaması, pişirilmemesi ve saklanmaması protein değerlerinin azalmasına, hatta yok olmasına yol açar. Günümüzde, sağlık nedeni ile yağsız et tercih edilmekte ve kızartılırken doymamış yağ asitleri bol olan bitkisel sıvı yağlar kullanılmaktadır. Oysa bu durum etlerde kalite düşüklüğüne, az gevrekliğe, lezzetinde ve kıvamında azalmalara yol açabilmektedir.

İyi seçilmiş etin her yeri lezzetlidir. Örneğin, süt kuzusunun eti her zaman güzeldir.

Bir hayvanın vücudundaki etler üç kategoriye ayrılır:

- Çabuk pişen yumuşak ve sinirsiz parçalar
- Pişmesi biraz daha uzun olan parçalar
- Geç pişen parçalar

Bu üç et kategorisinin hazırlama ve pişirme teknikleri farklıdır:

<b>Kategori</b>	<b>Et Parçaları</b>	<b>Piştirme Şekilleri</b>
Birinci kategori	Çabuk pişen, yumuşak ve sinirsiz parçalar bonfile, kontrfile, antrkot, kuzu budu, kuzu pizolası	Izgara, roti, sote, kızartma
İkinci kategori	Geç pişen parçalar: döş, gerdan, boşluk kıymalık etler	Fırında, soslu, kavurma, haşlama, tavada
Üçüncü kategori	Geç pişen parçalar: Döş, gerdan, boşluk (karın kavramı) kıymalık etler	Haşlama, soslu, sulu, kavurma, fırında (uzun piştirme usülleri)

Ancak etin lezzetinde kaybı önlemek için eti doğru yöntemler kullanarak işlemektir. Kaliteli bir etin uzun süre bekletilmesine gerek yoktur. Bugün alınan et ertesi gün işlenebilir.

Kebaplar için etin en güzel parçası kuzu but veya kürektir. Ateşle karşı karşıya gelerek hazırlanan kebaplarda etin yağlı olması pişerken sertleşmemesi için önemlidir. İşlenecek parça 3 cm ye 3 cm iri birer zar gibi doğranır. Yöresel mutfaklarda bu doğrama kuşbaşı olarak adlandırılır.

Etlere en iyi dinlendirmesi marinatlarla yapılır. Marinat, aromatik sıvı kullanarak bazı yiyecek maddelerine hoş koku, lezzet verme, onları yumuşatma ve onların saklama sürelerinin uzamasını sağlama amacıyla yapılan bir işlemdir. Yani terbiye edilmesi gereken et bir müddet marinaya (terbiyeye) yatırılarak istenilen hedefe ulaştırılır.

Kuzu budu, külbastı marinalarda etin büyüklüğüne göre bir veya iki gün dinlendirilir. Böbrek yatağı ve pizola marinatla bekletilmez. Kaliteli süt danası, bonfile, kontrfile, biftek, sokuma marinat uygulanmaz. Hiç bir ete önceden tuz, biber atılmaz ve şişle delinmez akan suyla besleyici değerini yitirir ve sert olur. Kebaplara konulan sebzeler patates havuç vb. et büyüklüğünde doğranarak güzel görüntü elde edilir.

### **Türk Mutfağında Kebap Çeşitleri İşlem Basamakları**

Etlere hangi piştirme tekniği uygulanırsa uygulansın sıcak tabağa konulması gerekir. Aksi halde etin yağı donar lezzet ve görünüş istenilen yapıda olmaz.

Etlere piştirme yöntemleriyle ilgili olarak 10.sınıf Etlere Piştirme I-II-III Modüller'ini tekrar inceleyiniz.

### **Izgara Kebaplar**

Yiyeceklerin ızgarada direkt sıcaklık yansıması ile piştirme yöntemidir. Uluslararası mutfaklardaki ismi gril yöntemidir. Bu yöntem bağlantı dokuları az olan etlere uygulanır. Her çeşit ızgara, fırında rosto, yağlı, yağsız tavalarda veya teflon tavalarda ve grilde uygulanır. Bağlantı dokuları fazla olan etler ise kıyma haline getirilerek köfte yapıp kuru veya sulu ısıda pişirilir. Izgara yapılırken yüzey kısımlara gelen ateş çok yüksek olmamalıdır. Yüksek ateş yüzeydeki proteinlerin birdenbire sertleşerek ısının iç kısmına ulaşmasını engeller. Çok yüksek

ısı dış yüzeyin yanmasına su kaybının fazla olmasına yol açarak besin değeri kaybına neden olabilir. Izgaraya konan etin fırçayla sık yağlanması etin kurummasını engeller.

### **Izgara Yöntemi Yararı**

Yiyeceğin yüzeyini hızlı ateşte pıhtılaştırıp kızartarak öz suyunun içinde kalması sağlanır. Izgara sıcaklığının yiyeceğin yüzeyinde yaptığı karamelleşme (kızarma) ızgara olan yiyeceklere özgü hoş bir tat verir. Ayrıca ızgara yemekleri çabuk, kolay ve sipariş üzerine pişirildiği için bir çok avantaj sağlar.

### **Izgara Yapılan Etler**

Biftek, antrkot, kontrfile, bonfile, pirzola, şiş kebab köftedir. Hepsi birinci kategoride yer alan çabuk pişen yumuşak ve sinirsiz parçalardır.

### **Izgarada Çeşitli Pişme Noktaları**

Pişme noktasını belirleyen üç unsur vardır:

- Parçanın içinin ve dışının rengi
- Esnekliği (yoklandığında anlaşılır.)
- Parçanın iç ısısı

<b>Çeşitli pişme noktaları</b>	<b>Esneklik</b>	<b>İçinin rengi</b>	<b>İçinin sıcaklığı</b>
Çok az pişmiş	Yumuşak pörsük	İçi kanlı	35-40 C°
Az pişmiş	Az katı, yüzü esnek	İçi pembe	50-55 C°
Orta pişmiş	Yüzeyi esnek İçi yumuşak	Pembe-kahve	60-65 C°
Tam pişmiş	Sert	Kırmızılık, pembelik yok	70-80 C°

### **Izgara Yaparken Dikkat Edilecek Noktalar**

Aşırı derecede kızartılmasından kaçınılmalıdır. Aşırı kızartma etin besin değeri kaybını artırır ve sağlık açısından sakıncalıdır. □ Izgara vb. usullerle et pişirilirken ete şiş gibi delici araçlarla kesinlikle dokunmamalı ve et delinmemelidir. Henüz pıhtılaşmış olan proteinli kısımlar kaybolarak etin sertleşmesine ve besin değeri kaybına yol açar.

Izgara taklidi olan tavada yapılan pişirmelerde (Poelle pişirme yöntemi) et delinmeden tahta maşa ile çevrilmelidir.

Izgara olacak yiyecekler önce hızlı ateşte, daha sonra hafif ateşte pişirilmelidir. □ Kalın veya büyük olan parçaların pişirilmesi fırında tamamlanmalıdır.

Izgarada yakılan alevle ürün arasında 15 cm boşluk olması gerekir. Daha az veya daha fazla boşluk istenilen özelliği vermez.

Tam pişmişlik ızgaradaki etin üstünde kırmızı su damlacıkları oluşur, bu damlacıklar etin bir tarafının piştiğinin işaretidir.

Et sık çevrilmez. Hücre içindeki su sık çevirmeyeyle hücre dışına çıkacağından et kuru olur. Çevrilen yüzeyde su damlacıkları yüzeyde toplandığında et zamanında pişmiştir.

Bu sektörde ve bu alanda çalışacak personelin bu pişirme noktalarını bilmeleri gerekir.

### **Samsak Kebabı (Sarımsak kebabı) (Gaziantep)**

#### Gereçler

- 500 g yağlı kıyma
- 500 g taze diş sarımsak
- 1 fincan nar pekmezi
- Karabiber, tuz

#### Yapılışı

- Kıymaya biraz tuz ve karabiber katılır ve az suyla yoğrulur.
- Ceviz büyüklüğünde parçalar kopartılarak yuvarlak köfteler yapılır.
- Sarımsakların başları ayrılmadan ortadan ikiye bölünür.
- Şişe bir köfte bir sarımsak saplanır. Mangalda pişirilir.
- Pişirilen kebablar bir tepsiye dizilerek üzerine sulandırılmış nar pekmezi gezdirilir.
- Sıcak servis yapılır.

#### Pişen üründe aranılan özellikler

- Köftelerin boyutları eşit olmalıdır.
- Kesilen sarımsak boyları aynı olmalıdır.
- Köfteler müşteri isteğine göre pişirilmelidir (az veya çok pişmişlik).
- Köfteler üzerine gezdirilecek nar pekmezi ılık su ile sulandırılmalıdır.
- Servis tabakları ısıtılmış olmalıdır. o Pide ile servisi yapılmalıdır.
- Köftelerin boyutları birbirine yakın olmalıdır.
- Pişmişlik derecesi müşterinin isteğine göre yapılmalıdır.

#### Süsleme ve servisi

- Sıcak servis tabağına közlenmiş soğan biber ve domatesle servisi yapılır.
- Konan garnitürler köfte boyutlarında olmalı aşırı konup köftenin özelliği yitirilmemelidir.



**Resim 1: Sarımsak kebabı**

## Fırın Kebabları

### Çeşitleri ve İşlem Basamakları

#### Tepsi Kebabı (6 Kişilik) (Antakya)

##### Gereçler

Köfte içi için:

- 1 kg az yağlı dana kıyması
- 2 çorba kaşığı acı toz biber
- 1 çay kaşığı kimyon

Üstü için:

- 3 adet domates
- 3 adet patates
- 5 adet yeşil biber
- 3 çorba kaşığı domates salçası
- 100 g tereyağı

##### İşlem basamakları:

- Kıyma rendelenmiş soğan, kimyon, tuz ve acı toz biberle (acı sevenler daha fazla koyabilir) yoğrulur. Yoğrulan kıyma yuvarlak tepsi içine konup 1 cm kalınlığında yayılır.
- Kıymanın üstüne halkalar şeklinde kesilmiş domates, patates ve sapları, tohumları çıkarılan biberler dizilir.
- 250 cl (1 su bardağı) suyun içinde salça eritilip kıymanın üzerine dökülür.
- Tereyağı küçük parçalara bölünerek kıymanın üzerine konulur.
- Daha önceden 200 OC'de ısıtılmış fırında 40- 45 dakikaya yakın pişirilir.
- Pilavla servis yapılır.

##### Pişmiş üründe aranılan özellikler:

- Köfte tamamen suyunu çekmiş olmalıdır.
- Köfte üzerine yerleştirilen garnitürlerin şekilleri bozulmamış olmalıdır.
- Köfte garnitürü pilav, parlak ve diri görünümde olmalı, yapışık lapa gibi olmamalıdır.
- Süsleme ve servisi o Köfte servis tabağına yerleştirilerek pilavla servisi yapılır.



**Resim 2 Tepsi Kebabı**

## **Tepsi Klbastısı (6 kişilik) (Kayseri)**

### Gereçler

- 1 kg koyun klbastısı
- 2 çorba kaşığı sadeyağ
- 2 adet soğan suyu
- 2 parça tarçın kabuğu
- 1 kuzu karın zarı
- 1 su bardağı et suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz

### İşlem basamakları

- Fırın tepsiyi sade yağla yağlanır.
- Etlere soğan suyu ve tuzla ovulup tepsiye yerleştirilir.
- Et suyu ve tarçın ilave edilir.
- Kuzu karın zarı tepsi üzerine yerleştirilip önceden ısıtılmış fırına verilir.
- Pişince kapak görevi yapan karın zarı kaldırılıp sıcakken bulgur pilavı ile
- Servis yapılır.

### Pişen Üründe Aranılan Özellikler

- Klbastı tamamen suyunu çekmiş olmalıdır.
- Et ağızda dağılır özellikte olmalı, tam pişmişlik sağlanmalıdır.
- Pişme sırasında içine bırakılan tarçın kokusu hissedilmelidir.
- Bulgur pilavı diri ve parlak olmalı, lapa olmamalıdır.

### Ssleme ve servisi

- Servis tabağına yerleştirilen bulgur pilavı üzerine yerleştirilerek servis edilir.



**Resim 3 Tepsi Klbastısı**

## **Kbbilsinniye (Sini Kftesi) 6 Kişilik (Gaziantep)**

### Kfte için:

- ½ kg yağsız kıyma
- 1 kg simit (ince bulgur )
- 2 adet soğan
- 1 su bardağı zeytinyağı
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 2 çorba kaşığı kırmızıbiber
- Yeterince tuz

### İçi için:

- 400 g az yağlı kıyma
- 3 adet soğan
- 250 g ceviz içi
- Yeterince karabiber , kırmızıbiber
- Yeterince bahar , tuz

### İşlem basamakları

- 400 g kıyma yağilavesi ile kavrulup tuz eklenir.
- Kıymanın rengi değişince ince kıyılmış soğan ilave edilir.
- Kıyma kavrulduktan sonra ceviz içi konur bir iki kez çevrilip bahar ilave edilip soğumaya bırakılır.
- Islatılmış simit ince doğranmış soğan , tuz , kırmızı ve karabiberle iyice yoğrulur.
- Simit yumuşayınca kıyma ilave edilir , kıyma özleşinceye kadar yoğrulur.
- Yoğrulan kıyma ikiye ayrılır. Yağlanmış tepsiye ayrılan köftenin bir parçası elle bastırılarak iyice yayılır.
- Üzerine önceden hazırlanan ve soğumaya bırakılan harç yayılır.
- Harcın üzeri kıymanın diğer yarısı ile kapatılıp avuç ayası bastırılır. İsteğe göre baklava dilimi veya kare şeklinde kesilir.
- 1 bardak zeytinyağı tepsinin üzerine iyice yayılarak dökülür.
- Önceden ısıtılmış fırında pişirilir.

### Pişen üründe aranılan özellikler

- Pişen köftede alt ve üst pişmişlik aynı renktedir.
- Tabak ısıtıcısı da ısıtılmış tabağa sıcak olarak fırında pişirilmiş soğan ve yeşil biberle servis yapılır.

### Süsleme ve servisi

- Servis tabağına köftenin yanına konan garnitür abartılı olmamalıdır.
- Garnitürlerin boyutları köfte boyutunda olmalıdır.

### **Tencere Kebapları.**

#### **Türk Mutfağında Yöresel Tencere Kebaplarından Örnekler**

##### **Keşkek (Afyon Yöresinden)**

Aşurelik buğday (yarma), nohut ve kuru fasulye bir gece önce ıslatılıp bekletilir. Büyük bir tencere içine gerdan eti veya sırt eti geceden ıslatılmış gereçlerle haşlanır. Hepsi dağılma noktasında iken tahta kaşıkla ezilerek dövülür. Kolay olması için hanımlar blenderde ezerek hazırladıklarını ifade etmektedirler. Üzerine limon sıkarak sıcakken servisi yapılır. Yanında turşu verilir.





**Resim 4 Keşkek**

### **Kapama (Elazığ Yöresinden)**

Soğan, sarımsak ve patatesler soyulup bütün bırakılır. Et konup tuz, kekik ve sirke ile karıştırılır. Yağ bir güveçte eritir. İçine salça ilave edilerek kavrulur. Etlar güvecin (toprak kap) dibine döşenip üzerine patates, soğan ve sarımsaklar yerleştirilir. Suyunu vererek kapağı örtülür. Un ve su karışımı sert bir hamur yapılarak kapağın etrafı almayacak şekilde hamurla sarılır ve ocakta pişirilir.

### **Nardanaşı (Diyarbakır Yöresinden)**

Soğanın bir tanesi rendelenip diğerleri incecik kıyılır. Kıyma bir kaba konup bulgur, soğan, tuz, karabiber, reyhan, ve pul biberle yoğrulur köfte harcı hazırlanır. Fındık büyüklüğünde parçalar koparılarak avuç içinde yuvarlanarak küçük köfteler yapılır. Katı yağ tavada eritilir Soğanlar içinde pembeleşinceye kadar kavrulur kalan biber ve salça ilave edilir. Su konarak bir taşım kaynatılır. Tuzu ayarlanır. Ateş kısılıp köfteler ve nar ekşisi ilave edilip yaklaşık 30 dakika pişirilir. Ocaktan alıp sıcak servis yapılır.



**Resim 5 Nardanaşı**

### **Sakız Yahnisi (İzmir Yöresinden)**

Önceden pişirilmiş kuşbaşı etler kulaklının (kuşhane – pilav tenceresi) ortasına konur. Yanlarına zeytinyağında kızartılmış bolca arpacık soğanı ile doldurulur. Üzerine bol rende domates, damla sakızı, portakal kabuğu, defne yaprağı, taze karabiber, kimyon ve sarımsak ilave edilir. Kulaklının kapağı kapatılır pişirilir. İndirmeden 10 dakika önce sirke ilave edilir.



**Resim 6 Sakız yahnisi**

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

1. Aşağıdakilerden hangisi kullanım açısından en uygun ettir?

- A) Et kırmızı ve yağlı
- B) Et pembe ve parlak
- C) Et yağları sarı ve kırmızı
- D) Et yağları sarı ve pembe

2. Et kategorisinde 1. kategoriye giren etler aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Döş, gerdan
- B) Karın kavramı, paça
- C) Bonfile antrkot
- D) Göğüs eti, but

3. Kebaplar için en güzel et parçası aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Kuzu budu kürek
- B) Döş gerdan
- C) Sığır budu boyun eti
- D) Karın kavramı işkembe

4. Eti marinat etmek aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Eti boullı usulü pişirme
- B) Eti dinlendirme
- C) Eti dolapta dinlendirme
- D) Eti kaynatma

5. Aşağıdakilerden hangisi ızgarada tam pişmişlik derecesidir?

- A) 50-55
- B) 70-80
- C) 60-65
- D) 20-30

6. Aşağıdakilerden hangisi dağardır?

- A) Toprak güveç
- B) Toprak testi
- C) Kuşhane
- D) Bakır tencere

7. Kül bastı hayvanın neresinden yapılır?

- A) Döş
- B) Karın kavramı
- C) But
- D) Gerdan

8. Kebaplar için en güzel et parçası aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Kuzu budu kürek
- B) Döş gerdan
- C) Sığır budu boyun eti
- D) Karın kavramı işkembe

## KONU TARAMA TESTİ CEVAP ANAHTARI

Soru No	Cevap	Soru No	Cevap
1	B	6	B
2	C	7	C
3	A	8	A
4	B		
5	B		

**Sevgili Öğrencimiz; cevap anahtarı ile kendi cevaplarınızı karşılaştırınız. Yanlış verdiğiniz cevap/cevaplar ilgili konu bölümlerini tekrarlayınız.**