ŞİŞLİ MESLEKİ EĞİTİM MERKEZİ
2020 HAZİRAN UZAKTAN EĞİTİM DERS NOTLARI

Alan/Dal Adı : Yiyecek İçecek Hizmetleri/Aşçılık Dalı

Ders Adı : Türk Mutfağı Yemekleri

Dersin Sınıf Düzeyi : 12. Sınıf

Modül/Kazanım Adı: Türk Mutfağına Özgü Et ve Sakatat Yemekleri

Konu : Sakatat Yemekleri

Konu Tarihi Aralığı : 1-7 Haziran 2020

Ders Öğretmenleri : Muazzez ÖZCAN TAŞ

Haziran 2020, İstanbul

SAKATAT YEMEKLERİ

Sakatatlar

Kasaplık hayvanların insanlarca yenilebilen çeşitli organlarına sakatat denir. Sakatat kırmızı ve beyaz olmak üzere ikiye ayrılır:

Kırmızı sakatat: Ciğer, kalp, böbrek, dil, kelle ve kuyruk

Beyaz sakatat: İşkembe, beyin, uykuluk, billur (koç yumurtası) ayak (paça) ve omurilik iliği

Sakatatın Tüketimi

Bazı insanlar sakatat hakkında çok yargılı düşünerek onları yemekte tereddüt ederler.

Bu tereddüdü yaratan bazı nedenler şunlardır:

- Bayatlık kuşkusu
- Hoşa gitmeyen görünüşü
- İçinde kimyasal kalıntı olabilir, sağlık açısından zararlı olabilir vb kuşkusu.

Genelde yöresel lokantalar ciğer, beyin ve dana böbreği hariç müşterisine çok az sakatat ürünü takdim eder. Sakatatın fiyatı düşük olduğu için daha çok alım gücü sınırlı olan kesim tarafından tüketilir.

Sakatatın Kalitesi

Sakatat son derece hassas ürünler oldukları için çok taze olarak tüketilmesi gerekmektedir. Sakatatın satın alınımında ve hazırlanmasında çok sıkı hijyen önlemleri alınması gerekir.

Sakatatın kalitesine etki eden unsurlar

- Kesim esnasında sakatatın hayvandan alınış şekli
- Hayvanın yaşı ve sağlık durumu
- Dağıtım ve saklama koşulları
- Saklama süresi
- Bekletilmeden tüketime sunulması.

Sakatatın Saklanması

Karaciğer, kalp, böbrek çiğ olarak bir gün saklanabilir. Diğer sakatatlar dil, beyin, işkembe ayak ve uykuluk haşlandıktan sonra buzdolabında en fazla iki gün saklanabilir.

Sakatat Yemekleri Çeşitleri ve İşlem Basamakları

Ciğer Taplaması (6 kişilik)(Bitlis Yöresinden)

Gereçler

- 1 koyun ciğeri
- 4 su bardağı ince bulgur
- 1 tatlı kaşığı reyhan otu (fesleğen)
- 1tatlı kaşığı kırmızı tozbiber
- 40 g tereyağ
- Tuz ,karabiber

Yapılışı Ciğer Taplaması

- Ciğerin zarı çıkarınız. Koyun ciğerini bıçakla kıyınız ya da mutfak robotunda çekiniz. Bulguru tuz, karabiber ve reyhanı ilave edip iyice yoğurunuz.
- Köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar alıp elinizde yuvarlayın. Yassılaştırarak 1 cm kalınlığında köfteler yapınız 20 – 25 dakika dinlendiriniz. Bir tencereye su doldurup tuz atarak kaynatınız. Hazırlanan ciğer köftelerini bu su içinde haşlayınız(5 dakika).
- Tereyağını küçük bir tavada eritiniz. Kırmızı toz biberi ekleyip kızdırınız. Köftelerin üzerine gezdirip sıcak olarak servis yapınız.

Pişen üründe aranılan özellikler

- Pişen üründe gereçlerin pişmişliği eşit olmalıdır.
- Aşırı tuzlu ve baharatlı olmamalıdır.
- Aşırı yağ içermemelidir.
- Sıcak servis tabağına koyarak yağın donması engellenir.
- Patates kızartması ile servis edilir.

Süsleme ve servis

- Köftelerin boyutları ile garnitür olarak kullanılan patates kızartmaları da aynı boyutta olmalıdır.
- Köfteler boyutunda hazırlanan patates kızartması ile servis yapılır.

Ciğer Sarması (6 kişilik) (Edirne Yöresinden)

Gereçler

- 1 koyun gömleği (karın zarı)
- 2 su bardağı su
- 350 g karaciğer
- 150 g akciğer
- ½ su bardağı pirinç
- 2 çorba kaşığı sıvı yağ
- 2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
- 2 çorba kaşığı kuşüzümü
- 3 adet taze soğan
- 1 yumurta
- 1 çorba kaşığı kuru nane
- 1 çay kaşığı karabiber
- 3 adet domates
- 6 adet kıvırcık marul yaprakları
- Tuz

Yapılışı

- Koyun gömleğini iyice yıkayıp 1 bardak sıcak suda 5 dakika bekletiniz. Gömleği süzgece alıp süzdürünüz.
- Suyu alıp daha sonra kullanmak üzere saklayınız.
- Yıkanmış ciğerlerin önce zarlarını soyarak bıçakla ince kıyınız. Ciğerleri bir tavaya alıp üzerine tuz ekleyiniz. Suyunu salıp çekinceye kadar karıştırarak pişiriniz.
- Pirinci yıkayıp süzünüz.
- Bir tencerede sıvı yağ ısıtıp dolmalık fıstıkları yumuşayıncaya kadar kavurun. Pirinç 1 bardak sıcak su, kuşüzümü ve tuz ilave edip karıştırınız. Suyunu çekinceye kadar pişirip ocaktan alınız.
- Soğanı ince ince doğrayınız. İç malzemeye ilave edip harmanlayınız. 10 dakika dinlendiriniz. Ciğer, nane ve karabiberi iç malzemeye ilave edip harmanlayınız.
- Koyun gömleğini 6 parçaya ayırınız. Ortalarına iç malzemeden yerleştirip bohça şeklinde kapatınız.
- Ters çevirip hafifçe yassılaştırarak fırın tepsisine yerleştiriniz. Üzerlerine çırpılmış yumurta sürünüz. Koyun gömleğini beklettiğiniz suyu ısıtıp ciğer sarmalarının üzerine gezdiriniz.

- Önceden ısıtılmış 170 dereceye ayarlı fırında 30 dakika pişiriniz. Kıvırcık marul yapraklarını yıkayıp süzünüz ve servis tabağına diziniz.
- Üzerlerine ciğer sarmalarını yerleştirip domates dilimleri ile servis yapınız.

NOT: Bazı yörelerde çiğden hazırlanan iç kuzu gömleğine sarılarak üzerine yumurta sarısı sürülüp fırınlanmaktadır.

Pişen üründe aranılan özellikler

- Kuzu gömleği kızarmış olmalıdır.
- İçindeki gereçler gömlek açıldığında diri ve pişmiş olmalıdır.

Süsleme ve servisi

Servis tabağına yerleştirilen kıvırcık marul içine konarak servisi yapılır.

Hulüklü (6 kişilik) (Alanya Yöresinden Düğün yemeği)

Gereçler

Köfte içi için

- 2 su bardağı sıvı yağ
- 250 g dana kıyması
- 1 adet yumurta
- 1 dilim bayat ekmek içi (1 kahve fincanı galate tozu)
- 1 adet soğan
- 2-3 diş sarımsak
- Tuz, karabiber, kimyon

Kebap içi için

- 1 adet dana işkembesi
- 250 g nohut
- 200 g tereyağı
- 100 g pirinç
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- Tuz, kırmızıbiber, nane

Yapılışı

Köftenin yapılışı:

- 2 kez çekilmiş kıymanın içine yumurta, ufalanmış ekmek içi rendelenmiş soğan dövülmüş sarımsak, tuz, karabiber, kimyon ilave edilerek yoğurulur.
- Yoğurulan kıymadan fındık büyüklüğünde parçalar koparılıp yuvarlanır.
- Hazırlanan köfteler sıvı yağda kızartılıp yağı süzülür.

Kebap yapılışı:

- İşkembe temizlenip yıkanır. Bir tencere içinde haşlanır. Doğrama tahtası üzerinde ince doğranır.
- Diğer tarafta bir tencere içinde tereyağ eritilip içerisine salça ve kırmızıbiber ilave edilerek kavrulur.
- Kavrulduktan sonra içine soğuk su ilave edilerek kaynamaya yakın içine tuz ve temizlenip yıkanmış pirinç ilave edilip 5- 10 dakika kaynatılır. İnce doğranmış işkembe haşlanıp kabukları soyulmuş nohut ilave edilerek kısık ateşte kaynamaya bırakılır.
- Kaynadıktan sonra üzerine nane konularak servis yapılır.

Pişen üründe aranılan özellikler

- Pişen üründe içine konulan gereçler diri pişmiş özelliğini kaybetmemiştir.

Süsleme ve servisi

Kaseye konulan Hülüklü üzerine kuru nane gezdirilerek servisi yapılır.

Bumbar Dolması (Mumbar dolması) (6 kişilik) (Tokat Yöresinden)

Gereçler

- 2 adet koyun bağırsağı
- 2 su bardağı ince bulgur
- 3 adet soğan
- 1 demet dereotu
- 4 adet sivri biber
- 4 adet domates
- ½ adet karaciğer
- ½ adet akciğer

- 1 çorba kaşığı reyhan Bumbar
- 1,5 çay kaşığı kimyon
- 1 çorba kaşığı katı yağ (margarin)
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- Yeterince tuz

Yapılışı

- Bağırsağı yıkanıp süzdürünüz. Bir oklava yardımı ile içini dışa çevirip iç yüzeyini yıkayınız. Oklava yardımı ile yeniden çevirerek eski durumuna getirip bir süzgece çıkarınız.
- 1 su bardağı ılık su ile bulguru ıslatıp bulgur şişinceye kadar bekletiniz.
- Soğanı ve dereotunu brunoise doğrayınız. Biberlerin saplarını ve tohumlarını temizledikten sonra vichy usulü doğrayınız.
- Domatesleri mire poix usulü doğrayınız.
- Ciğerleri paysanne usulü doğrayınız.
- Bulguru, soğan, sivribiber, domates, ciğer ve baharatlarla karıştırarak harcı hazırlayınız.
- Bağırsağı elinize alıp açılmaması için ucunu bükünüz. Büktüğünüz ucu içeri doğru bastırınız. Harcı koyup, içeriye doğru iterek hem doldurunuz, hem de içini dışa çeviriniz. Böylece bağırsağın yağlı kısmı içe dönmüş ve harçla doldurulmuş olacaktır.
- Öteki bağırsakları da aynı yöntemle hazırlayınız.
- Yağı, bir tencerede eritiniz. Su ve tuz ilave edip bir taşım kaynatınız.
- Bağırsakları iğne ile birkaç yerinden delerek kaynar suya atınız.
- Ateşi kısınız, kapağını kapatarak yaklaşık 30- 40 dakika pişmeye bırakınız. Ateşten alıp sıcak olarak servis yapınız.

Pişen üründe aranılan özellikler

- Bağırsakların pişme sırasında şekilleri değişmemiş patlamamıştır.
- İçine konulan gereçler diri ve pişmiş olmalıdır.

Süsleme ve Servisi

Sıcak servis tabağına yerleştirilip köpüklü ayranla servis yapılmalıdır.

Paçik (Afyonkarahisar Yöresinden)

Gereçler

- 1 kg paça eti (sığır, kuzu eti veya dil parçası)
- 3 çorba kaşığı süzme yoğurt
- 5 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 adet Afyon ekmeği
- 1 tatlı kaşığı tuz

Yapılışı

- Paçık (paça eti) , düdüklü tencerede üzerini örtecek kadar su ve tuz ilavesiyle iki saat pişirilir.
- Pişen etlerin kemikleri temizlenir.
- Afyon ekmeği, küp şeker büyüklüğünde kesilerek
- Servis tabağına döşenir.
- Ekmekler üzerine paçanın suyu ve eti gezdirilir.
- Üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür. Arzuya göre kızdırılmış tereyağı dökülebilir.

Pişen Üründe Aranılan Özellikler

- Paça tamamen pişmiş ağızda dağılır şekildedir.
- Sıcak servis edilmelidir.

Süsleme ve Servisi

Üzerine sarımsaklı yoğurt ve kırmızı biberli tereyağı dökülerek sıcak servis edilir.

Sakatat Kebabı (6 Kişilik) (Ödemiş Yöresinden)

Gereçler

- ½ kg koç yumurtası
- ½ kg dana ciğer
- ½ kg kuzu böbreği
- 1 adet soğan
- 2 diş sarımsak
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- 100 g kaşar peyniri

Yapılışı

- Zarı alınmış koç yumurtası, ciğer ve böbrek kuşbaşı olarak doğranır.
- Bunların hepsi kızgın yağdan geçirilir.
- Bir tencere içerisinde soğan, sarımsak, salça ve yağ ile sotelenir. Daha sonra 10- 15 dakika fırınlanır.
- En son üzerine kaşar peyniri rendelenerek sıcak servisi yapılır.

Pişen Üründe Aranılan Özellikler

- Pişen üründe konulan gereçler diriliğini yitirmeden pişmiştir.
- Üründeki her gerecin ne olduğu bellidir.

Süsleme ve Servisi

Servis tabağına konulan ürünün üzerine kaşar peyniri rendelenerek servisi yapılır.

Kokoreç

Gereçler

- 1 kuzu ciğeri ve yüreği
- 1 kuzu bumbarı ve bağırsakları
- 1 karın zarı
- 1 adet soğan
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz

Yapılışı

- Ciğer ve yüreği parmak inceliğinde doğrayınız, tuz, karabiber ve kekik serpip rendelenmiş soğanla birlikte ovunuz 1 saat dinlendiriniz.
- Uzun kokoreç şişlerine uzunlamasına geçirsiniz. Izgarada pişiriniz.
- Önceden tuzla ovularak yıkanmış kuzu bağırsak ve bumbarlarını bu ciğerlerin üzerine sarınız, karın zarını en üste sar ve ızgarada çevire çevire kızartınız.
- Şişten çıkarıp, iki parmak eninde keskin bıçakla kesiniz. Servise alınız.

Pişen üründe aranılan özellikler

- Kesilen kokoreçte içine konulan ürünler belirgin pişmiştir.
- Yanında köpüklü ayranla servisi yapılır.

Mutfağında Yöresel Sakatat Yemek Örnekleri

Paça (İzmir Yöresinden)

Kuzu ayağı, kuzu kelle iyice temizlenip yıkandıktan sonra kaynatılır ve etleri ayrılır

Kelle suyu ile tekrar bir iki taşım kaynatılıp ocaktan alınır. Servisi yapılırken yağda

kızartılmış, kırmızıbiber, sarımsaklı sirke ilave edilir.

Piti Kebabı (Kars Yöresinden)

İşkembe haşlanıp kuşbaşı doğranır. Nohutlar akşamdan ıslatılıp haşlanır. Soğanlar ince kıyılarak kavrulur. İşkembe ilave edilerek kavurmaya devam edilir. Salça, tuz, karabiber ve et suyu ilave edilir. Kaynamaya başlayınca nohutlar ilave edilerek küp küp doğranmış domates ve biberler ilave edilir ve kısık ateşte 10 dakika pişirilerek sıcak servis edilir.