

ŐİŐLİ MESLEKİ EĞİTİM MERKEZİ
2020 MAYIS UZAKTAN EĞİTİM DERS NOTLARI

Alan/Dal Adı : Yiyecek İçecek Hizmetleri

Ders Adı : Temel Yiyecek Üretimi

Dersin Sınıf Düzeyi : 10. Sınıf

Modül/Kazanım Adı: Sebze Garnitürleri

Konu : Haşlayarak Hazırlanan-Buharda Pişirerek Hazırlanan-Sos İçinde Pişirerek Hazırlanan-Kendi Suyunda Pişirerek Hazırlanan-Parlatarak Hazırlanan-Graten Ederek Hazırlanan - Bol Yağda Kızartarak Hazırlanan-Sote Ederek Hazırlanan Sebze Garnitürleri

Konu Tarihi Aralığı : 11-15 Mayıs 2020

Ders Öğretmenleri : Rabia Erçin

Mayıs 2020, İstanbul

HAŞLAYARAK (BOUILLI-POCHE) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Garnitürün Tanımı ve Önemi

Her türlü yemeğin özelliğine uygun olarak hazırlanan yemeğin lezzetini ve besin değerini arttıran süsleyici ve tamamlayıcı maddelere garnitür denir. Garnitür hazırlama yemeklerin sunumu açısından oldukça önemlidir. Yemeğin görünüşünü güzelleştirerek satışının artmasına olumlu katkıda bulunur. Garnitür aynı zamanda ana yemeğin besin değerini ve lezzetini de artırır. Tabakta porsiyon zenginliği sağlar.

Garnitür Hazırlarken Dikkat Edilecek Noktalar

Garnitür ile ana yemek renk, lezzet ve besin değeri açısından uyumlu olmalıdır. Garnitürün pişirme yöntemi ile ana yemeğin pişirme yöntemi uyumlu olmalıdır. Garnitür hazırlarken lezzet vermesi için kullanılan ot ve baharatlar dikkatli seçilmelidir.

Servise Sunum İlkeleri

- Servis yapılırken üzerine ince kıyılmış maydanoz veya dereotu serpilebilir.
- Sebze garnitürleri kendi sularıyla servis yapılabilirler.
- Sıcak olarak servis yapılırlar.
- Bütün olarak (çok miktarda) pişirilmişse uygun miktarda porsiyonlara ayrılarak servis edilirler.

Haşlayarak Sebze Garnitürü Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

Haşlayarak pişirmede haşlama suyunun sıcak ya da soğuk olması, haşlama kabının kapağının açık ya da kapalı olması gibi farklı uygulamalar kullanılabilir. Haşlama nasıl yapılırsa yapılsın uygulama sırasında dikkat edilmesi gereken kurallar vardır.

Bunlar:

- ✓ Yiyeceklerin haşlanarak pişirilmesinde kaynama başladıktan sonra ısı düşürülmelidir.
- ✓ Yiyeceğin suyu da kullanılacaksa pişirmeye soğuk su ile başlanmalı, sebzenin yalnızca kendisi kullanılacaksa kaynar suya atılarak pişirilmelidir.
- ✓ Haşlama suyunun kalitesi de önemlidir. Sert sular yiyeceğin daha geç pişmesine neden olacağı ve lezzetini olumsuz etkileyeceği için kullanılmamalıdır.
- ✓ Sebzeleri haşlarken et suyu kullanılabilir.
- ✓ Enginar, kereviz gibi sebzeler haşlanırken limon suyu kullanılır.
- ✓ Haşlama suyuna çok az yağ ilave edilebilir.
- ✓ Pişirilen yiyeceğin özelliğine göre kapak açık ya da kapalı olabilir.(Karnabahar, kereviz, lahanalar vb.).

Sebzelerin Haşlanmasında İki Farklı Yöntem Kullanılır:

Bol Kaynar Suda Haşlama (Bouilli) Tekniği İle Garnitür Hazırlama

Bol kaynar suda pişirme yöntemidir. Tencereye soğuk su konur ve tencere ateşe oturtulur. Suyun ısınması beklenmeden yiyecekler içine atılır. Tencerenin kapağı kapatılır ve pişme süresince kapak kapalı tutulur. Böylece haşlanan yiyeceklerin suyu emmesi sağlanır. Ayrıca yiyeceklerin dış yüzeyinde sertlik ve sıklık oluşması önlenmiş olur. Bu yöntem genellikle pişmesi için uzun süre gereken kuru baklagiller, patates, havuç gibi sebzelerde kullanılır.

Su miktarı sebzelerin üzerini örtecek kadar olmalıdır. Taze fasulye, bezelye, bakla, ıspanak, karnabahar, Brüksel lahanası, patlıcan, kabak, patates vb. sebzeler hafif tuzlu suda haşlandıktan sonra tereyağı ilave edilerek et, tavuk, balık yemeklerinin yanında garnitür olarak kullanılırlar.

Sebze püreleri: haşlanarak pişirilen sebzeler blenderden geçirildikten sonra katkı maddeleri ilave edilerek hazırlanıp garnitür olarak kullanılır. Taze mısır taneleri haşlanıp süzülür, tuzlanır. İstenirse krema, beşamel sos veya kızdırılmış tereyağı ile ızgara etlerin ve soslu et yemeklerinin yanında garnitür olarak kullanılır. Bouilli pişirmede sebzenin özelliğine ve hazırlanacak garnitüre göre haşlama suyuna katkı malzemeleri ilave edilebilir (tuz, sirke, et suyu vb.). Bu pişirme yöntemi sebze garnitürleri dışında kurubaklagiller, et suları, bazı soslar, sert etler, kümes hayvanları, av hayvanları, pilav, makarna, yumurta, çorba, kabuklu deniz ürünlerinin pişirilmesinde de kullanılır.

Kaynar Derecedeki Kaynamayan Suda Pişirme (Poche) Tekniği İle Garnitür Hazırlama

Poché kaynar derecedeki kaynamayan suda pişirme yöntemidir. Bu yöntemde kaynama ile yapısı bozulabilecek yiyecekler pişirilir. Poché için derince bir kap ve su gereklidir. Su miktarı içine atılacak yiyeceğin üzerini geçecek kadar olmalıdır. Su kaynatılır. İçine pişirilecek yiyeceğin özelliğine göre katkı malzemeleri (tüm sebzeler için tuz) konur. Su kaynadıktan sonra kaynama hareketi yok olacak şekilde ocağın ısısı düşürülür. Sonra içine önceden ayıklanıp yıkanmış yiyecekler atılarak pişirilir. Elma, bal kabağı, brokoli, armut, beyaz kabak bu yöntemle pişirilir. Taze enginar göbekleri poché pişirildikten sonra eritilmiş tereyağı dökülerek özel et yemekleriyle servis yapılır.

Poché pişirme yöntemi sebze garnitürleri dışında yumurta, balık, körpe etler, körpe kümes hayvanları, köfte çeşitlerinde de kullanılır. Krem karamelin fırında pişirilmesi de bu yöntemle göre hazırlanır.

Haşlayarak Sebze Garnitürü Hazırlamada Kullanılan Araç Gereçler

Ticari mutfaklarda Haşlayarak pişirme amacıyla genelde paslanmaz çelikten yapılan kaynatma tencereleri, basınçlı tencereler kullanılmaktadır. Daha az kapasiteli olarak evlerde düdüklü tencereler ve basit kulplu tencereler kullanılır. Bu araçların yanında kevgir, külah süzgeç ve tel kevgir gibi araçlar da kullanılır.

Haşlayarak (Bouilli ve Poché) Hazırlanan Sebze Garnitürlerinin Kullanıldığı Yerler

- ✓ Izgarada pişen et, tavuk, balık yemeklerinin yanında,
- ✓ Diyet mutfağında,
- ✓ Sos ile pişirilen et yemeklerinin yanında servis yapılabilirler.

Haşlayarak (Bouilli ve Poché) Pişirme Yöntemine Uygun Sebze Garnitürlerine Örnekler



Taze bezelye tereyağı

- **Kabak garnitürü**
- **Havuç garnitürü**

Poché Pişirme Yöntemine Uygun Sebze Garnitürlerine Örnekler:

- **Ispanak Garnitür**

Haşlanarak Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Sebze garnitürleri hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Bu nedenle servis saati dikkate alınarak pişirilmeleri gerekir. Fakat zorunlu hallerde bekletilmesi gerekirse benmari denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Benmari mutfakta kullanılan içinde sıcak su bulunan, soğuması istenmeyen yemek, çorba, sos ve garnitürlerin bulunduğu kaplardır. Benmarideki suyun elektrik veya gazla sürekli sıcak olması sağlanır.

BUHARDA PİŞİREK (STEAMİNG) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Buharda Pişirme (Steaming) Tekniği İle Garnitür Hazırlama

Buharda pişirme yiyeceklerin özel kaplarda suya değmeden sadece su buharında pişirilmesi yöntemidir. Türk mutfağında çok kullanılmayan bir yöntemdir. Fakat günümüzde büyük otellerde sebzelerin buharda pişirilerek garnitür hazırlandığına rastlanmaktadır.

Buharda Pişirme (Steaming) Tekniğinde Kullanılan Araçlar

Ticari mutfaklarda buharda pişirme amacıyla içine paslanmaz çelikten altı delikli perforeli bir tabanın yerleştirildiği paslanmaz çelik kaplar kullanılmaktadır. Tabanın altında kalan bölüme su konur. Tabanın yüksekliği suya değmeyecek şekilde olmalıdır. Delikli tabanın üzerine sebzeler yerleştirilir. Kapağı kapatılır. Altta yanan ateş ile suyun 200 – 220 °C kaynaması sağlanır. Böylece su buharlaşır ve yiyecekler deliklerden geçen buhar sayesinde pişer. Delikli tabanların sayısı birden fazla olabilir. Böylece hem yemek hem de onunla servis yapılacak garnitür beraber pişirilebilir.

Günümüzde ticari mutfaklarda buharda pişirme için “combi-steamer” (konveksiyonlu) adı verilen fırınlar kullanılmaktadır. Bu fırınlarda buhar, fırının içine verilir. Fan ile buhar fırının içinde her yana eşit olarak dağıtır. Delikli tepsiler içine yerleştirilen yiyecekler bu fırında pişirilir.

Buharda Pişirmeye (Steaming) Uygun Sebzeler

Patates, rezene, bezelye, havuç, kereviz, Brüksel lahanası, karnabahar, brokoli, kabak, taze fasulye, hindiba gibi sebzeler usulüne uygun hazırlandıktan sonra buhar tenceresine yerleştirilerek pişirilirler. Haşlayarak pişirmeye göre daha lezzetlidir. Şekli ve besin değeri de korunmuş olur. Servis yapılırken üzerine istenirse kızdırılmış tereyağı ilave edilir. Bu yöntem sebze garnitürleri dışında diyet mutfağında, kuzu gibi kasap etleri, kümes hayvanları, balıklar gibi körpe etlerin pişirilmesinde kullanılır.

Buharda Pişirmede (Steaming) Dikkat Edilecek Noktalar

Buharı oluşturan suyun yiyeceğe değmemesi gerekir. Bu nedenle perforeli tabanın yüksekliğine dikkat edilmelidir. Su kaybını önlemek için mutlaka kapağı kapalı pişirilmelidir. Yapısında su miktarı fazla olan sebzeler pişirilir. Örneğin kuru baklagiller bu yöntem ile pişirilmezler.

Buharda Pişirerek (Steaming) Hazırlanan Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

- ✓ Bu yöntemle hazırlanan sebze garnitürleri,
- ✓ Haşlanmış kümes hayvanlarının yanında,
- ✓ Haşlama balıkların yanında,
- ✓ Haşlama etlerin yanında servis yapılırlar.

Buharda pişirilerek hazırlanan sebze garnitürlerine örnek

Buharda brokoli

Buharda Pişirerek (Steaming) Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Buharda pişirilerek hazırlanan sebze garnitürleri hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Bu nedenle servis saati dikkate alınarak pişirilmeleri gerekir. Fakat zorunlu hallerde bekletilmesi gerekirse benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Buharda pişirilerek hazırlanan garnitürler uygun soğuk hava depolarında yada buzdolabında 0-3 °C de 2 ila 4 güne kadar muhafaza edilebilir.

SOS İÇİNDE PİŞİREK (BRAİSİNG) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Sos İçinde Pişirme (Braising) Tekniği İle Garnitür Hazırlama

yiyeceği kapalı bir kap içinde düşük ateşte yağ ile kavurduktan sonra az sıvı ile pişirmek anlamına gelir. Bu yöntemde et ve sebze ayrı ayrı pişirilebileceği gibi her ikisi bir arada da pişirilebilir (örneğin kuzu kapama). Türk Mutfağında tencere yemeklerinin pişirilmesinde kullanılan bir yöntemdir.

Daha çok Batı mutfağında sebze garnitürlerinin hazırlanmasında kullanılır. Avrupa da çok tüketilen lahana, marul vb. sebzeler bu yöntemle hazırlanır.

Sos İçinde Pişirilen (Brasing) Garnitürleri Hazırlamada Kullanılan Araç Gereçler

Ticari mutfaklarda sos içinde pişirme yöntemi kullanılırken genelde paslanmaz çelikten yapılan kalın dipli tencereler, yüksek kenarlı teflon tavalar, döküm tencere ve tavalar, topraktan yapılan güveç kapları ve fırında hazırlama için yüksek kenarlı tepsiler kullanılmaktadır.

Sos İçinde (Braising) Pişirmeye Uygun Sebzeler

Günümüzde et suyunda breze edilmiş marul en gözde sebze garnitürlerinden biridir.Lahana, andiv (endive), enginar breze yöntemi için en uygun sebzelerdir. Bunların dışında bezelye, soğan, rezene, pırasa, kereviz, biber de bu yöntemle hazırlanabilir.

Sos İçinde Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

Bu teknikte önemli olan unsur pişirme suyudur. En çok kullanılan sıvı normal sudur.Ancak zaman zaman et, balık, tavuk suları, pişirme suyu olarak kullanılır. Fakat hangi sebzede hangi pişirme suyunun kullanılacağı iyi saptanmalıdır.

Pişirmeye az su ile başlanmalıdır. Gerekirse azalan miktar kadar sıcak su ilavesi yapılabilir.Pişirme suyuna aromayı zenginleştirmek amacıyla soğan, havuç, kereviz sapları eklenebilir. Kekik, defneyaprağı, tane karabiber vb. baharat ve taze otlar kullanılabilir.

Sos İçinde Pişirme (Braising) Yöntemi İle Hazırlanmış Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

Sos içinde pişirme (Braising) tekniğı ile hazırlanan sebze garnitürleri, breze yöntemi ile pişirilen et, tavuk, balık yemeklerinin yanında kullanılır.Braising yöntemi ile hazırlanan sebze garnitürlerine örnekler:



- ✓ Sicilya usulü mantar
- ✓ Kırmızı lahana breze (chou rouge braisé)
- ✓ Tereyağı kestane

Sos İçinde Pişirme (Brasing) Yöntemi İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Sos içinde pişirilerek hazırlanan sebze garnitürleri de diğeryöntemlerle hazırlanan garnitürler gibi hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak pişirilmeleri gerekir, zorunlu hallerde bekletilmesi gerekirse benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Burada dikkat edilecek nokta hazırlanan garnitürler sos içinde olacağından benmari veya reşo da çok fazla bekletilmemelidir. Sos içinde pişirilerek hazırlanan garnitürler de uygun soğuk hava depolarında ya da buzdolabında 0-3 0C de 2 ila 4 güne kadar muhafaza edilebilir.

KENDİ SUYUNDA PIŞİREREK (STEWING, ETÜVE) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Garnitür Hazırlama

Bu yöntem yiyeceklerin hiç su ilave edilmeden, kendi suyunda pişirilmesi yöntemidir. Bu yöntemde kullanılacak araçların buhar kaybını önleyecek şekilde olması gerekir. Pişirme işleminin ocak üzerinde veya fırında yapılmasına göre kullanılacak araçlar değişiklik gösterir.

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Garnitür Hazırlamada Kullanılan Araçlar

Fırında pişirmede kalın kenarlı tepsiler kullanılır. Tepsilerin üzeri ya bir kapak ya da alüminyum folyo ile sıkıca kapatılır. Çelik kulplu tava ve yayvan tencereler de fırında pişirme için kullanılabilir. Yiyecek ocak üzerinde pişirilecekse yiyeceğin miktarına göre bir tencere kullanılır.

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Garnitür Hazırlamada Kullanılan Sebzeler

Bu yöntem yapısında su miktarı fazla olan sebzelerde kullanılır. Sebze garnitürleri dışında zeytinyağlı yemeklerde ve yumuşak etli sebze yemeklerinde, balıklarda ve meyvelerde de kullanılır. Ispanak, pırasa, biber, kabak, taze fasulye, salatalık, brokoli, marul, pazı, rezene, arpacık soğan, taze soğan mantar yapılacak garnitüre göre hazırlandıktan sonra yağ, tuz, domates, biber vb. ilavelerle çok hafif ateşte kapağı kapatılarak pişirilir. Suyu çektirilir ve uygun yemekle kullanılır.

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Hazırlanan

Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

Bu yöntem ile hazırlanan sebze garnitürleri:

- ✓ Izgarada pişen et, tavuk, balık yemekleriyle servis yapılır.
- ✓ Zeytinyağlı sebze yemekleri başlangıç yemeği olarak kullanılabilir.
- ✓ Değişik şekillerde süslenildikten sonra soğuk büfede de kullanılabilir.

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Garnitür Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

- ✓ Pişirme için su eklenmez.
- ✓ Yiyecekler mutlaka üzerleri kapalı olarak pişirilirler.
- ✓ Pişirme ısısı düşük ısıda (kısık ateşte) olmalı.
- ✓ Pişmeyi kolaylaştırmak için yağ, domates kullanılabilir.

Kendi suyunda pişen sebze garnitürlerine örnekler :

- ✓ Kabak garnitürü
- ✓ Patlıcan garnitürü

Kendi Suyunda Pişirme (Stewing, Etüve) Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Kendi suyunda pişirme yöntemi ile hazırlanan sebze garnitürleri diğer yöntemlerle hazırlanan garnitürler gibi hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak pişirilmeleri gerekir, zorunlu hallerde bekletilmesi gerekirse benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Yine bu teknikte hazırlanan garnitürler de benmari veya reşolarda çok uzun süreli bekletilmez aksi takdirde bünyelerindeki suyu tamamen kaybedip servis edebilme niteliğini kaybederler. Kendi suyunda pişirme

tekniki ile hazırlanan garnitürler de uygun soğuk hava depolarında ya da buzdolabında 0-3 °C de 2 ila 4 güne kadar muhafaza edilebilir.

PARLATARAK (GLAZİNG) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Parlatarak Pişirme (Glazing) Tekniği İle Sebze Garnitürleri Hazırlama

Değişik yöntemler kullanarak yiyecekleri parlatma işlemine glazing denir. Bu yöntem Türk mutfağında pek kullanılmayan bir yöntemdir. Fakat günümüzde büyük otellerin pek çoğunda bu yöntem ile hazırlanan sebze garnitürleri kullanılmaktadır. Parlatarak pişirme tekniğinde herhangi bir ana sıvı (su, et suyu vb.), şeker ve tereyağı ana malzemeler olarak kullanılır. Kullanılan sıvı tereyağı ile şekerin eriyerek lezzet ve parlaklık kazandırmasını sağlar.

Parlatarak Pişirmede (Glazing) Kullanılan Araç Gereçler

Parlatarak pişirme işlemi fırında veya ocak üzerinde yapılabilir. Fırında yapılacaksa ısı 150–200 °C arasında olmalıdır. Fırın tepsi, vok tava, döküm veya dayanıklı çelik malzemeden yapılan tavalar ve tencereler kullanılır.

Parlatarak Pişirmeye (Glazing) Uygun Sebzeler

Her sebze parlatma işlemi uygulanabilir. Ancak daha çok havuç, kabak, taze fasulye, bezelye, arpacık soğan, kestane, Brüksel lahanasında bu teknik ile pişirmede kullanılır.

- ✓ Sebzeler farklı ön pişirme işlemlerinden geçirilerek parlatılır. Parlatma işlemi;
- ✓ Sebzeler çeşitli katkı maddeleri ile sotelendikten sonra,
- ✓ Hiçbir ön pişirme kullanılmadan tüm malzemelerle beraber tencereye konularak,
- ✓ Önce haşlanıp pişmenin sonuna doğru,
- ✓ Ön haşlama yapıldıktan sonra uygulanır.

Parlatarak Pişirme Tekniğinde Dikkat Edilecek Noktalar

- Sebze ağzı kapalı bir tencere veya uygun bir tavaya konup önce yağda sote edilir.
- Soteleme sırasında garnitürün özelliğine göre katkı maddeleri (baharatlar, domates vb.) ilave edilir.
- Ana sıvı maddesi eklenerek çektirilir.
- Az miktarda et suyu veya demi glace sos kullanılır.
- Parlatma işleminin daha sağlıklı olması için yağ ve az miktarda şeker kullanılır.
- Garnitür pişmesine yakın tencereden alınıp, tencerede kalan su iyice çektirilir. Garnitür tekrar tencereye konularak son pişirme işlemi tamamlanır.
- Pişirirken tencere ya da tepsi hafifçe sallanarak parlatma karışımının (glazür) sebzelerin üzerine iyice yayılması sağlanır.

Parlatarak Pişirme (Galzing) İle Hazırlanan Garnitürlerin Kullanıldığı Yerler

Parlatarak pişirme ile hazırlanan sebze garnitürleri, sulu et yemekleri hariç diğer et, tavuk, balık yemeklerinin yanında servis edilir.

Parlatarak pişirme ile hazırlanan sebze garnitürlerine örnekler:

- ✓ Havuç glaze
- ✓ Patates glaze

Parlatarak Pişirme (Glazing) Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Parlatarak pişirme yöntemi ile hazırlanan sebze garnitürleri bekletilmeden servis yapılmalıdır. Bekletilmesi gereken durumlarda çok kısa süreli olarak benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında nemini ve parlaklığını kaybetmeden bekletilmelidir.

GRATEN EDEREK HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Graten Ederek (Augraten) Pişirme Tekniği ile Garnitür Hazırlama

Graten ön pişirmesi yapılmış yiyeceklerin üzerinin çeşitli yöntemlerle kızartılmasına denir.

Graten Ederek (Augraten) Pişirmede Kullanılan Araç ve Gereçler

Graten edilerek pişirilen yiyecekler kendi kabında sunuldukları için kullanılacak araçlar oldukça önemlidir. Graten kaplarının ilk şartı ısıya dayanıklı olmalarının gerekliliğidir. Graten işlemi fırında yapılacaksa fırına ve fırın kaplarına ihtiyaç vardır. Sadece üzeri pişirilecekse salamandra, pürmüz ve Graten kapları kullanılır.

Genellikle yemekte graten tadını mümkün olduğunca çok alabilmek için kapların çok derin olmaması gerekir. Ayrıca yemeğin yapışmasını önlemek amacıyla kabın içi önceden tamamen margarin veya tereyağı ile yağlanmalıdır. Raten edilecek yemek daha önceden pişirilir. Sosu ile graten kabına aktarılır. Üzeri daha önce bahsedilen malzemelerden biri ile kaplanır. Salamandrada veya fırında pişirilir.

Graten tekniği hazır yemek tabaklarında pratikliği nedeniyle pürmüz ile uygulanmaktadır. Fakat bu aracın kullanımı salamandra ve fırın kadar sağlıklı olmamakla birlikte kullanım açısından salamandra ve fırın kadar yaygın değildir.

Ticari mutfaklarda sıkça kullanılan graten kapları şunlardır:

Oval Porselen Graten Kapları



Son derece basit bir görünüme sahip olan bu kaplar, çok kaliteli, ısıya dayanıklı, beyaz veya renkli porselenden yapılmıştır. 25, 30, 35 cm'lik çeşitleri olan bu kapların düz bir zemini, eğimli kenarları ve kapla bütünleşmiş dışa uzantılı tutacak sapları olanları da vardır. Bu kaplar estetik açıdan güzel olmalarının yanısıra temizlenmesi de kolay olduğu için çok kullanışlıdır.

Bakır ve Paslanmaz Çelikli Graten Kapları

Bu kaplar ağırlık olarak saf paslanmaz çelik kaplardan daha hafiflerdir. Bakırdan yapılmış kabın üzerine fırça ile paslanmaz çelik geçilerek imal edilirler. Saf bakır kaplara göre en büyük avantajları, zamanla incelmeye veya yüksek fırın ısılarında erime gibi durumlarının olmamasıdır. Yemeğin önce ocakta bir taşım pişirildiği sonra fırına sürüldüğü reçetelerin uygulanmasında bu kaplar rahatlıkla kullanılabilirler. Sadece bakırdan üretilen kapların içindeki kalay yüksek fırın ısısına dayanıklı olmadığı için bu reçetelerde kullanılmaya uygun değildir. Bu kapların 22 cm'den 40 cm'ye kadar değişik ebatlarda olanları mevcuttur.

Yuvarlak Graten Kapları

Desenli çeşitleri de mevcut olan bu graten kaplarının 12-13 cm'den başlayıp 18-20 cm'ye kadar değişik çaplarda olanları vardır. Oval kapların ki gibi dışa uzanan iki tutacak sapı veya içine oturtulabilecekleri dekoratif malzeme mevcuttur. Desenli olanlar sunu açısından karamelize edilen kış tatlılarına çok uygundur.

Graten Ederek (Augraten) Pişirmeye Uygun Sebzeler

Graten etmek yalnızca sebzelerde kullanılan bir yöntem değildir. Balık, et, tavuk, yumurta da graten edilebilir. Fakat en çok sebzeler graten edilerek pişirilir. Kabak, ıspanak gibi sebzelerin yapısında su miktarı fazla olduğu için gratende ayrıca sos kullanılmaz.

Graten Ederek (Augraten) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

Graten etmek mutfak teknikleri arasında en kolay olanlardandır. Raten edilmiş yiyecekler sunuldukları kaplar ve dış görünüşleri ile ayrı bir çekicilik yaratır.

Graten etmenin esası, yemeğin üzerinde bazen altın sarısı bazen de nar gibi tabir edilen renkte çıtırımsı bir kabuk oluşturmaktır. Bunun için yemeğin üzerinin tamamı rendelenmiş sert peynir, ekmek içi, yumurtayla karıştırılmış ekmek içi veya ceviz, badem, fındık ile karıştırılmış ekmek içiyle kaplanır. Bunların dışında beşamel sos ve morney sos kullanılır. Başamel sos un ve yağ kavrulduktan sonra ılık süt eklenir ve muhallebi kıvamına gelene kadar pişirilip tuz, beyaz biber ve muskat rendesi ilavesiyle elde edilir. Morney sos ise bechamel sosa rendelenmiş kaşar peyniri ilave edilerek hazırlanır.

Yapısında su miktarı fazla olan sebzeler haşlandıktan sonra üzerine yalnızca ekmek içi serpilip margarin, tereyağı veya ayçiçek yağı gezdirilerek graten edilirler. Patates, havuç gibi diğer sebzeleri graten etmek için beşamel sos kullanılır. Beşamel sosun üzerine peynir rendesi de kullanılabilir.

Graten Ederek (Augraten) Hazırlanan Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

- ✓ Et yemekleri
- ✓ Tavuk yemekleri
- ✓ Köfte çeşitlerinin yanında
- ✓ Giriş yemeği veya ara sıcak olarak kullanılır.

Graten edilerek hazırlanan sebze garnitürlerine örnekler

- ✓ Karnabahar graten



Graten Ederek (Augraten) Pişirme Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Graten Ederek pişirme yöntemi ile hazırlanan sebze garnitürleri diğer yöntemlerle hazırlanan garnitürler gibi hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak pişirilmeleri, tüketilecekleri kadar pişirilmeleri gerekir. Zorunlu hallerde bekletilmesi gerekirse benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Yine bu teknikle hazırlanan garnitürler de benmari veya reşolarda çok uzun süreli bekletilmez.

BOL YAĞDA KIZARTARAK (FRİT) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRERİ

7.1. Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirme Tekniği ile Garnitür Hazırlama

Frit yiyeceklerin bol yağda kızartılarak pişirilmesi yöntemidir. Bu yöntemde en önemli faktör kızartma için kullanılacak yağdır. Bol yağda kızartmada yiyeceklerin kızartılacağı yağın seçimi hem maliyet hem de müşteri memnuniyeti için önemlidir.

Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirmede Kullanılan Araçlar

Ticari mutfaklarda genellikle kızartma için fritözler kullanılır fakat daha az miktarlardaki ürün için kızartma işlemi yapılacak ise derin tavalara ya da tencereler kullanılabilir.

Günümüzde çok farklı özellikleri olan fritözler vardır.

Normal fritözler: Genellikle gaz ve elektrikle çalışır. Kızartma yağını 200 °C'ye kadar ısıtılabilir. Paslanmaz çelikten yapılmışlardır. İçlerinde tutmak için sapı, asmak için çengeli bulunan

paslanmaz çelikten yapılmış örgülü sepetleri vardır. Isıyı kontrol etmek için termostatlı olması gerekir. Eğer termostat yoksa yağ termometreleri kullanılır. Yağ haznesinin altında kirli yağı boşaltmak için vanası olmalıdır.

Basınçlı Fritözler: Sıkı oturan kapakları ve basınç vanaları olmalıdır. İç bölmeleri çıkarılıp yıkanabilmelidir. Basınçlı fritözlerin en önemli avantajı yiyeceğe yumuşaklık vermesi, aroma ve nem kazandırmasıdır. Pişirme süreci normal fritözlere göre daha kısadır. Kontrol panellerinde dijital bir saat ve sıcaklık göstergesi vardır. Pişirme süresi ve sıcaklığını otomatik ayarlar.



Bilgisayar Kontrollü (Dijital) Fritözler:En ileri teknolojiye sahip fritözlerdir. Bilgisayarı sayesinde programlanabilir ve programlar kaydedilir. Kontrol panelinde kalan pişme süresi, yüksek/düşük sıcaklık, arıza durumu ve yiyeceğin hazır olduğunu gösteren bölümler vardır. Özel soğutucu bölümü sayesinde kızartma sırasında oluşan parçacıkları aşağıya tüplerin yanına çekerek yağın bozulmasını geciktirir ve aynı zamanda kızartılan çeşitli yiyeceklerin kokularının birbirine geçmesine engel olan bir mekanizmaları vardır.

Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirmeye Uygun Sebzeler

Patlıcan, biber, domates, havuç, karnabahar, patates başta olmak üzere, tüm sebzeler bol yağda kızartılarak pişirilebilir. Bu yöntemle en çok garnitür hazırlanan sebze patatestir. Tüm sebzeler özelliklerine göre ön işlemlerden geçirildikten sonra bol yağda kızartılabilir. Örneğin patlıcanın acısı tuzlu suda bekletilerek alınmalı, havuç ve karnabahar önceden haşlanmalıdır.

Bol yağda pişirme sebzelerin dışında; körpe etlerde, körpe kümes hayvanlarında, köfte çeşitlerinde, sakatatlarda, hamur işlerinde, tatlılarda, yumurtada kullanılır.

Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

- ✓ Bu yöntemde yiyecekler üzerlerini örtecek kadar bol ve kızgın yağın içinde pişirilir.
- ✓ Kızartma için birinci şart iyi bir yağ, ikinci şart ise doğru ekipmandır. İyi bir kızartma çıtır çıtır görünmeli altın sarısı renginde olmalı ve yapısına asla yağ çekmemelidir.
- ✓ Kızartma sırasında kesinlikle tuz ve baharat kullanılmaz.
- ✓ Kızartma yapıldıktan sonra fazla yağ süzdürülmelidir
- ✓ Kızartma sırasında yiyecekte ve yağda su olmamalıdır.
- ✓ Dengeli pişmeyi sağlayabilmek için yiyeceklerin hepsi aynı büyüklükte olmalıdır.
- ✓ Kızaran yiyecekler kâğıt havlu serilmiş sıcak bir kaba üst üste gelmeyecek şekilde çıkartılmalı, soğumadan servis yapılmalıdır.
- ✓ Donmuş sebzeler çözümesi beklenmeden kızartılmalıdır.

Fritöz kullanılacak ise:

- ✓ Fritöze yağ konurken ¼ oranında boşluk bırakılmalıdır (fritözde yağ seviyesini gösteren işaret bulunur).
- ✓ Fritöze bir seferde çok miktarda yağ atılırsa ısı düşer ve yiyecek yapısına yağ çeker. Ayrıca yiyecek parçalanır ve görüntüsü değişir.

Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirilen Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

Kızartılarak hazırlanan sebze garnitürleri her türlü et, tavuk, balık yemekleriyle servis yapılabilir.

Bol yağda kızartılarak hazırlanan sebze garnitürlerine örnekler

- ✓ Soğan köftesi



Bol Yağda Kızartarak (Frit) Pişirme Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Bol yağda kızartarak pişirme yöntemi ile hazırlanan sebze garnitürleri diğer yöntemlerle hazırlanan garnitürler gibi hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak ve tüketilecekleri kadar pişirilmeleri gerekir. Kızartılan yiyecekler kısa sürede ısı kaybına uğrayacağı için benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler fakat bu işlem uygulanırken ısı-nem dengesi sağlanmalı ve kızartılan ürün gevrekliğini yitirmemelidir.

Kızartılan yiyeceklerin uzun süreli muhafazası tavsiye edilmemekle birlikte uygun soğuk hava depolarında ya da buzdolabında 0-3 °C'de 2 ila 4 güne kadar muhafaza edilebilir.

SOTE EDEREK (SAUTE) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Sote Ederek (Saute) Pişirme Tekniği ile Garnitür Hazırlama

Sebzelerin az yağ konmuş kızgın tavada kısa sürede pişirilmesine sote ederek pişirme denir. Sote, daha çok küçük parçalı yiyeceklerin pişirildiği bir yöntemdir. Bu teknikte önemli olan yiyeceklerin yüksek ısıdaki tavada kısa aralıklarla sallanarak pişirilmesidir.

Sote Ederek (Saute) Pişirmede Kullanılan Araç Gereçler

Bu pişirme tekniğinde esas olan tavadır. Batı'da tavanın küçüğüne sotöz büyüğüne ise sotuar denir. Uzak doğu mutfağında sık olarak kullanılan vok tavalarda da ısı geçirgenliği yüksek olduğu için bu pişirme tekniğinde kullanılır.

Sote Ederek (Saute) Pişirmeye Uygun Sebzeler

Pek çok sebze sotelenerek pişirilebilir. Mantar, ıspanak, domates, biber, soğan, brokoli, brüksel lahanası haşlanmadan, taze fasulye, karnabahar, havuç gibi sebzeler haşlandıktan sonra çeşitli katkı maddeleri ilavesiyle sotelenir. Sebzelerin dışında et, tavuk, balık, sakatatlar da sotelenerek pişirilir.

Sote Ederek (Saute) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

İyi sonuç almak için aşağıdaki noktalara dikkat etmek gerekir.

- ✓ Yağ iyice kızdıktan sonra yiyecek tavaya ilave edilmelidir.
- ✓ Sotede her türlü yağ kullanılabilir. Fakat yağ miktarı çok az olmalıdır. Çünkü yiyecek yağı süzülmeden servis edilecektir.
- ✓ Sote yapılırken karıştırılmamalıdır. Sote sırasında tava sallanarak içindekilerin eşit oranda pişmesi sağlanmalıdır.
- ✓ Yiyecek eşit büyüklükte parçalara ayrılmalıdır. Böylece hepsinin aynı anda pişmesi sağlanmış olur.
- ✓ Kızgın yağ yiyeceğin dışında kabuk oluşmasını sağlayacaktır. Böylece yiyeceğin lezzetini sağlayan öz suyun dışarı çıkması önlenecektir.
- ✓ Sotelenecek yiyeceklerin tuzu ve baharatı önceden konularak karıştırılmalıdır.
- ✓ Sote işleminin birkaç dakikada tamamlanması gerekir.

Sote Ederek (Saute) Hazırlanan Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

Sote sebze garnitürlerine örnekler

- ✓ Karışık sebze garnitürü
- ✓ Sarımsaklı mantar
- ✓ Taze fasulye sote



Sote Ederek (Saute) Pişirme Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Sote ederek pişirme tekniği ile hazırlanan sebze garnitürleri diğer yöntemlerle hazırlanan garnitürler gibi hiç bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak pişirilmelidir. Sote edilen garnitürler

benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Eğer uzun süreli muhafaza edilecek ise uygun soğuk hava depolarında ya da buzdolabında 0-3 °C'de 2 ila 4 güne kadar muhafaza edilebilir.

IZGARA YAPARAK (GRİLLE) HAZIRLANAN SEBZE GARNİTÜRLERİ



Izgara Yaparak (Grille) Pişirmede Kullanılan Araçlar

Izgara yaparak pişirmede faydalanılan en önemli araçlar kömürlü ızgara, elektrikli döküm ızgara, ızgara telleri, fırça ve maşadır. Izgara tellerinin çubukları ısıyı ileticek kadar kalın olmalıdır. Çubuk aralıkları yiyeceğin düşmesine izin vermeyecek sıklıkta olmalıdır.

Izgara Yaparak (Grille) Pişirmeye Uygun Sebzeler

Grille pişirme günümüzde en çok kullanılan yöntemlerin başında gelir. Büyük otellerde, mutfağın dışında yiyeceklerin grille pişirildiği ve servisinin yapıldığı özel bölümler bulunmaktadır. Otellerin dışında da pek çok yerde ocakbaşı denilen ızgara yiyeceklerin sunulduğu mekânlar vardır. Oldukça şık ve modern hazırlanan bu yerlerin müşteri trafiği de yoğundur.

Izgarada pişen etlerin yanında çok yaygın olarak yine ızgarada pişen sebzeler garnitür olarak kullanılır. Bu yöntemde en çok kullanılan sebzeler domates ve biberdir. Mantar, patlıcan, kabak, kuru soğan da ızgarada sıklıkla kullanılan sebzelerdir. Patates ızgara yapılacaksa alüminyum folyoya sarılarak veya ince dilimlenerek kullanılmalıdır.

Izgara Yaparak (Grille) Pişirmede Dikkat Edilecek Noktalar

- ✓ Yiyecek daima önceden ısıtılmış yüzey üzerine konulmalıdır. Soğuk tele veya yüzeye hem yiyecek yapışır hem de yavaş yavaş ısınan ızgarada et istenildiği gibi pişmez. Kendine has suyunu salar, kurur ve lezzetsiz olur.
- ✓ Izgarada pişen yiyecekler mutlaka pişme sırasında belli aralıklarla yağlanmalıdır. Aksi takdirde yiyecek kurur. Yağlanması için sıvı yağ (genellikle ayçiçek yağı) kullanılır. Fakat eritilmiş ve çeşitli otlarla lezzetlendirilmiş tereyağı kullanılırsa yiyecek daha lezzetli olur.
- ✓ Bazı yiyecekler una bulanarak ızgara yapılmalıdır. Böylece yiyecek pişme sırasında su salmaz ve parçalanmaz.
- ✓ Yiyecekler ızgarada pişerken sık sık çevrilirse su ve besin değerini kaybeder. Bu nedenle bir tarafı pişmeden diğer tarafı çevrilmemelidir. Çevirirken delici aletler(bıçak, çatal vb.) kullanılmamalıdır.
- ✓ Izgarada her yiyecek grubu için ayrı yerler olmalıdır.
- ✓ Kömürlü ızgarada meşe kömürü kullanılmalıdır.
- ✓ Yiyeceğin tuzu ya son anda eklenip ızgaraya konulur ya da piştikten sonra ilave edilmelidir.

Izgara Yaparak (Grille) Pişirilen Garnitürlerin Kullanıldığı Yiyecekler

Izgara yaparak pişirilen sebzeler yine ızgara pişen yemeklerle servis yapılırlar. Izgarada pişen tavuk, balık, et ürünleri ile kullanılırlar.

Izgara yapılarak pişen sebze garnitürlerine örnekler

- ✓ Karışık sebze ızgara

Izgara Yaparak (Grill) Pişirme Tekniği İle Hazırlanan Garnitürleri Muhafaza Etme Koşulları

Izgara yaparak pişirme tekniği ile hazırlanan sebze garnitürleri bekletilmeden servis yapılmalıdır. Servis saati dikkate alınarak pişirilmelidir. Izgara yapılarak pişirilen garnitürler benmari veya reşo denilen mutfak araçlarında bekletilirler. Kızartılarak pişirilen garnitürlerde olduğu gibi uzun süreli mufazası önerilmez.