NEW YORK TIMES ÇOK SATAN

JAMES BEARD VAKFI 2018 GENEL YEMEK KİTABI ÖDÜLÜ

TUZ YAĞ ASİT ISI

İYİ YEMEK PİŞİRMENİN İNCELİKLERİ



SAMIN NOSRAT

WENDY MacNAUGHTON'un illüstrasyonları
ve MICHAEL POLLAN'ın önsözüyle

6. BASI

KORKMAZ

ŞİMDİ NETFLIX'TE YAYINDA

the

Mutfak Temelleri:

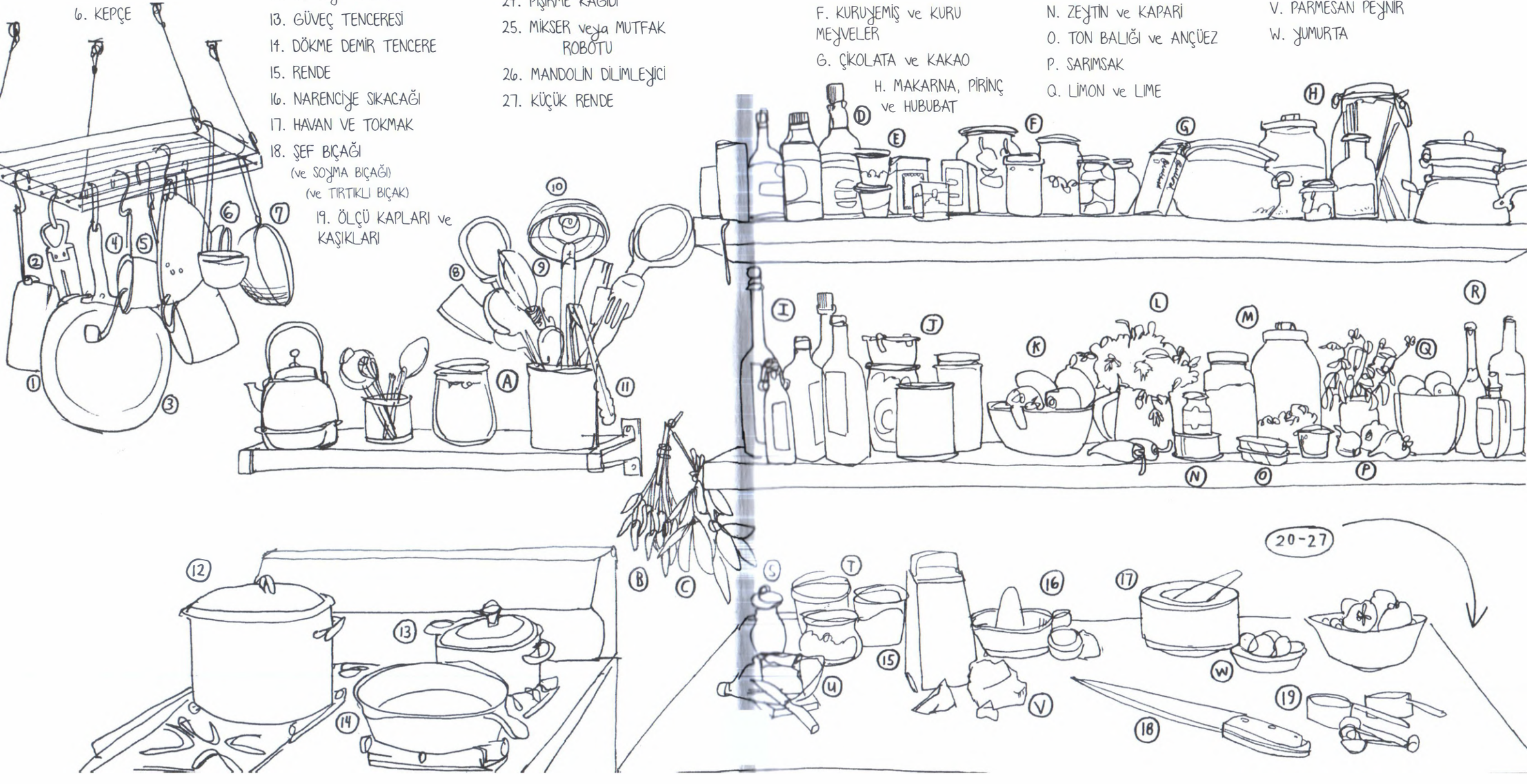
1. SOS TENCERESİ
2. DERİN KIZARTMA TERMOMETRESİ
3. KIZARTMA TAVASI
4. YEMEK SÜZGECİ
5. MAKARNA SÜZGECİ
6. KEPÇE
7. İNCE ÖRÜLÜ ELEK
8. TAHTA KAŞIK
9. SİLİKON SPATULA
10. KEPÇE KEVGİR
11. PASLANMAZ ÇELİK MAŞA
12. ET SUYU KAZANI
13. GÜVEÇ TENCERESİ
14. DÖKME DEMİR TENCERE
15. RENDE
16. NARENCİYE SIKACAĞI
17. HAVAN VE TOKMAK
18. ŞEF BIÇAĞI
    (ve SOYMA BIÇAĞI)
    (ve TIRTIKLI BIÇAK)
19. ÖLÇÜ KAPLARI ve KAŞIKLARI

EL ALTINDA SAKLANANLAR

20. MUTFAK TARTISI
21. ET TERMOMETRESİ
22. SALATA KURUTUCU
23. KARIŞTIRMA KABI
24. PİŞİRME KAĞIDI
25. MİKSER veya MUTFAK ROBOTU
26. MANDOLİN DİLİMLEYİCİ
27. KÜÇÜK RENDE

Kiler Temelleri

A. KOŞER veya İNCE DENİZ TUZU
B. KURUTULMUŞ ACI BİBER
C. DEFNE YAPRAĞI
D. SOYA SOSU
E. BAHARATLAR
F. KURUYEMİŞ ve KURU MEYVELER
G. ÇİKOLATA ve KAKAO
H. MAKARNA, PİRİNÇ ve HUBUBAT
İ. SIZMA ZEYTİNYAĞI ve NÖTRAL YAĞ
J. KONSERVE DOMATES
K. SOĞAN
L. TAZE OTLAR
M. KURU FASULYE
N. ZEYTİN ve KAPARİ
O. TON BALIĞI ve ANÇÜEZ
P. SARIMSAK
Q. LİMON ve LİME
R. KIRMIZI ŞARAP, BEYAZ ŞARAP, BALZAMİK ve PİRİNÇ ŞARABI SİRKESİ
S. KARABİBER
T. PUL TUZ
U. TEREYAĞI
V. PARMESAN PEYNİR
W. YUMURTA



TUZYAĞASİTISI için Övgüler

"Bu güzel, okuması kolay kitap size yemek pişirmeyi öğretmekle kalmayıp, aynı zamanda yemek yapmanın nasıl bir his olduğunu anlamanıza yardımcı olacak: Keşif, kendiliğindenlik ve neşe ile dolu bir kitap. Samin, tanıdığım en iyi öğretmenlerden biri; zaptedilmez coşkusu ve merakıyla gerçek – organik, mevsimlik ve canlı – yemekler pişirerek insanların kalbini kazanıyor."

—**Alice Waters**, *The Art of Simple Food* adlı *New York Times* çok satan kitabının yazarı

"Michael Pollan, ne yememiz gerektiğine dair o geniş ve karmaşık konuyu yalnızca yedi kelimeyle özetlediğinde herkes çok etkilenmişti: 'Yemek yiyin, fazla yemeyin, çoğunlukla sebze yiyin.' Samin Nosrat da nasıl yemek pişirmemiz gerektiği gibi geniş ve karmaşık bir konuyu dört kelimeyle özetlemeyi başardı: 'Tuz, Yağ, Asit, Isı.' Herkes çok etkilenecek."

—**Yotam Ottolenghi**, *Jerusalem* adlı *New York Times* çok satan kitabının yazarı

"*Tuz, Yağ, Asit, Isı* daha iyi bir aşçı olmak isteyen herkesin okuması gereken bir kitap. Samin Nosrat, Wendy MacNaughton'un eğlenceli çizimleriyle yemek pişirmenin temellerini öğretiyor ve yemeği lezzetli yapan dört unsuru inceliyor."

—**April Bloomfield**, James Beard Ödülü sahibi şef ve
A Girl and Her Pig adlı kitabın yazarı

"Samin Nosrat'ın mutfağından çıkan olağanüstü yemekler gibi *Tuz, Yağ, Asit, Isı* da en kaliteli malzemelerin mükemmel bir karışımından oluşuyor: Güzel anlatım, bilimsel yaklaşım, bulaşıcı bir yemek sevgisi ve Wendy MacNaughton'un güçlü sanatı."

—**Rebecca Skloot**, *The Immortal Life of Henrietta Lacks* adlı
New York Times çok satan kitabının yazarı

"*Tuz, Yağ, Asit, Isı,* son derece bilgilendirici olan yeni nesil bir mutfak kaynağı. Samin Nosrat'ın zengin tecrübeleri, bu kitapta çekicilik, anlatım, açık sözlülük, çizim ve ilhamın mükemmel bir karışımıyla bir araya geliyor; hem yeni hem de görmüş geçirmiş aşçılar için mutfağın her köşesinde doğru yolu gösteriyor."

—**Heidi Swanson**, *Super Natural Cooking* adlı *New York Times* çok satan kitabının yazarı

TUZ YAĞ ASİT ISI

İYİ YEMEK PİŞİRMENİN İNCELİKLERİ



SAMIN NOSRAT

WENDY MacNAUGHTON'un illüstrasyonları
ve MICHAEL POLLAN'ın önsözüyle

TUZ, YAĞ, ASİT, ISI

Kitabın orijinal adı: Salt, Fat, Acid, Heat: Mastering the Elements of Good Cooking

Text copyright © 2017 by Samin Nosrat
Illustrations copyright © 2017 by Wendy MacNaughton
All Rights Reserved.
Published by arrangement with the original publisher, Simon & Schuster, Inc.

Genel Yayın Yönetmeni: Prof. Dr. Ali Atıf Bir
Editörler: Ayşe Nur Buğalı, Celal Yağcı
Çevirmen: Özgü Çelik
Sayfa Tasarımı: Pınar Demirhan
Kapak Tasarımı: Müstesna Yaratıcı İş Fikirleri / Anıl Çezik

© 2018, bu kitabın Türkçe yayın hakları Akcalı Telif Hakları Ajansı aracılığıyla Aabir A. Ş.'ye aittir.

1. Baskı: The Kitap, Ekim 2018
6. Baskı: The Kitap, Kasım 2021
ISBN: 978-605-7950-06-2
Sertifika No: 47690

Optimum Basım Yayın San. ve Tic. A.Ş.
Dr. Ali Demir Cad. No: 51/1 Küçükçekmece/İstanbul
info@optimumbasim.com
Sertifika no: 41707

Aabir A. Ş.
Masaldan İş Merkezi F-4 Üsküdar/İstanbul
T: 0216 521 60 83
www.thekitapyayinlari.com
iletisim@thekitapyayinlari.com

Satış ve pazarlama talepleri için:
siparis@thekitapyayinlari.com | Tel.: 0216 521 60 12

The Kitap, Aabir A. Ş. yayın markasıdır.

Bana mutfağı veren Alice Waters ile
bana her şeyi veren Anneme.

Yemek yemeyi seven kişi, kısa sürede iyi yemek pişirmeyi öğrenebilir.
—Jane Grigson

İÇİNDEKİLER

Önsöz 1
Giriş 5
Bu Kitabı Nasıl Kullanmalı? 12

BİRİNCİ BÖLÜM
İyi Yemek Yapmanın Dört Unsuru



TUZ 16
YAĞ 56
ASİT 100
ISI 130

Ne Pişirmeli? 191

İKİNCİ BÖLÜM
Tarifler ve Öneriler

Mutfak Temelleri 204

Tarifler 214

- Salatalar 215
- Salata Sosları 238
- Sebzeler 254
- Et Suyu ve Çorbalar 270
- Bakliyat, Tahıl ve Makarnalar 280
- On Üç Tavuk Tarifi 316
- Et 344
- Soslar 356
- Tereyağı ve Unlu Hamurlar 383
- Tatlılar 400

Aşçılık Dersleri 426

Menü Önerileri 430

İlave Okumalar 434

Teşekkürler 435

Kaynakça 438

Dizin 441

Notlar 454

Yazar Hakkında 458



ÖNSÖZ

Bu satırları yazdığım sırada bu kitap henüz basılmadı bile. Buna karşın şimdiden vazgeçilmez bir kitap gibi geliyor.

Abarttığımı düşünebilirsiniz, biliyorum. Ne var ki, gerçek anlamda en son ne zaman bu kadar faydalı ve sıradışı bir yemek kitabı okuduğumu hatırlayamıyorum. *Tuz, Yağ, Asit, Isı*'yı okurken bir yemek kitabının sayfalarında gezinmekten ziyade; çok iyi bir aşçılık okulunda, üzerinizde önlükle mutfak tezgâhının önünde durmuş, zeki, konuşkan ve arada komik espriler yapan bir şefin, tutmayan mayonezi nasıl kurtaracağını dinlediğiniz hissine kapılabilirsiniz. (Birkaç damla su ekleyip "köpekbalığından kaçan bir yüzücünün hızıyla çırpın".) Şimdi tutmuş olan ipeksi karışımın bulunduğu kâse elden ele dolaşıyor; siz de tadım kaşığını içine daldırarak kıvamı dilinizde hissediyorsunuz. *Anlıyorum.*

Samin Nosrat, *Tuz, Yağ, Asit, Isı* okurunu, diğer yemek kitaplarının yapabildiğinden çok daha başarılı bir şekilde yemek pişirme sanatının derinliklerine götürüyor. Bunun sebebi, kitabının faydalı ama son derece sınırlı bir edebi tür olan yemek tariflerinden çok daha fazla şey sunmasından ileri geliyor. İyi yazılmış ve denenmiş bir tarif size söz konusu yemeğin nasıl üretileceğini anlatır. Ne var ki, nasıl yemek pişireceğinize dair pek bir şey öğretmez. Doğrusunu isterseniz, tarifler insanı köreltir: *Ne diyorsam, ne diyorlarsa aynısını yap, soru sorma ve o küçük kafanı sorularla yorma.* Sadakat ve inançta ısrar ederler ama bunları kazanmak veya açıklamak için hiçbir şey yapmazlar.

Bir öğretmenin talimatları adım adım sıralamak yerine, yalnızca bu talimatların esaslarını izah ettiği zaman nasıl daha çok şey öğrendiğimizi –ve öğrendiklerimizin ne kadar kalıcı olduğunu– düşünün. Mantığını öğrenir öğrenmez bir tarife can simidine sarılır gibi sarılmak zorunda kalmayız; bu şekilde tek başımıza yola çıkabilir ve doğaçlama yapmaya başlayabiliriz.

İçinde birçok enfes tarif bulundurmasına rağmen, bu kitap daha ziyade yemek esaslarıyla ilgilenen bir çalışma. Samin Nosrat, yemek pişirmek dediğimiz o geniş, zorlu, çok kültürlü konuyu ele alarak, gözü pek bir şekilde dört –tadımı da sayarsak beş– ana unsura indirgiyor. Bu esasları iyice öğrendiğiniz takdirde herhangi bir geleneğe ait ister salata

sosu ister ağır ateşte pişen yemek olsun, her türlü yemeği yapabileceğinizin sözünü veriyor. Yiyeceği uygun anda uygun miktarda tuzla çeşnilendirin; uygun bir süre boyunca uygun tipte ve miktarda ısı uygulayın. Bütün bunları yaparsanız, tarif olsa da olmasa da canlı ve güzel bir yemek elde edersiniz. Bu büyük bir vaat ama Samin'in yolundan giderseniz – yani kitabını okursanız – sonunda bunu size sağladığını görürsünüz. İster acemi aşçı olun ister tecrübeli, pişirdiğiniz her şeye çarpıcı yeni lezzet katmanları eklemeyi öğrenirsiniz.

• • •

San Francisco Körfez Bölgesi'nin en iyi mutfaklarından bazılarında yıllarca çalışarak derin tecrübeler edinmiş olan yetenekli aşçı Samin, aynı zamanda titiz, ilham veren ve beliğ bir öğretmen. Buna bizzat tanık oldum çünkü bir zamanlar yazarlık derslerime gelen bir öğrenciyken, daha sonra kitabım *Cooked* için araştırma yapmaya başladığımda bana aşçılık dersi vermeye başladı.

Tanışıklığımız ise bundan bir on yıl öncesine dayanıyor. Samin bana Berkeley'deki yemek gazeteciliği lisans dersime katılmak için seçmelere girmek istediğini belirten bir mektup yazmıştı. Onu kabul etmek sadece yazarlık profesörü olarak değil, aynı zamanda boğazına düşkün biri olarak verdiğim en iyi kararlardan biriydi. Samin, bu kitapta da sergilediği o hoş tarzı ve ayağı yere sağlam basan nesriyle sınıftaki diğer gazetecilerin yanındaki yerini korumakla kalmamış, aynı zamanda atıştırmalıklara geçtiğimizde hepimizi gölgede bırakmıştı.

Bu bir yemek sınıfı olduğu için, doğal olarak derslerde yemek yiyorduk. Her hafta sırayla "hikâyeli bir atıştırmalık" – yani geçmişimiz, projemiz veya tutkumuz ile ilgili küçük bir hikâye anlatan bir gıda maddesi veya yemek – getiriyorduk. Çöp tenekesinden araklanmış baget ekmekleri, toplanmış yabani mantarlar ve otlar ile her çeşit yöresel yiyecekleri atıştırırdık ama bir iki lokmadan fazla yemezdik. Samin ise bize etlisiyle sütlüsüyle tam bir yemek sunmuştu: Her şeyini kendi yaptığı mükellef ıspanaklı lazanyayı daha önce sınıfımın eşiğinden geçmemiş gerçek tabaklarda, peçete ve gümüş çatal bıçaklarla servis etti. Bizler hayatımızda tattığımız en lezzetli lazanyayı mideye indirirken, Samin bize Floransa'da bulunduğu sırada en çok etkilendiği öğretmenlerinden biri olan Benedetta Vitali'nin çıraklığını yaparken, unla yumurtaları eliyle karıştırarak makarna yapmayı öğrendiğini anlattı. Hem hikâyesi hem de lazanyası bizi büyülemişti.

Yıllar sonra yemek pişirme konusunda ciddileştiğimde kimden ders alacağım konusunda en ufak bir tereddüdüm olmadı. Samin de teklifimi hemen kabul etti. Böylece bir yıl

boyunca ayda bir kere, genellikle Pazar günleri öğleden sonra bana geldi ve her biri farklı bir temaya sahip üç tane yemek pişirdik. Samin market poşetleri, önlüğü ve bıçaklarıyla mutfağa dalarak, o günün dersinin genellikle bu kitapta yer alan esaslarla uyuşan temasını ilan ederdi. "Bugün emülsiyonlarla ilgili her şeyi öğreneceğiz." (Emülsiyonları "yağla su arasındaki geçici barış anlaşması" olarak tarif ederdi.) Samin, müfredatta et olduğu zaman genellikle dersten bir gece önce bana uğrayıp veyahut telefon edip, kırmızı veya beyaz eti uygun bir şekilde çeşnilendirmemi söylerdi, yani erkenden ve bolca: En az yirmi dört saat önceden ve kalp doktorlarının tavsiye ettiğinden beş kat kadar fazla tuzla.

Oturumlar birebir ders şeklinde başladı; Samin'le beraber tezgâhın başında hem yiyecekleri doğruyor hem de çene çalıyorduk ama zamanla karım Judith'le oğlum Isaac da mutfaktan yayılan koku ve kahkahalara kapılarak bize katılmaya başladı. Ortaya çıkardığımız lezzetli yemekleri daha geniş bir çevreyle paylaşmamaya gönlümüz razı olmayınca eşi dostu akşam yemeklerinde ağırlamaya başladık. Dostlarımız bu davetlere zamanla daha da erken gelip, tart hamuru açmamıza veya Isaac'ın yumurtalı amber sarısı hamur disklerini koyduğu makarna makinesinin kolunu çevirmemize yardım etmeye başladılar.

Samin'in tutkulu, esprili ve sabırlı ama özellikle en karmaşık işlemleri bile adımlara indirgeyerek hemen anlaşılır hâle getiren öğretme tarzı etkiliydi, çünkü bu adımların esaslarını açıklamayı asla ihmâl etmiyordu. Damarlara kadar nüfuz etsin diye eti yeterince erkenden tuzluyoruz. Tuz bu süre zarfında protein büklümlerini su tutan bir jöleye çeviriyor. Böylelikle et daha sulu olurken, içeriden dışarıya doğru lezzetli bir aroma kazanıyordu. Bu adımların her birinin ardında bir hikâye vardı ve bu hikâyeyi öğrendiğiniz anda her bir adım sizin için anlam kazanıyordu. Bu da nihayet sizin yemek pişirme becerinizin özüne yerleşiyor.



Fakat Samin öğrettiği teknikler konusunda ne kadar mantıklı, hatta bilimsel olsa da güzel yemek yapmanın tatmaya ve koklamaya – duyularımızı eğitip sonra da onlara güvenmeye –

dayandığına inanıyor. Soğan sotelemek kadar basit ve sıkıcı bir şey yapsam dahi bana daima "Tadına bak dur, sonra yeniden tadına bak," derdi. Lâkin o tavada soğan küplerinin kıtır kıtır asidik özelliklerini kaybederek berrak ve tatlı, ardından da karamelleşerek hafif tütsülü ve nihayet kahverengiye dönerek hafif yanık bir özellik kazanışları karmaşık bir hadiseydi. Bana bu mütevazi malzemeden nasıl bir düzine farklı tat elde edileceğini gösterdi. Hepsi dördüncü esasa, yani ısıyı ve duyularınızı nasıl kullandığınıza bağlı çünkü soğanın değişimindeki her aşama kendine özgü ve öğrenilebilir aromasını taşıyor. Hangi tarif bunu öğretir? Samin'in başka bir öğretmeninden işitip her zaman tekrar ettiği gibi, "Yemeğe tadını veren tarif değil, pişirendir."

Bu kitabın en sevdiğim yanı ise, Samin'in (Wendy MacNaughton'un aynı derecede yaratıcı ve bilgilendirici çizimlerinin yardımıyla) yemek yapma tutkusunu ve bu konudaki bilgi, beceri ve tecrübesini kâğıda aktarmayı başarmış olmasıdır. Sonuçta, eşit ölçüde bilgilendiren ve zevk veren (okuması kesinlikle zor olmayan) ve yakında vazgeçilmez yemek kitaplarının alçak raflarındaki yerini alacağını tahmin ettiğim bir kitap ortaya çıkmış. Sizin de kitaplığınızda yer açmanızı tavsiye ederim.

—Michael Pollan



GİRİŞ

Herkes her şeyi pişirebilir ve lezzetli yapabilir.

Elinize hiç bıçak almamış da olsanız, başarılı bir şef de olsanız, yiyeceğinizin tadını belirleyen yalnızca dört temel etken vardır: Tadı arttıran tuz; tadı kuvvetlendiren ve cazip kıvamlara imkân veren yağ; canlılık ve denge katan asit; nihayet yiyeceğin kıvamını belirleyen ısı. Tuz, Yağ, Asit ve Isı, yemek pişirmeye çıkan dört ana istikamettir ve bu kitap, mutfakta yolunuzu bulmak için onları nasıl kullanacağınızı anlatıyor.

Hiç tarifsiz kendinizi çaresiz hissettiğiniz veya bazı aşçıların yoktan (veya boş bir buzdolabından) bir yemek ortaya çıkarmalarını kıskandığınız oldu mu? *Tuz, Yağ, Asit ve Isı;* hangi malzemeleri seçeceğiniz, bunları nasıl pişireceğiniz ve neden son dakika ayarlamalarının, yiyeceğin tam olması gerektiği gibi bir lezzet taşımasını sağlayacağı gibi konularda size rehber olacak. İster ödüllü şefler olsun, ister Faslı babaanneler veya moleküler gastronominin ustaları, *bütün* iyi aşçıların tutarlı bir şekilde lezzetli yemek pişirmelerinin sırrı bu dört unsurdur. Bunlara hâkim olursanız siz de lezzetli yemek pişirebilirsiniz.

Tuz, Yağ, Asit ve Isı'nın sırlarını keşfederken mutfakta giderek daha yaratıcı olduğunuzu göreceksiniz. Tüm o tariflerden ve sıkı alışveriş listelerinden kurtulduğunuzda, semt pazarında veya kasabın tezgâhında size en iyi görüneni alırken rahat, aldıklarınızı dengeli bir öğün hâline getirirken de kendinizden emin olacaksınız. Kendi damağınıza güvenecek, tariflerde değişiklik yapacak ve elinizde bulunanlarla yemek pişirebilecek kadar donanımlı olacaksınız. Bu kitaptakiler de dâhil olmak üzere yemek tariflerini harfi harfine uygulamak yerine, artık usta aşçılar gibi yalnızca sundukları ilham, içerik ve genel kılavuzluk için kullanmaya başlayacaksınız.

Bunun olabileceğine sizi temin ederim. Sadece iyi değil, müthiş bir aşçı olabilirsiniz. Bunu kendimden biliyorum.

Bütün hayatımı lezzet peşinde geçirdim.

Çocukken, yalnızca annem beni ve erkek kardeşlerimi çiğ baklaların kabuğunu soymakla veya her gece bize sunduğu geleneksel İran yemekleri için taze ot toplamakla görevlendirdiğinde mutfağa girerdim. Ailem 1979'da ben doğmadan kısa bir süre önce, İran Devrimi'nin hemen arifesinde Tahran'dan San Diego'ya göç etti. Farsça konuşarak yetiştim; evimizde yeni yıl Nevruz zamanı kutlanırdı; okumayı da İran'da öğrendim. Ancak, kültürümüzün en güzel yanı mutfağıydı - bizi bir araya getiren yemeklerimizdi. Teyze ve halalarımızın, amca ve dayılarımızın veya büyükanne ve büyükbabalarımızın bize katılmadığı bir sofrada yemek yediğimiz akşamlar sayılıydı. Bu sofralarda ot yığılı tabaklar, safranlı pilav tabakları ve mis kokulu yemek tencereleri olurdu. Annemin yaptığı her İran pilavının (*tahdig*) altın sarısı dibinin en kararmış, en kıtır parçalarını kapan daima ben olurdum.

Yemek yemeyi çok sevsem de bir şef olacağımı hiç düşünmezdim. Liseden edebiyat tutkusuyla mezun oldum ve UC Berkeley'de İngiliz Edebiyatı okumak üzere kuzeye taşındım. Birinci sınıfın başlarında birinin şehirdeki meşhur bir restorandan bahsettiğini hatırlıyorum ama gidip orada yemek yemek hiç aklıma gelmedi. Benim yemek yediğim yegâne yerlar arasında, ailemin her hafta sonu onca yolu aşıp gittiği Orange County'deki İran kebapçıları, mahalledeki pizza restoranı ve sahildeki balık taco satıcılarının masaları yer alıyordu. San Diego'da meşhur restoranlar yoktu.

Sonra beni memleketi San Francisco'nun lezzetleriyle tanıştıran, al yanaklı, gözleri ışıl ışıl parlayan şair Johnny'ye âşık oldum. Beni en sevdiği taco restoranına (*taqueria*) götürüp, mükemmel Mission burrito siparişini nasıl vereceğimi öğretti. Mitchell's'de birlikte bebek hindistancevizli ve mangolu dondurmadan tattık. Gece geç vakit Golden Boy Pizza dilimlerimizi yerken, göz kırpan şehir ışıklarını izlemeye Coit Kulesi'ne giderdik. Johnny, her daim Chez Panisse'de yemek yemek istemiş ama hiç fırsat bulamamıştı. Bir zamanlar adını işitmiş olduğum o ünlü restoranın bir Amerikan enstitüsü olduğunu öğrendim. Bir masa ayırtmak için yedi ay para biriktirdikten sonra labirent gibi bir rezervasyon sisteminde yolumuzu bulabildik.

O gün nihayet geldiğinde bankaya gidip bir ayakkabı kutusu çeyrekliği ve dolar banknotlarını gıcır gıcır iki yüz dolarlık banknot ile iki yirmiliğe çevirttik. Sonra en güzel kıyafetlerimizi giyerek Johnny'nin klasik üstü açık VW Beetle'ıyla restorana gittik.

Yemek elbette olağanüstüydü. *Frisée aux Lardons* (pastırmalı salata), pisi balığı çorbası ve mini horoz mantarlı Afrika tavuğu yedik. Daha önce bunların hiçbirini yememiştim.

Tatlı olarak çikolotalı sufle istedik. Garson bize tatlıyı getirdiğinde bana tatlı kaşığıyla tepesine bir delik açmayı, sonra da içine yanındaki ahududu sosunu dökmeyi gösterdi.

İlk lokmayı ağzıma atışımı izleyen garsona, kendimden geçmiş vaziyette tadının sıcak bir çikolata bulutuna benzediğini söyledim. Bu tada katmayı düşünebileceğim tek şey bir bardak soğuk süttü.

Lüks yemek konusunda tecrübesiz olduğumdan dolayıdır ki birçok gurme için kahvaltıdan sonra süt tüketmenin, en hafif deyimle çocukça en ağırıyla ise mide bulandırıcı olduğunu bilmiyordum.

Ama o zamanlar saftım – gerçi hâlâ gece veya gündüz, günün herhangi bir saatinde sıcak brownie ile bir bardak soğuk süt gibisi olmadığını iddia ediyorum – ama o saflığımda garson bir tatlılık gördü. Birkaç dakika sonra suflemizin *zarif* eşlikçisi olarak bir bardak soğuk süt ve iki kadeh tatlı şarabıyla geri geldi.

Profesyonel mutfak eğitimim işte böyle başladı.

Kısa bir süre sonra rüya gibi yemeğimiz hakkında Chez Panisse'in efsanevi sahibi ve şefi Alice Waters'a bir mektup yazdım. O heyecanla, restoranda komilik yapmak istediğimi söyledim. Daha önce bir restoranda çalışmayı hiç düşünmemiştim ama o gece Chez Panisse'de tecrübe ettiğim sihre, en ufak şekilde de olsa ortak olmak istedim.

Özgeçmişimle beraber mektubu restorana götürdüğümde beni bir ofise götürüp kat müdürüyle tanıştırdılar. Birbirimizi hemen tanıdık: Bize süt ve tatlı şarabını getiren kadındı. Mektubumu okuduktan sonra beni hemen işe aldı. Ertesi gün eğitim mesaisine gelmemi istedi.

O mesai sırasında beni alt kattaki yemek odasının mutfağına götürdüler. Orada ilk görevim yerleri süpürmekti. Parlayan bakır duvarların diplerine dizili sepet sepet olgun incirlerle dolu mutfağın güzelliği beni son derece etkilemişti. Bembeyaz şef önlükleri içinde zarafet ve beceriyle çalışan aşçıları görür görmez büyülenmiştim.

Birkaç hafta içinde, mutfakta gönüllü çalışmama izin vermeleri için şeflere yalvarır olmuştum.

Yemek pişirmeye ilgimin ciddi olduğuna şefleri ikna edince, komi garsonluk görevimi bırakarak mutfakta çırak oldum. Bütün gün yemek pişiriyor; geceleri yemek kitapları okuyarak uykuya dalıyor; rüyamda Marcella Hazan'ın Bolonez sosunu ve Paula Wolfert'in elle yuvarlanmış kuskusunu görüyordum.



Chez Panisse'deki menü günlük olarak değiştiği için, her mutfak mesaisi bir menü toplantısıyla başlıyordu. Aşçılar şefle otururken ve diğer herkes bezelye ayıklar veya sarımsak soyarken, şef her yemek için tasavvurunu anlatıyordu. Yemek için neyden esinlendiğinden bahsedebilirdi – bu İspanya sahillerine bir seyahat veya yıllar önce *New Yorker*'da okuduğu bir haber olabilirdi. Her aşçıyı bir yemekle görevlendirmeden önce birkaç ayrıntı bile ekleyebilirdi; kullanılacak belli bir ot türü, havuçların doğranma şekli, bir kâğıt parçasına çizilen tabağın son hâli gibi.

Bir yamak olarak, menü toplantılarında bulunmak benim için aynı ölçüde ilham ve dehşet vericiydi. *Gourmet* dergisi daha yeni Chez Panisse'i ülkenin en iyi restoranı ilan etmişti ve etrafım dünyanın en iyi aşçılarıyla çevriliydi. Sırf onların yiyecekler hakkındaki konuşmalarını dinlemek bile aşırı derecede eğiticiydi. *Daube provençal*, *Moroccan tagine*, *calçots con romesco*, *cassoulet toulousain*, *abbacchio alla romana*, *maiale al latte*: Bunlar yabancı bir dilin kelimeleriydiler. Yemeklerin adları bile başımı döndürmeye yeterken, aşçılar nadiren yemek kitaplarına başvuruyorlardı. Şefin hayal ettiği her şeyi pişirmeyi nereden biliyorlardı?

Onlara hiç yetişemeyecekmişim gibi geliyordu. Mutfağın etiketsiz kavanozlarındaki baharatları tanıyabileceğim günün geleceğine inanmak güçtü. Daha kimyonu rezene tohumundan ayıramazken, Provans usulü *boullabaise* ile Toskana usulü *cacciuco* (birbirine çok benzeyen iki Akdeniz usulü deniz mahsulü yemeği) arasındaki küçük farkları anlayabilecek seviyeye gelmek ise imkânsız görünüyordu.

Her gün, herkese sorular soruyordum. Okuyor, yemek yapıyor, tadıyor, ayrıca yemek hakkında yazıyordum. Çiftçileri ve semt pazarlarını ziyaret ederek ürünlerini yakından tanıyordum. Şefler yavaş yavaş bana, birinci yemek için küçük, parlak hamsileri kızartmak, ikincisi için ravioli kapatmak, üçüncüsü için et kesmek gibi daha büyük sorumluluklar vermeye başladı. Sayısız hatalar yaparken bu heyecanlar beni ayakta tutuyordu. Hatalarımın bazıları küçüktü. Mesela kişniş almaya gidip maydanoz getirmek gibi. Çünkü aralarındaki farkı bilmiyordum. Bazı hatalarım ise büyüktü. Mesela bir gün First Lady'yi ağırladığımız bir akşam yemeği için hazırladığımız bol malzemeli bir et sosunu yakmıştım.

Kendimi geliştirdikçe, iyi yemek ile harika yemek arasındaki ince farkları anlamaya başladım. Bir yemekteki malzemeleri tek tek ayırt etmeyi; makarnanın sosunun değil de suyunun ne zaman biraz daha tuz istediğini; lezzetli, tatlı bir kuzu güveci dengelemek için otlu salsa sosuna ne zaman biraz daha sirke eklemek gerektiğini öğreniyordum. Günlük olarak değişen, mevsim menülerinin içine girilmez gibi görünen labirentinde bazı temel kalıplar görmeye başladım. Zor kesilen etler bir gece önceden tuzlanıyor, narin balık etleri

ise pişirme zamanı çeşnilendiriliyordu. Kızartma yağının sıcak olması gerekiyordu. Aksi takdirde kızartılan yiyecek sulu kalırdı. Tartın kabuğunun kıtır kıtır ve katmerli olması için ise, kullanılacak tereyağının soğuk kalması gerekiyordu. Birkaç damla limon veya biraz sirke, salata, çorba veya sulu yemeğin tamamını güzelleştirebilirdi. Bazı etler daima ızgara yapılırken, bazıları ise daima kısık ateşte ağır ağır pişirilirdi.

Tuz, Yağ, Asit ve Isı; tüm yemeklerde, ne olursa olsun alınan temel kararlara rehberlik eden dört unsurdu. Gerisi kültürel, mevsimsel ve teknik ayrıntıların bir karışımından ibaretti. Bunlar için yemek kitaplarına, ustalara, tarihlere ve haritalara başvurabilirdik. Bu konuda aydınlanmıştım.

Sürekli harika yemek yapmak, benim için sırrına erilmez bir hikmet gibiydi. Ne var ki, artık her mutfağa girdiğimde kafamda üzerine düşüneceğim küçük bir liste vardı: Tuz, Yağ, Asit, Isı. Bu teoriden restorandaki bir şefe bahsettim. Bana, "E, bunu herkes bilir," der gibi gülümsedi.

Ne var ki, bunu *herkes* bilmiyordu. Bunu ne bir yerde işitmiş ne de okumuştum. Kimsenin de bana bu fikri açıkça anlatmadığına emindim. Bunu kavrayıp, profesyonel bir şefe onaylattıktan sonra, yemek pişirmeyi öğrenmekle ilgilenen insanlar için kimsenin bunları bu şekilde ortaya koymamış olması bana anlaşılmaz geldi. Böylece, yaşadığım aydınlanmayı amatör aşçılara izah etme amacıyla bir kitap yazmaya karar verdim.

Elime bir not defteri alıp yazmaya başladım. Tam on yedi sene önceydi. Yirmi yaşındaydım ve henüz bir senedir yemek pişirmeyle ilgileniyordum. Çok geçmeden, bir başkasına talimat verebilmek için hem yemek yapmakla ilgili hem de yazmakla ilgili pek çok şey öğrenmem gerektiğinin farkına vardım. Kitap fikrini bir kenara bıraktım. Okumaya, yazmaya, yemek yapmaya devam ederken öğrendiğim her şeyi, yeni benimsediğim Tuz, Yağ, Asit ve Isı anlayışının süzgecinden geçirerek derli toplu bir aşçılık düşünce sistemine dâhil ettim.

İlk kaynakları arayan bir bilim insanı gibi, Chez Panisse'de o çok sevdiğim yemeklerin asıllarını tecrübe etme arzusu beni İtalya'ya götürdü. Floransa'da Toskanalı çığır açan şef Benedetta Vitali için restoranı Zibibbo'da çıraklık yaptım. Başlangıçta, sıcaklıkların santigratla ölçüldüğü ve metrik ölçü sisteminin kullanıldığı, dilini çok az bildiğim bir ülkede, yabancı bir mutfakta çalışmak çok zor geldi. Fakat Tuz, Yağ, Asit ve Isı hakkındaki anlayışım çabucak bana yön gösterdi. Bütün ayrıntıları bilmesem dahi, Benedetta'nın bana *ragù* (hamur işleriyle servis edilen et bazlı sos) için et kızartmayı, soteleme için zeytinyağını ısıtmayı, makarna suyuna tuz ve karabiber eklemeyi ve baskın tatlar için dengeleyici olarak limon suyu kullanmayı öğretişi, aklıma Kaliforniya'da öğrendiklerimi getirdi.

İzin günlerimi Chianti tepelerinde, sağlam karakterli ve yürekli olan sekizinci nesil aşçı Dario Cecchini'yle beraber geçirdim. Dario, bana kasaplığı ve bir o kadar gayretle Toskana mutfağı mirasını öğreterek beni kanatlarının altına aldı. Çiftçilerle, şarap tüccarlarıyla, fırıncılarla ve peynir üreticileriyle tanışmamı sağladı. Onlardan coğrafya, mevsimler ve tarihin yüzyıllar içinde Toskana yemek pişirme felsefesini nasıl şekillendirdiğini öğrendim: Mütevazi ama taze malzemeler, özenle muamele edildiğinde en esaslı lezzetleri ortaya çıkarabilirmiş.

Lezzet arayışım beni dünya seyahatime teşvike devam etti. Merakımın yönlendirmesiyle yolum Çin'deki en eski turşucudan geçti; Pakistan'daki mercimek yemekleri arasındaki ufak yöresel farkları gözlemledim; karmaşık bir siyasi geçmişin malzemelere erişimi kısıtlamak suretiyle Küba mutfağındaki lezzetleri nasıl zayıflatmış olduğunu tecrübe ettim; Meksika tortilla'larındaki aile miraslarını karşılaştırdım. Seyahat edemediğim zamanlarda bol bol okudum, göçmen büyükannelerle görüştüm ve onların geleneksel yemeklerini tattım. Şartlar ne olursa olsun ve nerede olursam olayım; Tuz, Yağ, Asit ve Isı unsurları, tıpkı pusulanın üzerindeki göstergeler gibi her mutfağa girişimde beni güzel yemeğe giden yola saptırdı.

• • •

Berkeley'ye dönüp Chez Panisse'deki akıl hocam ve kendi İtalyan restoranı Eccolo'yu henüz açmış olan Christopher Lee için çalışmaya başladım. Kısa sürede aşçı başı (*chef de cuisine*) rolünü üstlendim. Bir malzemenin veya yiyeceğin tepkilerini tam olarak öğrenmeyi, sonrasında bunların *neden*ini anlamak için mutfak ilminin kırıntılarını takip etmeyi kendime görev edindim. Altımda çalışan aşçılara sadece "her şeyi tadın" demek yerine, onlara *nasıl* gerçek anlamda daha iyi kararlar alacaklarını öğrettim. Tuz, Yağ, Asit ve Isı teorimi keşfettikten on yıl sonra, kendi genç aşçılarıma sistemi öğretmeye yetecek bilgiyi toplamış bulunuyordum.

Gazetecilik hocam Michael Pollan, yemek pişirmenin doğal tarihi hakkındaki kitabı *Cooked*'u yazarken bana yemek pişirme konusunda danışmak istediğinde; önceden Tuz, Yağ, Asit ve Isı derslerinin profesyonel aşçılar için ne kadar faydalı olduğunu gördüğüm için bunları konu başlıkları olarak kullanmaya karar verdim. Michael, iyi yemeğin dört ana unsuru konusundaki takıntımı çabucak fark ederek, ders programını resmileştirip başkalarına da öğretmem için beni teşvik etti. Ben de öyle yaptım. Sistemi aşçılık okulları, huzurevleri, ortaokullar ve halkevlerinde öğrettim. Yaptığımız yemekler ister Meksika ister İtalyan ister Fransız ister İran ister Hint ister Japon geleneğinden esinlenilmiş olsun, istisnasız bütün öğrencilerimin kendilerine güven kazanarak, lezzete öncelik vererek ve

mutfakta daha iyi kararlar almayı öğrenerek, yaptıkları yemeklerin tümünün kalitesini geliştirdiklerini gördüm.

Bu kitap fikrinin doğmasından on beş yıl sonra ciddi olarak yazmaya başladım. Tuz, Yağ, Asit ve Isı derslerine daldıktan ve yıllarca bu dersleri başkalarına öğrettikten sonra, iyi yemek pişirme unsurlarının özünü çıkardım. Tuz, Yağ, Asit ve Isı'yı nasıl kullanacağınızı öğrenirseniz, her şeyin tadını güzelleştirebilirsiniz. Okumaya devam edin; size her şeyi anlatacağım.

BU KİTABI NASIL KULLANMALI?

Bunun tipik yemek kitaplarına benzemediğini çoktan anlamış olmanız lazım.

Kitabı baştan sona okumakla başlamanızı öneririm. Tekniklere, bilime ve hikâyelere dikkat edin; ama bunların hepsini hafızanıza yerleştirmek için kendinizi zorlamayın. *Sizinle* ilgili konuları daha sonra yeniden okuyun. Mutfakta yeni olan okurlar, temel konuları hemen kapacaklardır – her unsur kendi lezzet ve ilmine göre hazırlanıp, size iyi yemek yapmanın *niçin* ve *nasıl*larını öğrenmede yol gösterir. Daha tecrübeli aşçılar ise, kitapta gizlenmiş, *aha! dedirten* mücevherleri bulacak, hatta zaten bildikleri incelikleri yeni bir gözle görecekler.

Her bölümde birçok mutfak deneyi öneriyorum – temel olarak, bazı ana konuları örnekleyen ve size teoriyi pratiğe dökme şansı veren tarifler.

Ayrıca, kitabın sonunda Tuz, Yağ, Asit ve Isı'yı kavramanın sizi ne kadar ileri taşıyacağını göstermek için bir tarif bibliyografyası derledim. Zamanla, her gün tarif *olmaksızın* rahatça yemek pişirebilecek hâle geleceksiniz. Öte yandan, sezgilerle yemek yapmayı öğrenirken tarifler gerekli ve sakinleştirici olabilir; tıpkı bisikletin yardımcı tekerleri gibi.

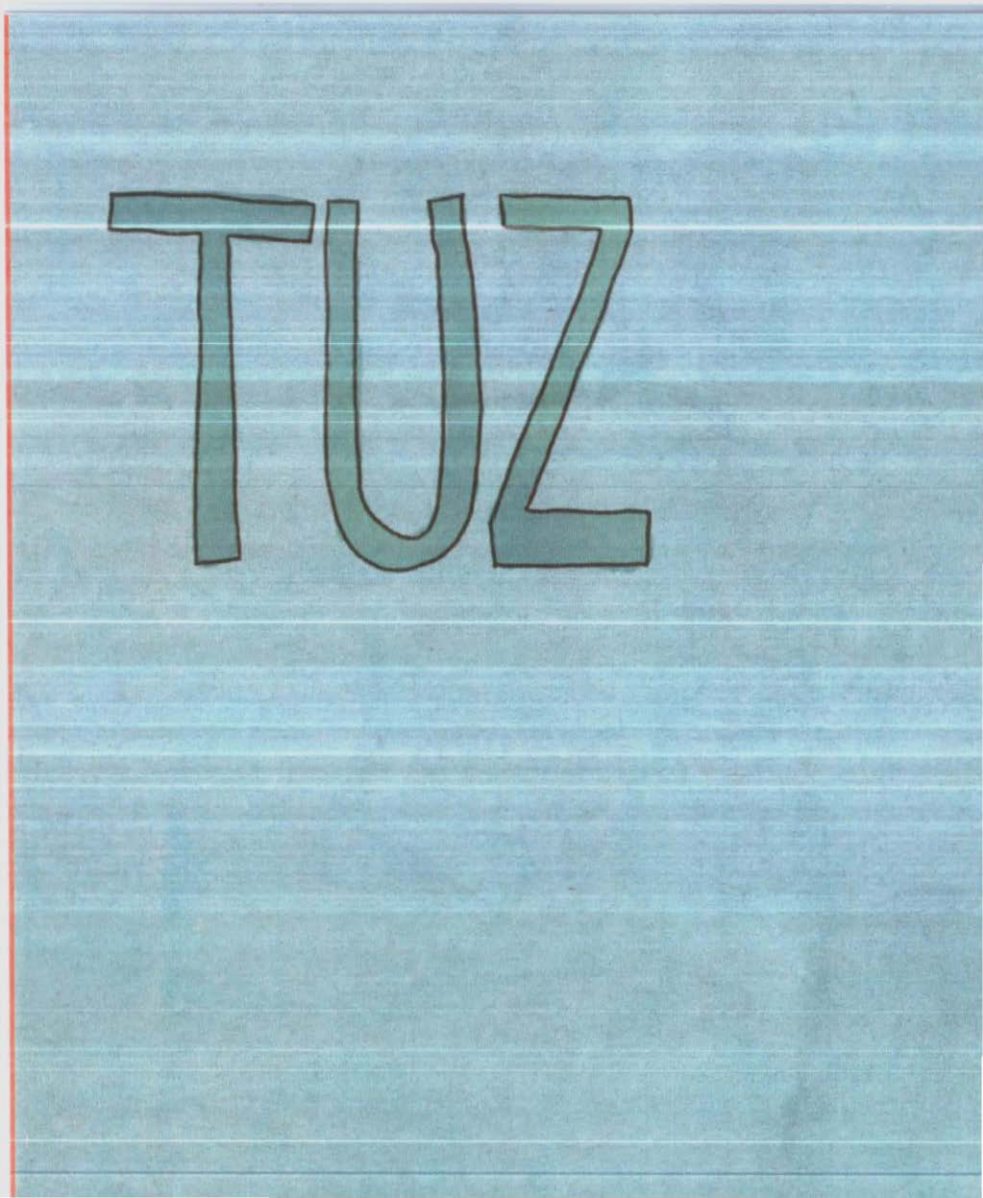
İyi yemek yapma konusunda yol gösterecek örneklerin altını çizmek açısından, tarif bölümünü bir öğündeki belli bir yemeğe göre değil yemeğin çeşidine göre düzenledim. Zekâsına ve nüktedanlığına hayranlık duyduğum çizer Wendy MacNaughton'un yardımıyla sözcüklerin yeterli gelmediği kavramları aktarmak için birçok görsel rehber meydana getirdim. Bu kitabı fotoğraflardan ziyade çizimlerle süsleme seçimi bilinçli yapıldı. Bu sizi her yemeğin sadece bir mükemmel versiyonu olduğu duygusundan korusun. Yaratıcı olmaya ve iyi yemeğin nasıl görüneceğine kendi tarzınızda karar vermeye teşvik etsin.

Eğer kitabı okuduktan sonra dosdoğru tariflere geçmek zor gelirse, **Aşçılık Dersleri**'ne bakın; bu bölüm sizin belli becerileri geliştirmenize ve belli bazı tekniklerde ustalaşmanıza yardımcı olacak tariflere yönlendirecektir. Bir menü oluşturmak için yemekleri nasıl bir araya getireceğiniz konusunda kendinize güvenmiyorsanız, **Menü Önerileri'**ni rehber edinin.

Son olarak, eğlenmeyi ihmal etmeyin. Sevdiklerinizle birlikte yemek pişirme ve yemeye özgü büyük veya küçük her türlü zevkin tadını çıkarmayı unutmayın!

BİRİNCİ BÖLÜM

İYİ YEMEK YAPMANIN DÖRT UNSURU


TUZ

Çocukluk çağlarımda tuzun sofradaki tuzluk dışında başka hiçbir yere ait olmadığını düşünürdüm. Yemeklere asla tuz eklemezdim; annemin eklediğini de görmedim. Tuzu çok seven teyzem Ziba, her akşam sofrada safranlı pilavına tuz eklediğinde kardeşlerimle beraber gülerdik. Bunun dünyanın en garip, en komik şeyi olduğunu düşünürdük. Kendi kendime, "Yemekte tuzun ne işi var?" diye düşünürdüm.

Ben tuzu plajla özdeşleştiririm, çünkü çocukluğum deniz tuzuyla çeşnilenerek geçmiştir. Pasifik okyanusunda saatlerce yüzerken dalgaları hesaplayamadığımda ağzıma dolan okyanus suyunu yutar dururdum. Gün batımında dalga havuzu oyunu oynarken, arkadaşlarımla çoğunlukla denizşakayıklarını dürttüğümüz sırada tuzlu su serpintilerine kurban giderdik. Kumsalda beni dev yosunlarla kovalayan erkek kardeşlerime yakalandığımda, bana tuzlu, garip püsküllerle gıdıklama yoluyla işkence ederlerdi.

Annem mayolarımızı daima mavi Volvo kamyonetimizin arkasında tutardı çünkü denizden hiç çıkmaz istemezdik. Üçümüzü denize gönderirken, el çabukluğuyla şemsiyeyi ve havluları da yerleştirirdi.

Açlıktan midemiz kazınana kadar suda kalır, bize annemin yerini belirten tek işaret olan güneşten solmuş mercan rengi-beyaz şemsiyeyi görmek için plajı tarardık. Gözlerimizdeki tuzu silerken, en kestirme yoldan geri dönerdik.

Annem nasıl oluyorsa, biz sudan çıkınca en lezzetli gelecek yiyeceği daima bilirdi: Lavaş ekmeğine sarılı keçi peynir ve salatalık. Keçi peynirli salatalık dürümünün arkasından susuzluğumuzu bastırmak için ise, birer avuç buz gibi üzüm veya birer dilim karpuz çok iyi giderdi.

Buklelerimden deniz suyu süzülürken, cildimde tuz tabakası oluşurken yediğim o atıştırmalık, her zaman çok lezzetli gelirdi. Şüphesiz, plajın güzellikleri bu tecrübenin büyüsüne katkıda bulunurdu fakat o lokmaların aşçı bakış açısından neden o kadar harika olduklarını ancak yıllar sonra Chez Panisse'de çalışmaya başlayınca anladım.

Chez Panisse'de çalıştığım ilk sene masalar arasında komilik yaparken yemeğe en yakın olduğum zamanlar, aşçıların her yemeği servis etmeden önce şefin değerlendirmesine sundukları tadımlardı. Her gün değişen menü, şefin tadımlarla aklındaki yemeğin yapıldığından emin olmasını gerektiriyordu. Her şeyin yerinde ve doğru yapılmış olması lazımdı. Aşçılar tatmin olana kadar değişiklikler ve düzenlemeler yaparlardı; sonra da yemekleri tatmaları için kat personeline verirlerdi. Mini minnacık arka verandamızda bir düzine personel toplanır, yemeklerin hepsini elden ele geçirerek tatlarına bakardı. İlk defa orada kızarmış gevrek bıldırcın, incir yaprağında ızgara yapılmış yumuşak somon, güzel kokulu yaban çilekli panna cotta yedim. Güçlü aromalar genellikle mesaim boyunca aklımdan çıkmazdı.

Aşçılıkla ilgili arzular edinmeye başladıktan sonra sonunda beni kanatları altına alan şef Chris Lee, tadımlar sırasında verandada olanları boş verip, daha çok mutfakta olup bitenlerle ilgilenmemi söyledi. Şeflerin kullandığı dil, bir şeyin doğru olduğunu nasıl anladıkları gibi detaylar, nasıl daha iyi bir aşçı olunacağına dair ipuçlarıydı. Bir yemek güzel olmamışsa, çözüm ekseriya tuz ayarında yatıyordu. Bazen tuz kristalleri, bazen rendelenmiş peynir, bazen de hamsi ezme, birkaç zeytin veyahut kapariyle bütün sorun çözülüyordu. Mutfakta dikkatli tadımdan daha iyi bir rehber olmadığını; dikkatli tadımın her şeyden çok tuz için önemli olduğunu anlamaya başladım.

Ertesi yıl bir gün hazırlık mutfağında genç bir aşçı olarak bana polenta yapma görevi verildi. Chez Panisse'e gelmeden önce sadece bir kere polenta'nın tadına bakmıştım ve pek sevmemiştim. Önceden pişirilip kurabiye hamuru gibi naylona sarılmıştı ve tatsızdı. Fakat restoranda her şeyi hiç olmazsa bir defa deneyeceğime kendi kendime söz vermiştim ve polenta'yı ikinci kez tattığımda böyle krema gibi ve kompleks bir şeyin o tatsız astronot yiyeceğiyle aynı adı taşıdığına inanamamıştım. Organik mısırlardan öğütülerek yapılan unun kullanıldığı Chez Panisse'deki polenta, tatlı, toprağı andıran bir tat taşıyordu. Ben de polenta yapmak için sabırsızlanıyordum.

Şef Cal Peternell, bana polenta yapmanın adımlarını anlattıktan sonra ben de pişirmeye başladım. Dibi tutmasın diye – bu başka aşçılarda gördüğüm bir hataydı – devasa tencereyi deli gibi karıştırdım.

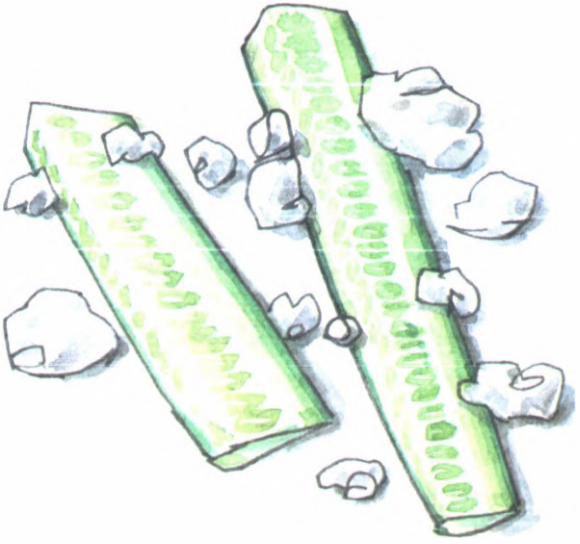
Bir buçuk saat sonra, tıpkı Cal'ın tarif ettiği gibi tereyağıyla parmesanı ekledim. Ona tatması için bir kaşık lapa götürdüm. 1,90 metreyi aşan boyu, saman sarısı saçları ve ince esprileriyle Cal iyi huylu bir devdir. Beklenti ve huşu içinde ona baktım. Kendine has duygusuzluğuyla, "Biraz daha tuz lazım," dedi. Ben görev bilinci içinde tencereye geri dönüp bir çimdik tuz daha serptim. Tuz zerrelerine altın yapraklarıymış gibi son derece itinayla muamele ediyordum. Tadı bana gayet iyi geldi, böylece Cal'a bir kaşık daha götürdüm.

O yine bir saniyelik bir değerlendirmenin ardından çeşninin eksik olduğunu anladı. Ama bu sefer – zaman ve zahmetten tasarruf için olacak – benimle birlikte tencereye gidip bir değil, üç koca avuç dolusu koşer tuzu ilave etti.

İçimdeki mükemmeliyetçi dehşete düşmüştü. O polenta'ya hakkını vermeyi çok istemiştim! Halbuki üç avuç eksiğim vardı. Üç *avuç*!

Cal kaşık getirdi ve birlikte yemeğin tadına baktık. Tarifsiz bir değişim meydana gelmişti. Mısır daha tatlı, tereyağı daha lezzetliydi. Bütün lezzetler ortaya çıkmıştı. Halbuki Cal'ın polenta'mı şapa çevirdiğini düşünmüştüm; ama ne kadar uğraşsam da *tuzlu* kelimesi bu tattığım şeye uymuyordu işte. Her lokmada tatminkâr bir *işte bu!* hissine kapılmıştım.

Yıldırım çarpmışa dönmüştüm. Tuzun, karabiberin yardımcısı olmaktan daha büyük bir anlam taşıdığını daha önce anlayamamıştım. Ama tuzun dönüştürme gücünü bizzat tecrübe ettikten sonra her pişirdiğim yemekte o *işte bu!* etkisini elde etmek istiyordum. Küçükken yemeyi sevdiğim yemekleri düşündüm – özellikle de plajda yediğimiz o salatalık ve keçi peynirli lavaşı. O zaman bunların neden o kadar lezzetli geldiklerini anladım. Hepsinin tuzu yerindeydi.



TUZ NEDİR?

O *işte bu!* etkisinin sırrı, temel kimyayla açıklanabilir. Tuz bir mineraldir: Sodyum klorür. Bizi yaşatan onlarca temel besinden biridir. İnsan vücudu fazla tuz depolayamaz. Bu nedenle, tansiyonu dengede tutmak, suyun vücutta dağılımını ve besinlerin hücrelere giriş çıkışlarını sağlamak, sinir aktarımı ve kas hareketi gibi temel biyolojik işlemleri gerçekleştirebilmek için tuzu düzenli olarak tüketmemiz gerekir. Aslında yeterince tuz alabilmemiz için canımız tuz çekecek şekilde ayarlanmışızdır. Bunun neticesinde ortaya çıkan lezzetli tat da cabası. Dolayısıyla, yemeğe tuz eklemek pek de sıkıcı bir iş değildir. Hatta yemeğin aromasını arttırırken, yemek yerken aldığımız zevki de arttırır.

Bütün tuzlar okyanustan gelir; ister Atlantik okyanusu olsun isterse dünyanın en büyük tuz tuzlası olan Bolivya'daki muazzam tarihöncesi Minchin Gölü olsun; deniz suyu buharlaştığında geride kalan tuz *deniz tuzu*dur; *kaya tuzu* ise çok eski göl ve denizlerden çıkarılır. Bir kısmı yerin çok altındadır.

Tuzun yemek pişirme sürecinde oynadığı en önemli rol, lezzeti arttırmaktır. Aynı zamanda kıvamı ve diğer aromaları etkilemesine rağmen, tuzla ilgili vereceğiniz kararların hemen hepsi lezzeti zenginleştirip derinleştirmekle ilgili olacaktır.

Bu noktada, *daha fazla* tuz kullanmanız gerektiği sonucuna varmamalısınız. Tuzu *daha iyi* kullanmalısınız. Doğru miktarda, doğru zamanda, doğru şekilde ilave etmelisiniz. Pişirirken eklenen nispeten az tuz, sofrada eklenen nispeten fazla tuzdan lezzet açısından daha fazla katkı sağlayacaktır. Doktorunuz size tuzu azaltmayı özellikle söylemediyse evde pişirilen yemeklerden alacağınız tuz konusunda içiniz rahat olsun. Ben sebze haşlamak için kaynatacağım suya avuçla tuz ekleyince öğrenciler tereddüt ettiğinde, tuzun çoğunun haşlama suyuyla beraber akıp gideceğine nazikçe dikkat çekiyorum. Hemen hemen her durumda, evde pişireceğiniz herhangi bir yemek; işlenmiş, hazır veya restoranda yapılan yemeklerden daha besleyicidir ve daha az sodyum içerir.

TUZ VE LEZZET

Modern Amerikan mutfağının babası James Beard bir keresinde, "Tuz olmasaydı nerede olurduk?" diye sormuştu. Ben cevabı biliyorum: Yavanlık denizinin açıklarında. Bu kitaptan aklınızda tek bir şey kalacaksa şu kalmamalı: *Tuzun lezzete etkisi, diğer herhangi bir malzemeninkinden daha fazladır.* Tuzu iyi kullanmayı öğrenirseniz, yemeğiniz lezzetli olur.

Tuzun yemekle ilişkisi çok boyutludur: *Kendine* has bir tadı vardır ve *diğer* malzemelerin tadını arttırır. Yerinde kullanıldığı zaman acılığı azaltır, tatlılığı dengeler ve aromaları zenginleştirerek yemek yeme tecrübesini üst seviyelere taşır. Üzerine birkaç deniz tuzu pulu serpilmiş, zengin espresso aromalı bir dilim brownie'den ısırık aldığınızı hayal edin. Dilin üzerinde çabucak dağılan pullarıyla lezzet katmasının yanı sıra, espresso'nun acılığını azaltır, çikolatanın yoğunluğunu arttırır ve şekerin tatlılığına karşı iştah açıcı bir zıtlık ortaya çıkarır.

Tuzun Lezzeti

Tuzun tadı temiz ve bütün nahoş tatlardan arınmış olmalıdır. Öncelikle tuzu tek başına tadın. Öncelikle kilerinizdeki tuzun tadına bakın; birkaç granül tuz dilinizde çözülsün. Nasıl bir tadı var? Umarım yaz mevsimindeki deniz gibidir.

Tuz Çeşitleri

Bütün şefler kendi tuz tercihlerine sadıktır ve bir tuz çeşidinin diğerinden niçin üstün olduğuna dair uzun ve hararetli tartışmalara girer. Fakat asıl önemli olan, *sizin* kullandığınız tuz çeşidine aşina olmanızdır. İri taneli mi ince taneli mi? Bir kap kaynayan suda çözülmesi ne kadar sürüyor? Kızarmış tavuğun lezzetini vermesi ne kadar sürüyor? Bir parça kurabiye hamuruna eklediğiniz tuz erir mi yoksa kendini hoş bir çıtırtıyla belli mi eder?

Bütün tuz kristalleri, tuzlu suyun suyunun buharlaştırılmasıyla elde edilir. Ancak, buharlaştırmanın hızı kristallerin alacağı şekli belirler. Kaya tuzları; tuz birikintilerini suya koyduktan sonra ortaya çıkan tuzlu sudan, suyu hızla buharlaştırmak suretiyle elde edilir. Rafine deniz tuzu da benzer şekilde deniz suyunun hızlı buharlaştırılmasıyla üretilir. Kapalı bir kabın içinde hızlı buharlaşmanın sonucu olarak oluşan tuz kristalleri ufak, yoğun küpler – yani, granül tuz – halini alırlar. Öte yandan, açık bir kabın yüzeyinde solar, yani güneşe bağlı yöntemlerle üretilen tuz; hafif, içi boş pullar hâlinde kristalleşecektir. Pullar yüzeyden alınmadan önce boşluğundan su geçişi olursa; suyun içine çöker ve daha büyük, daha yoğun kristallere dönüşür. Bu rafine edilmemiş, yani en az işlem görmüş deniz tuzudur.

Kullandığınız çeşitli şekil ve boyutlar, yaptığınız yemeklerde büyük farklar meydana getirebilir. Bir çorba kaşığı ince tuz yemeği daha yoğun yapar ve daha iri tuzun bir kaşığından iki, üç kat daha "tuzlu" olabilir. Bu yüzden, tuzu hacminden ziyade ağırlığıyla ölçmek daha akıllıca olacaktır. Hatta tadına bakarak tuz eklemeyi öğrenirseniz çok daha iyi olur.

Sofra Tuzu

Sıradan sofra tuzu yani granül tuz, tuzlukların içinde her yerde bulunabilir. Avucunuza biraz döktüğünüzde, kapalı boş bir odada kristalleşmenin sonucu olan belirgin kübik şeklini görebilirsiniz. Sofra tuzu ufak ve sıkıdır; bu da onu daha tuzlu yapar. Aksi belirtilmediyse iyot eklenmiştir.

İyotlu tuz kullanmayı önermiyoruz. Zira her şeye hafif bir metalik tat veriyor. 1924'te iyot eksikliği yaygın bir sorunken, Morton Tuz (Morton Salt) şirketi guatrın önüne geçmek adına tuza iyot koymaya başlayarak halk sağlığında büyük adımlar attı. Bugünlerde doğal kaynaklardan yeterince iyot alıyoruz. Beslenmeniz çeşitli, deniz ve süt ürünleri gibi iyot açısından zengin gıdalarla dolu olduğu müddetçe, metalik tatlı yiyeceklerle işkence çekmeye gerek yok.

Ayrıca, genellikle sofra tuzlarında topaklanmayı önleyiciler ile iyodu dengeleyen (ve bir tür şeker olan) dekstroz konulmaktadır. Bu katkıların hiçbiri zararlı değildir. Ancak yemeğinize eklemek için de hiçbir sebep yoktur. Bu kitapta özellikle vurgulayacağım bir kaç şeyden biri bu: Eğer evinizde yalnızca sofra tuzu varsa, hemen gidip koşer veya deniz tuzu edinin.

Çeşitli tuz yapıları

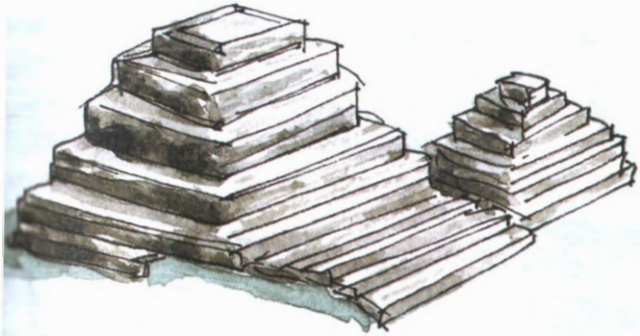


FLEUR DE SEL
(ÇİÇEK TUZ)

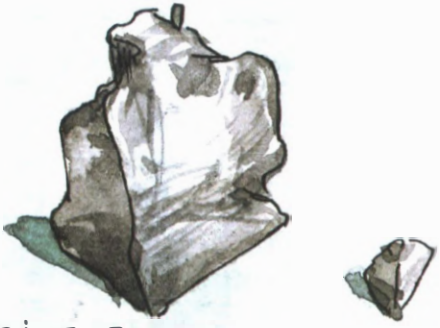




DENİZ
TUZU



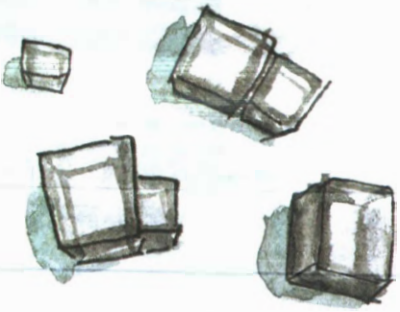
MALDON



GRİ TUZ



KOŞER TUZU

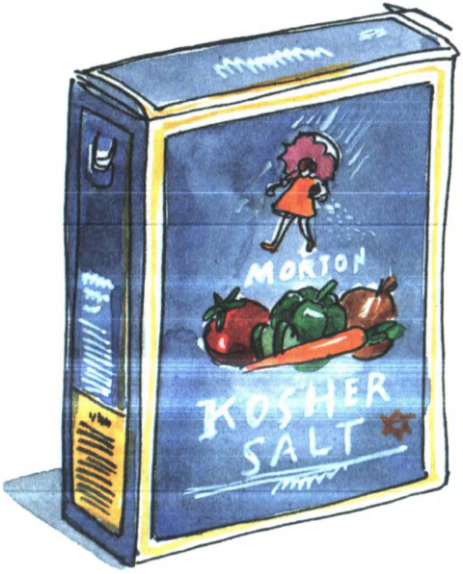


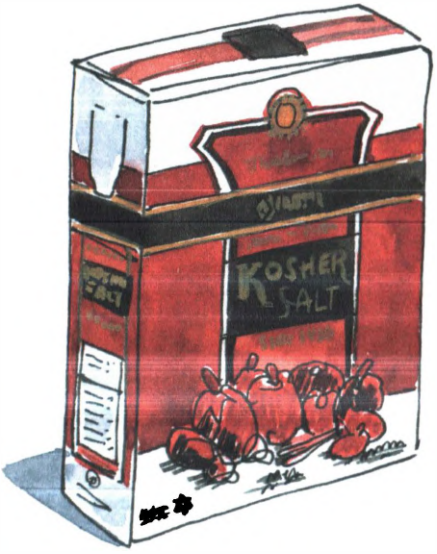
SOFRA TUZU

Koşer Tuzu

Koşer tuzu, Yahudilerin koşerleme (koshering) olarak adlandırdığı geleneksel kanı etten ayırma işlemi sırasında kullandıkları tuzdur. Koşer tuzda katkı bulunmadığı için tadı da saftır. Koşer tuzun iki ana üreticisi var: Üstü açık tuzlu su kabında yapılan kristalleştirme işlemiyle hafif ve içi boş pullar üreten Diamond Crystal ve vakumda buharlaştırılan tuzun kübik kristallerini yuvarlayarak ince, sıkı pullar haline getiren Morton's. Üretim şekillerindeki değişiklik, birbirinden çok farklı iki tuz ortaya çıkarıyor. Diamond Crystal'in ürettiği tuz yiyeceğe hemen yapışır ve kolayca ufalanırken, Morton'unki çok daha yoğundur ve neredeyse iki kat daha tuzludur. Koşer tuzu içeren tarifleri uygularken mutlaka belirtilen markayı kullanmalısınız. Zira bu iki tuz birbirinin yerine geçemez! Bu kitap için bütün tarifleri kırmızı bir kutuda satılan Diamond Crystal tuzu ile denedim.

Diamond Crystal, daha sıkı tanecikli tuzdan iki kat daha hızlı çözünüyor; bu da onu çabuk pişirilen yemeklerde kullanıma daha uygun kılıyor. Tuz ne kadar hızlı çözünürse, tuzu fazla kaçırma ihtimaliniz o kadar azalır. Çünkü tuzun aslında çözünmek için biraz daha zamana ihtiyacı varken, yemeğin daha fazla tuza ihtiyacı olduğu hissine kapılabilirsiniz. Dahası, artan yüzey alanı yüzünden Diamond Crystal yiyeceğe çarpıp sıçramak yerine daha iyi yapışır.





Fiyatı uygun ve kullanımı epey rahat olan koşer tuzu, her gün yemeklerinizde kullanmak için idealdir. Ben Diamond Crystal'i tercih ediyorum – bazen konuşmaya, arkadaşa veya bir bardak şaraba fazla dalıp, yemeğe iki kere tuz atsam dahi yemek hasar görmeden çıkıyor.

Deniz Tuzu

Deniz suyu buharlaştığında geriye deniz tuzu kalır. *Fleur de sel*, *sel gris* ve Maldon gibi solar deniz tuzları beş yıla kadar çıkabilen kademeli, gözlenen buharlaştırmanın daha az rafine neticesidir. Narin, belirgin bir aromaya sahip pul şeklini alan *fleur de sel* – yani "tuz çiçeği" – Fransa'nın batısındaki özel deniz tuzu yataklarının yüzeyinden elde edilir. Su yüzeyinin altına düşerek magnezyum klorür ve kalsiyum sülfat dâhil çeşitli deniz minerallerini kendine çeken saf beyaz *fleur de sel*, gri bir renk alır ve *sel gris* yani gri tuz olur. *Fleur de sel* şeklini alan Maldon tuz kristalleri ise içi boş piramit şeklindedirler ve ekseriya *pullu tuz* diye anılırlar.

Markette bulabileceğiniz, kiloyla alınabilen rafine ince tuz ise biraz farklıdır: Bu tuz, kapalı bir boşlukta okyanus suyunun hızlı bir şekilde kaynatılmasıyla elde edilir. Bu tuzun ince veya orta boylu kristalleri, gündelik yemekler için idealdir. Yiyecekleri içerden çeşnilendirirken, sebze veya makarna kaynatırken, sebzeli et kızartır veya haşlarken, ayrıca hamur ve kek karışımlarında – kullanabilirsiniz.

Elinizin altında iki çeşit tuz bulundurun: Gündelik yemek pişirme için kiloyla satılan deniz tuzu veya koşer tuzu gibi uygun fiyatlı olan bir tuz ve yemeğe son anda çeşni katmak için Maldon tuzu veya *fleur de sel* gibi güzel bir dokusu olan tuz. Hangi tuzu kullanırsanız kullanın, kullandığınız tuzu iyi tanıyın; ne kadar tuzlu olduğunu, tadını, dokusunu ve yiyeceklere etkisini bilin.

Tuzun Lezzet Üzerindeki Etkileri

Tuzun lezzete nasıl etki ettiğini anlamak için öncelikle lezzetin ne olduğunu anlamalıyız. Dilimiz beş **tadı** algılar: Tuzluluk, ekşilik, acılık, tatlılık ve umami yani lezzet. Öte yandan, konu **aroma** olunca binlerce çeşit kimyasal bileşenlerin her birini algılayan burunlarımız devreye girer. Şarabın kokusunu tanımlamak için kullanılan *topraksı*, *meyveli* ve çiçeksi gibi kelimeler, aroma bileşenlerini ifade eder.

Lezzet ise, tat, aroma ve doku, ses, görünüş ve ısı gibi duyularla ilgili unsurların birleşiminde saklıdır. Aroma, lezzetin çok önemli bir unsuru olduğu için ne kadar çok aroma algılarsanız, yediğinizden o kadar çok zevk alırsınız. Burnunuz tıkalı olduğunda veya soğuk algınlığına yakalandığınızda, yediklerinizde lezzet bulamamanızın sebebi budur.

Dikkat çekici olan, tuzun hem tadı hem de lezzeti etkilemesidir. Dilimizin tat alma duyargaları tuz olup olmadığını ve ne miktarda olduğunu anlayabilir. Fakat tuz aynı zamanda yiyeceklerdeki birçok aromatik bileşeni de ortaya çıkararak, yemek yerken bunlara daha kolay ulaşabilmemizi sağlar. Bunu tecrübe etmenin en kolay yolu tuzsuz bir çorba veya et suyunu tatmaktır. Bir dahaki sefere tavuk suyu yaptığınızda deneyin. Tuzsuz tavuk suyu lezzetsiz gelecektir, ancak; tuz ekledikçe daha önce bulamadığınız yeni aromaları tespit edebilirsiniz. Tuz ekleyip tatmaya devam ederseniz, daha karmaşık ve hoş lezzetlerle beraber tuzu da algılamaya başlayacaksınız: Tuzun lezzeti, tavuk yağının bolluğu, kerevizle kekiğin topraksılığı. O lezzeti elde edene kadar tuz eklemeyi sürdürün. "Tatma"yı bu şekilde öğreneceksiniz. Bir tarif "damak tadınıza göre tuzlayın" diyorsa, tadı size doğru gelene kadar tuz ekleyin.

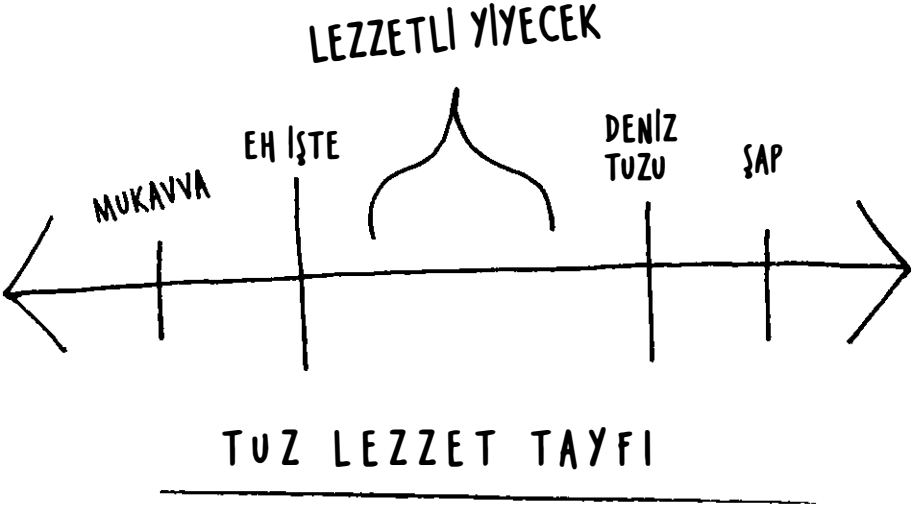
Bu lezzeti ortaya çıkarma işlemi, aşçıların doğranmış domatesleri servis etmeden birkaç dakika önce tuzlamaktan hoşlanmalarının da sebeplerindendir. Tuz, böylelikle domates proteinlerinin içinde birbirine bağlı bulunan lezzet moleküllerine yardımcı olduğu için, domatesten alınan her ısırık daha yoğun bir tat taşıyacaktır.

Tuz, ayrıca acı yemeklerdeki diğer lezzetleri öne çıkarma etkisiyle acılık algımızı azaltır. Acı-tatlı çikolata, kahveli dondurma veya yanık karamel gibi hem acı hem de tatlı olan yiyeceklerdeki acılığı azaltırken tatlılığı arttırır.

Bir sos veya çorbadaki acı lezzetleri dengelemek için genellikle şekere yönelsek bile, tuzun şekere göre acılığı çok daha iyi maskelediği anlaşılıyor. Her biri hem acı hem de tatlı olan tonik, Campari veya greyfurt suyuyla deneme yapın. Bir kaşık için; sonra bir tutam tuz ekleyip yeniden tadın. Acılığın ne kadar azaldığına şaşıracaksınız.

Çeşnilendirme

Lezzeti arttıran her şey çeşnidir ama bu kelime genellikle tuz için kullanılır. Bunun sebebi, tuzun en güçlü lezzet artırıcı ve değiştirici olmasıdır. Yiyecek doğru düzgün tuzlanmadıysa, hiçbir havalı pişirme tekniği veya süsleme bunu telafi edemez. Tuz olmazsa nahoş tatlar daha belirgin olur, hoş tatlar ise sönük kalır. Genelde yemekte tuz olmaması pişmanlık vericiyken, aşırı tuz da aynı ölçüde yadırganır: Yiyecek *tuzlu* olmamalıdır, *tuzlanmış* olmalıdır.



Tuzlama, bir kere yapılıp sonlandırılan bir işlem değildir; pişirdiğiniz yemeğin tadının ve sofrada nasıl bir lezzet sunmak istediğinizin sürekli farkında olmalısınız. San Francisco'nun efsanevî Zuni Cafe'sinin şefi Judy Rodgers, aşçılarına genellikle bir yemeğin "yedi zerrecik daha tuza" ihtiyaç duyabileceğini söylerdi. Tuzlama işi bazen son derece hassas olabilir; sadece yedi zerre bile tatmin edici ile muhteşem arasındaki farkı oluşturabilir. Bazen de polenta'nız çok tuz isteyebilir. Bunu ancak tadarak ve ayarlama yaparak anlayabilirsiniz.

Sürekli olarak eklediğiniz malzemeler değişikliğe uğrarken, tekrar tekrar tadım ve ayarlama yaparak en lezzetli yemeği elde edebilirsiniz. Çeşnilendirmeyi doğru yapmak; yemeği her düzeyde, lokmada, malzemede, tabakta ve sofrada doğru yapmak anlamına gelir. Bu **yemeği içeriden çeşnilendirmek**tir.

Tuz kullanımının küresel tayfında, doğru çeşnilendirme tek bir noktadan ziyade bir aralıktan oluşur. Farklı kültürlerin kullandığı tuz miktarı değişkenlik gösterir. Toskanalılar ekmeğe tuz koymazlar ama başka her şeye avuç avuç ekleyerek bunu telafi ederler. Fransızlar baget ve mayalanmış ekmek (*pain au levain*) için fazlaca tuz kullanırken, diğer her şeyi biraz daha ölçülü bir şekilde çeşnilendirirler.

Japonya'da buharda pişirilmiş pilava tuz eklenmez. Böylece, pilav yanında sunulan lezzet dolu balık, et, köri ve turşularla zıt bir tat ortaya çıkar. Hindistan'da arasına sebze, et, baharat ve yumurta konulan lezzetli bir pilav olan *büryani (biryani)* asla tuzsuz olmaz. Yemek pişirme işleminin her noktasında, tuz kullanımının dikkatle düşünülmesi gerektiği dışında evrensel bir kural yoktur. O da kişinin tercihine göre değişir.

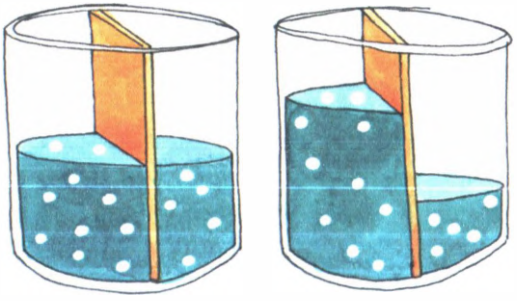
Yiyecek tatsız geldiğinde en yaygın suçlu az çeşnidir. Tuzun sorunu çözeceğinden emin değilseniz, yiyecekten bir kaşık veya bir lokma alıp üzerine bir tutam tuz serpin, sonra yeniden tadın. Eğer bir şey değiştiyse ve *işte!* hissini yaşadıysanız, o zaman bütün parçayı tuzlayabilirsiniz. Bu kadar özenli bir pişirme ve tatma sayesinde, damak tadınızın sezgisi daha kuvvetli hale gelecektir. Bir caz müzisyeninin kulağı gibi, kullandıkça daha hassas, daha saf ve yaratıcılıkta daha becerikli olacaktır.

TUZUN KİMYASI

Yemek pişirmek yarı sanat, yarı kimyadır. Tuzun nasıl etki ettiğini anlamak, size kıvamı geliştirmek ve içeriden çeşnilendirmek için tuzu *nasıl* ve *ne zaman* kullanmanız gerektiği konusunda daha iyi kararlar vermenizi sağlar. Bazı malzemelerde ve pişirme yöntemlerinde, yiyeceğe nüfuz etmesi ve içinde yayılması için tuza yeterince zaman vermek gerekir. Bazı durumlarda ise, pişmekte olan yemeğin doğru miktarda tuzu emmesi için yeterince tuzlu bir pişirme ortamı oluşturmak en önemli unsurdur.

Tuzun bütün yiyeceğe dağılımını tabiatın denge arama eğiliminden gücünü alan iki kimyasal süreç olan **ozmos** (geçişme) ve **difüzyon** (nüfuz etme, yayınma); yani, mineraller ve şekerler gibi çözünürlerin yarı geçirgen membran'ın (yani delikli hücre duvarı) her iki tarafında dengeli toplaşımı ile açıklamak mümkündür. Yiyecekte suyun bir hücre duvarında tuzlu tarafından daha az tuzlu tarafa hareketine ozmos denir.

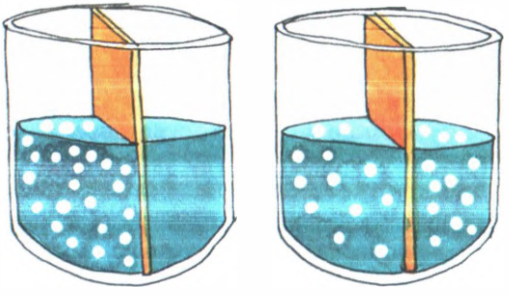
Difüzyon ise, tuzun her yere eşit biçimde nüfuz edene kadar daha tuzlu bir ortamdan daha az tuzlu bir ortama geçişinin genellikle daha yavaş sürecine denir. Bir parça tavuğun yüzeyine bir tutam



OZMOS

SUYUN HÜCRE DUVARINDAN GİRİP ÇIKIŞI

= YARI GEÇİRGEN MEMBRAN



DİFÜZYON

TUZUN EŞİT OLÇÜDE YAYILANA KADAR HÜCRE DUVARINDAN GEÇİŞİ

tuz serptikten yirmi dakika sonra kontrol edin. Tuz tanecikleri artık görünür olmayacaktır; çünkü çözünmeye ve etin her yerinde kimyasal bir denge yaratma gayreti içinde içeri doğru hareket etmeye başlamıştır. Bu difüzyonun sonucunun tadını alabiliriz; tuzu etin yüzeyine serpmiş olmamıza rağmen, zaman içinde meydana gelen yayınım/nüfuz sayesinde etin dışı tuzlu içi yavan olmak yerine, eşit ölçüde çeşnilenmiş gibi bir tat taşıyacaktır.

Ozmos'un neticesi olarak tavuğun yüzyinde su da görülecektir. Tuz *içeri* girerken, su da aynı amaçla *dışarı* çıkar: Bütün ette kimyasal dengeyi sağlamak.

Tuz, şans verildiğinde daima eşit ölçüde nüfuz ederek yiyeceği içeriden çeşnilendirir ama yiyeceğin kıvamı üzerinde farklı etkileri vardır.

Tuzun Etkileri...

Et

Ben orada çalışmaya başlayana dek, Chez Panisse zaten yıllardır iyi yağlanmış bir makine gibi işliyordu. Başarısı, bünyesindeki her aşçının ertesi günün menüsünü ve ötesini önceden düşünmesine dayanmaktadır. Orada her gün, hiç şaşmadan ertesi günün etini kesip çeşnilendirirdik. Bu iş mutfak yetkinliğinin klasik bir örneği olduğundan, eti önden çeşnilendirmenin lezzetle bir ilgisi olduğunu akıl edememiştim. Çünkü tuzun geceleyin sessizce yaptığı önemli işi henüz anlamıyordum.

Difüzyon yavaş bir süreç olduğu için, önceden çeşnilendirmek tuza bütün ete eşit ölçüde nüfuz etmesi için yeterli zaman verir. Önceden eklenen az miktarda tuz, servisten hemen önce eklenen daha fazla miktarda tuzdan daha büyük bir fark yaratacaktır. Bir başka deyişle; en önemli değişken miktar değil, zamandır.

Aynı zamanda ozmos'u başlattığı ve dokunduğu hemen her malzemeden gözle görülür biçimde su çıkardığı için, çoğu insan tuzun yiyeceği kurutup sertleştirdiğini düşünür. Fakat tuz, protein tutamlarının pişerken daha iyi su emip tutmalarını sağlayarak zamanla jele dönüştürür. Tuz nemdir; varlığı eti yumuşak ve lezzetli yapar.



Bir protein zincirini, dış yüzeyine su molekülleri bağlanmış olan gevşek bir kangal olarak hayal edin. Çeşnilendirilmemiş bir protein ısıtıldığında **doğallığı bozulur**; kangal sıkılaşır, su proteinleri protein yapısının dışına atılır ve fazla pişirilme sonucunda et kuru ve sert kalır. Tuz ise, protein yapısını bozmak suretiyle kangalın ısıtıldığında yoğun bir şekilde **pıhtılaşmasının**, yani kümelenmesinin önüne geçer. Böylece daha fazla su molekülü bağlı kalır. Et parçası nemli kalır ve fazla pişirme ihtimaliniz artar.

Bu kimyasal süreç, bir parça etin tuz, şeker ve baharat katılmış suya batırıldığı yöntemin de sırrıdır. Bu karışımdaki, yani **salamura**daki tuz bazı proteinleri çözerken, şeker ile baharat ete emmesi için pek çok aromatik molekül sunar. Bu nedenle salamura genellikle kuru, hatta tatsız olan yağsız et ve kümes hayvanı eti için çok iyi bir strateji olabilir. **Baharatlı Salamura Hindi Göğsü** yaparken, bir gece boyunca tuzlu, baharatlı banyoya yatırılan aşırı kuru ve tatsız etin iyileştiğini görebilirsiniz.

Önceden tuzlanmış bir eti – bilinçli olarak – ilk ne zaman tattığımı hatırlamıyorum. Ama artık önceden çeşnilendirilmemiş bir et yediğimde farkı hemen anlıyorum. Yıllar boyunca – önceden tuzlanmış ve tuzlanmamış – binlerce tavuk pişirdim. Bilim henüz şüphelerimi teyit etmiş olmasa bile, burada tecrübeme dayanarak konuşacağım; önceden tuzlanmış et, önceden tuzlanmamış etten hem daha lezzetli hem de daha yumuşak oluyor. Önceden çeşnilendirilmiş etin harikalarını bizzat tecrübe etmenin en iyi yolu küçük bir deney yapmaktır; bir daha tavuk pişirdiğinizde, tavuğu ikiye bölün ya da kasabınıza böldürün. Bir yarısını bir gün önceden, diğer yarısını ise pişirmeden hemen önce çeşnilendirin. Erken tuzlamanın etkileri, daha ilk lokma dilinize değmeden uzun zaman önce görülecektir. Önceden tuzlanmış tavuğu kesmeye başladığınızda kemiklerinden ayrılırken, diğer yarıyı, nemli de olsa, yumuşaklıkta diğeriyle kıyaslayamazsınız.

Pişirilecek eti tuzlarken hem süre hem de miktar açısından cömert olun. Mümkünse eti pişirmeden bir gün önce çeşnilendirin. Bu mümkün değilse sabahtan, hatta öğleden sonra bile çeşnilendirebilirsiniz. Yemeğin malzemelerini bir araya getirirken, ilk iş olarak çeşnilendirme yapmayı da deneyebilirsiniz. Ben bunu çarşıdan eve döner dönmez yapmayı seviyorum; böylece daha sonra bunu düşünmeme gerek kalmıyor.

Et ne kadar büyük, sert ve sinirliyse, o kadar erken tuzlamalısınız. Kuyruk, incik ve kısa kaburgalar bir ya da iki gün önceden çeşnilendirilirse, tuzun etkisini gösterebilmek için yeterince zamanı olur. Fırında kızartacağınız tavuğu bir gün önceden, hindiyi iki, hatta üç gün önceden çeşnilendirin. Et ve çevresi ne kadar soğuk olursa tuzun işini yapması o kadar uzun sürer, o yüzden zaman kısıtlı olduğunda eti çeşnilendirdikten sonra yeniden buzdolabına koymak yerine (iki saatten uzun süre olmamak kaydıyla) dışarıda bırakın.

Erkenden tuzlama etin lezzeti ve dokusu açısından çok önemli olsa bile, çok erken tuzlamak diye bir şey de vardır. Tuz, binlerce yıldır eti korumak için kullanılmaktadır. Çok miktarda tuz, uzun süre boyunca eti susuz tutabilir ve tedavi edebilir. Yemek planında son dakika değişikliği olursa, tuzlanmış tavuğun veya birkaç kilo kısa kaburganın yüksek veya ağır ateşte pişirilmeden önce bir iki gün rahatlıkla bekleyebileceğini unutmayın. Ancak, bundan uzun beklediği zaman kuruyacak, kösele gibi bir doku ile tazeden ziyade kurutulmuş et tadı taşıyacaktır. Eti tuzladıktan sonra birkaç gün pişiremeyeceğinizi anlarsanız, pişirene kadar dondurucuda saklayın. Sıkıca sararsanız, iki aya kadar dayanacaktır. Pişireceğiniz zaman buzunu çözdürün ve pişirme işlemine kaldığınız yerden devam edin.

Deniz Ürünleri

Etin aksine, çoğu balık ve kabuklu deniz ürünleri çok erken tuzlandığı takdirde dağılarak sertleşir, kurur veya lastik gibi olurlar. Kısa bir tuzlama – on beş dakika kadar – lezzeti arttırmak ve pul pul balığın nemini korumak için yeterli olacaktır. Ton balığı ve kılıç balığı gibi daha etli balıkların parmak kalınlığındaki biftekleri yarım saat önceden tuzlanabilir. Diğer bütün deniz ürünlerini, dokularının bütünlüğünü korumak için pişirme esnasında tuzlayın.

Yağ

Tuzun çözünmesi için suya ihtiyacı vardır; bu nedenle saf yağda çözünmez. Neyse ki mutfakta kullandığımız çoğu yağda en azından biraz su vardır – tereyağındaki az miktarda su, mayonezdeki limon suyu veya salata sosundaki sirke, tuzun yavaşça çözünmesini sağlar. Bu yağları erkenden ve dikkatlice çeşnilendirin; tuzun yavaşça çözünmesini bekleyin ve daha fazla eklemeden önce tadına bakın. Yağsız ette yağlı ettekinden biraz daha fazla su (ve protein) bulunur. Dolayısıyla, kaburgadan kesilmiş biftek gibi yağlı parçalar tuzu eşit biçimde emmez. Yağsız kasın su içeriği daha fazla olduğu için, kururken tuzu hemen emer. Öte yandan, yağlı kas daha az su içerdiği için tuzu aynı oranda emmeyecektir. İki kısmı ayrı ayrı tadarsanız yağsız kasın çok tuzlu olduğunu görürsünüz. Yağ şeridi ise neredeyse tatsızdır. Ancak ikisini beraber yediğinizde yağla tuzun sinerjisi ortaya çıkacaktır. Bu emme dengesizliği yağlı kısmı çeşnilendirme konusunda sizi etkilemesin. Sofrada daha fazla tuz eklemeden önce yağla yağsız eti birlikte tadın.

Yumurta

Yumurta tuzu kolayca emer. Bu sayede proteinleri daha düşük bir ısıda birleşebilir. Bu da pişirme süresini kısaltır. Proteinler çabuk yoğunlaşırsa, içlerindeki suyu dışarı atma fırsatı bulamazlar. Böylelikle, yumurtaların nihai dokuları nemli ve yumuşak olur. Omlet yapacağınız yumurtalara önceden bir tutam tuz ekleyin. Poşe yumurta için haşlama suyunu hafifçe çeşnilendirin. Kabuğuyla kaynattığınız veya tavada kızarttığınız yumurtayı ise servis etmeden hemen önce çeşnilendirin.

Sebze, Meyve ve Mantar

Çoğu sebze ve meyve kabuğunda **pektin** adlı sindirilemeyen bir karbonhidrat bulunur. Olgunlaştırmak veya ısı uygulamak suretiyle pektini yumuşatırsanız, sebze veya meyveyi de yumuşatarak onu daha taze ve genellikle daha lezzetli hale getirirsiniz. Tuz pektini yumuşatmaya yardım eder.

Şüpheye düştüğünüzde sebzeleri pişirmeden önce tuzlayın. Sebzeleri tuz ve zeytinyağında çevirerek kızartın. Haşlama yapacağınız suya sebzelerden önce tuz ekleyin. Soteleme için tavaya sebzelerle birlikte tuz ekleyin. Fırında ya da ızgarada pişireceğiniz domates, kabak ve patlıcan gibi büyük, sulu sebzeleri önceden tuzlayın ki tuzun işini yapacak zamanı olsun. Bu süre zarfında ozmos aynı zamanda biraz su kaybına sebep olacaktır, bu yüzden sebzeleri pişirmeden önce kurulayın. Tuz sebze ve meyvelerin suyunu çıkarmayı sürdüreceği için onları çok erken tuzlamaktan kaçının – genellikle pişirmeden 15 dakika önce tuzlamak yeterlidir.

Mantarda pektin yoktur ama yaklaşık yüzde 80'i su olduğundan dolayı, tuzlandığı zaman hemen suyunu salmaya başlar. Mantarın dokusunu korumak için tuzlamadan önce tavada rengi değişene kadar bekleyin.

Bakliyat ve Tahıllar

'Sert fasulyeler', bir deyim haline gelecek kadar sık vuku bulan bir mutfak fiyaskosu. İnsanlara bakliyattan soğutmanın bir yolu varsa, o da önlerine az pişmiş, tatsız, yemesi güç bakliyat koymaktır. Yaygın inancın aksine tuz, kuru bakliyatı sertleştirmez. Aslında, kuru bakliyatın hücre duvarlarında bulunan pektinlerin zayıflamasından faydalanan tuz, bakliyatı da sebzeleri etkilediği biçimde etkiler; onları yumuşatır. Kuru bakliyatı içeriden lezzetlendirmek için

* İngilizce'de sert fasulyeler anlamına gelen 'tough beans' ifadesi 'kör talih' anlamına gelen bir deyim haline gelmiştir. (ed.n.)

suya yatırdığınızda veya pişirmeye başladığınızda (artık hangisi önceyse) biraz tuz ekleyin.

Bakliyat ve tahıllar kurutulmuş tohumlardır – bitkilerin bir mevsimden diğerine yaşamasını sağlayan kısımlarıdır. Korunmak için kalın dış kabuk geliştirmişlerdir ve yumuşamak için yeterli su emmeleri amacıyla uzun süre, kısık ateşte pişirilirler. O halde, bakliyat ve tahılların sert olmasının başlıca sebebi az pişirmektir. Yaygın bir çözüm yolu kısık ateşte pişirmeye devam etmektir! (Sert bakliyatın diğer sebepleri eski ve uygun şekilde saklanmamış bakliyat kullanmak, sert suyla pişirmek ve asidik koşullar olabilir.) Uzun süre pişirme tuza eşit şekilde nüfuz etmesi için zaman verdiğinden pirinç, gemik veya kinoa gibi tahılların kaynatılacağı suya, sebze şok haşlaması (*blanching*) için kullanılan suya göre daha az tuz eklenmelidir. Bütün pişirme suyunun, dolayısıyla bütün tuzun emileceği hazırlıklarda aşırı çeşnilendirmemeye özellikle dikkat edin.

Hamur ve Diğer Karışımlar

Chez Panisse'deki mutfakta para aldığım ilk iş, Makarna/Marul adını taşıyordu. Bir yılım marulları yıkamak ve aklınıza gelebilecek her türlü makarna hamurunu yapmakla geçti. Ayrıca her sabah devasa mikser kâsesine maya, su ve un koyarak pizza hamuru yapımını başlatır ve gün boyunca onunla ilgilenirdim. Su ile un uykudaki mayayı hayata geri döndürdükten sonra daha çok un ve tuz eklerdim. Sonra da yoğurma ve dinlendirmenin ardından, biraz zeytinyağı ekleyerek işlemi bitirirdim. Bir gün, unla tuz ekleyeceğim sırada, tuz kutusunun boş olduğunu fark ettim. O anda kilere gidip tuz getirmek için vaktim yoktu, o yüzden tuzu en sonra zeytinyağıyla eklemeyi düşündüm. Hamuru yoğururken her zamankinden daha çabuk toplandığını fark ettim ama fazla üzerinde durmadım. Birkaç saat sonra hamura son işlemi uygulamak üzere geri geldiğimde inanılmaz bir şey oldu. Her zamanki gibi hamurun gazını almak ve yoğurmak için makineyi açıp tuzu ekledim. Tuz hamura karışırken makinenin zorlanmaya başladığını gördüm. Tuz hamuru sertleştiriyordu – fark çok çarpıcıydı! Neden öyle olduğunu anlamamıştım. Çok yanlış bir şey yapmış olmaktan korktum.

Korkacak bir şey yoktu. Tuz, hamuru lastik gibi yapan **gluten**i sertleştirmeye yardım ettiği için hamur hemen sıkılaşmıştı. Hamuru dinlenmeye bırakır bırakmaz, glüten gevşedi ve o gece fırından çıkan pizzalar her zamanki gibi lezzetliydi.

Tuzun suyu az olan yiyeceklerde çözünmesi biraz zaman alabilir, onun için hamura en başından ekleyin. İtalyan makarnası yaparken çeşnilendirme işini haşlama sırasında halledin. Erişte hamuruna ise glüteni güçlendirmek için tuzu baştan ekleyerek hamuru daha dolgun hale getirin. Pasta, kek, krep ve gevrek hamur işlerine yumuşaklıklarını korumak için tuzu en son ekleyin ama pişirmeden önce tuzun eşit olarak yayılması için bu karışımları iyice çırpın.

Yiyecekleri Tuzlu Suda Pişirme

Uygun şekilde tuzlanmış pişirme suyu, yiyeceğin besleyici maddelerini korumasına yardım eder. Bir tencere suda taze fasulye pişirdiğinizi düşünün. Su tuzlanmamış veya hafifçe tuzlanmışsa; bir mineral olan tuz konsantresi, taze fasulyenin yapısında bulunan mineral konsantresinden daha az olacaktır. Taze fasulye, iç ortamı ile pişirme suyunun dış ortamı arasında denge kurmak için pişerken içindeki mineral ve tabii şekerlerin bir kısmını bırakacaktır. Sonuç ise tatsız, gri, az besleyici bir fasulye olacaktır.

Öte yandan, su taze fasulyeden daha fazla tuzluysa (ve mineral oranı daha fazla ise) bu durum tersine döner. Taze fasulye denge kurmak için pişerken sudan tuzun bir kısmını alarak içeriden dışarıya doğru çeşni kazanacaktır. Ayrıca rengi daha canlı kalacaktır; zira tuz dengesi fasulyenin klorofil moleküllerinin içindeki magnezyumun süzülmesini önleyecektir. Tuz ayrıca pektini zayıflatıp fasulyenin hücre duvarlarını yumuşatacak, böylece daha çabuk pişmesini sağlayacaktır. Fasulyenin tencerede kaldığı süre azaldığı için de besleyici maddelerini kaybetme imkânı azalacaktır.

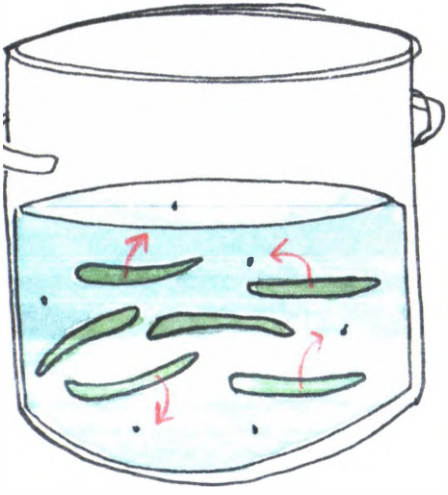
Şok haşlama suyu için kesin bir tuz miktarı verememenin birkaç sebebi var. Tencere boyutu, su miktarı, yiyecek miktarı ve tuz çeşidi gibi değişkenler olabilir. Bütün bunlar kullanılacak tuz miktarını etkiler ve her seferinde farklı olabilir. Suyu deniz suyu kadar,



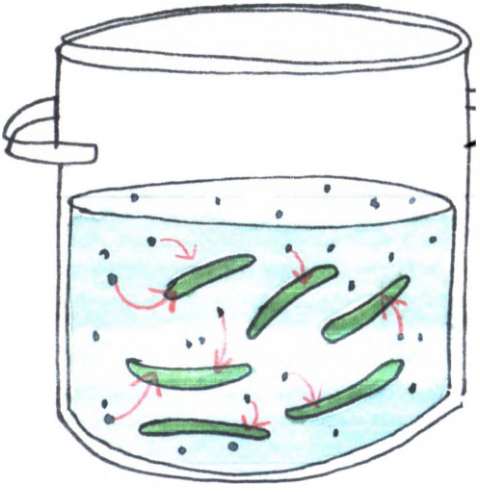
daha doğrusu sizin *hatırınızdaki* deniz suyu kadar çeşnilendirin çünkü yüzde 3,5 gibi bir tuz oranı, pişirme için uygun olandan çok daha fazladır. Bunun için gereken tuz miktarını görünce korkabilirsiniz ama unutmayın; tuzun çoğu süzülüp gidecektir. Buradaki amaç, tuzun suyun içinde geçirdiği süre zarfında yiyeceğin tamamına nüfuz etmesi için yeterince tuzlu bir ortam yaratmaktır.

Suyu ocağa koymadan önce veya sonra tuz eklemeniz önemli değildir; ancak, tuz sıcak suda daha hızlı çözünür, dolayısıyla dağılır. Tuza çözünme imkânı verin ve yiyeceği eklemeden önce suyun bolca çeşnilendiğinden emin olmak için tadına bakın. Tencere ocakta çok uzun kalırsa su buharlaşır. Geriye kalan su ise aşırı tuzlu olur. Burada yapılması gereken basit; suyun tadına bakarak tuzunun yerinde olup olmadığını kontrol edin. Denge yoksa biraz su ya da tuz ekleyin.

Yiyeceği tuzlu suda pişirmek, içeriden çeşnilendirmenin en basit yollarından biridir. Fırına girerken çeşnilendirilmiş patateslerin tadına baktığınızda, yüzeyde tuz tadı alırken içinin o kadar tuzlu olmadığını fark edeceksiniz. Öte yandan, patatesleri fırına vermeden önce



AZ TUZLANMIŞ



YETERİNCE TUZLANMIŞ

tuzlu suda kaynattığınızda ortaya çıkan fark sizi çok şaşırtacak: Tuz patatesin içine nüfuz etmiş ve bu esnada onu içeriden çeşnilendirmiş olacaktır.

Makarna, patates, bakliyat ve tahıl pişirmede kullanacağınız suyu, tuzun çözünüp yiyeceğe nüfuz etmesi açısından mümkün olduğunca erken tuzlayın. Sebze haşlama suyunu doğru tuzlarsanız, sofrada yeniden tuz kullanmanıza gerek kalmaz. Patates, kuşkonmaz, karnabahar, taze fasulye veya herhangi bir sebzeyi haşlayarak yapılan salatalar, sebzeler haşlanırken uygun şekilde çeşnilendirildiğinde çok daha lezzetli olur. Sofrada ekilen tuz, salatanın dokusunda hoş bir gevreklik sağlar. Ancak, lezzet üzerinde o kadar etkili olmaz.

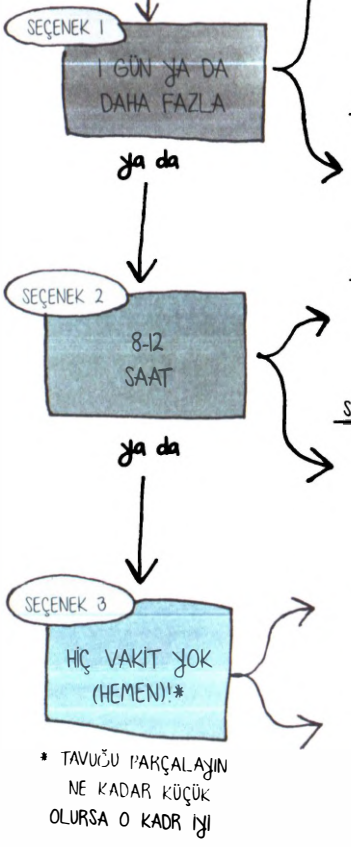
Suda pişecek etleri bütün etler gibi önceden tuzlayın ama yahni ile ağır ateşte pişen ve kaynar suda haşlanan etler için pişirme sıvılarını tuzlarken ölçülü olun – ekleyeceğiniz bütün tuzu tüketeceğinizi unutmayın. Çeşnilendirilmiş etin tuzunun bir kısmı, daha az iştah açıcı olan et suyuna akabilir ama mühim olan yumuşatma görevini zaten yapmış olmasıdır. Çeşnilendirilmiş etle pişirme sıvısı arasında meydana gelecek lezzet alışverişini göz önünde bulundurarak, servis yapmadan önce etle beraber suyunun da tadına bakıp ayarlama yapın.

Şok haşlama, esmerleştirme&az suda haşlama, hafif kaynayan suda pişirme ve **poşe** konuları için Isı bölümüne başvurun.

Tavuğumu Nasıl Çeşnilendirmeliyim?

MAKSİMUM LEZZET İÇİN TUZLAMA ÜZERİNE FAYDALI BİR REHBER

KENDİNİZE SORUN:
"YEMEĞE KADAR NE KADAR VAKTİM VAR?



* TAVUĞU PARÇALAYIN NE KADAR KÜÇÜK OLURSA O KADR İYİ

SEÇENEK 1 (A)

TAVUĞU ÇEŞNİLENDİRİN, BÜTÜN BIRAKIN ve YAYIKALTI SÜTÜYLE MARİNE EDİLMİŞ FIRINDA TAVUK İÇİN YAYIKALTI SÜTÜNE YATIRIN (bkz. sf. 310?), DAHA SONRA BİR GECE BUZDOLABINDA BEKLETİN. YEDİĞİNİZ EN YUMUŞAK TAVUK OLACAK.

SEÇENEK 1 (B)

TAVUĞU PARÇALAYIN (bkz. sf. 318) ve ÇEŞNİLENDİRİN. BİR GECE BUZDOLABINDA BEKLETİN ve TAVUKLU MERCİMEKLİ PİLAV (bkz. sf. 331) YAPIN.

SEÇENEK 2 (A)

OMURGAYI AYIRIN, TAVUĞU İKİ TARAFTAN SERBESTÇE ÇEŞNİLENDİRİN ve BUZDOLABINA KOYUN. SİZ ÇITIR YARMA TAVUK (bkz. sf. 316) İÇİN FIRINI ISITIRKEN TAVUK DA ODA SICAKLIĞINA GELSİN.

SEÇENEK 2 (B)

TAVUĞU DÖRT PARÇAYA AYIRIN, ÇEŞNİLENDİRİN ve SİRKELİ TAVUK (bkz. sf. 336) YAPIN. ETİ ÇEŞNİLENDİRİLMİŞ ŞARAPTA KISIK ATEŞTE BİRAZ PİŞİRMEK, TUZUN KEMİĞE NÜFUZ ETMESİNE YARDIMCI OLACAKTIR.

SEÇENEK 3 (A)

SARIMSAKLI TAVUK ÇORBASI (bkz. sf. 332) YAPIN. TAVUĞU LEZZETLİ BİR ET SUYUNDA PİŞİRMEK ETİN ÇEŞNİLENMESİNE KATKIDA BULUNACAKTIR.

SEÇENEK 3 (B)

BACAK ve KALÇA KEMİKLERİNİ AYIRIP TAŞIMA BANDI TAVUĞU (bkz. sf. 325) YAPIN. GÖĞSÜ DE AYNI ŞEKİLDE PİŞİRİN!

DİFÜZYON HESAPLAMASI

Tuzun nüfuz etmesini destekleyen en değerli üç araç; süre, sıcaklık ve sudur. Pişirmeye başlamadan önce, bir malzeme veya pişirme yöntemi seçerken kendinize şunu sorun: "Bunu içeriden nasıl çeşnilendirebilirim?" Sonra da yiyeceği ya da pişirme suyunu ne kadar önceden – ve ne miktarda – tuzlayacağınızı hesaplamak için bu değişkenleri kullanın.

Süre

Tuz çok yavaş dağılır. Büyük veya yoğun bir şey pişiriyor ve içine tuz geçmesini istiyorsanız; tuza merkeze ulaşma zamanı verecek kadar önceden çeşnilendirin.

Sıcaklık

Isı tuzun dağılımını harekete geçirir. Tuz, buzdolabı sıcaklığına kıyasla oda sıcaklığında her zaman için daha hızlı dağılır. Tavuk veya kırmızı etinizi önceden tuzlamayı unuttuğunuzda, bu etkenden faydalanabilirsiniz. Eve gittiğinizde eti buzdolabından çıkarın ve tuzlayın. Fırın ya da ızgara ısınırken eti dışarıda bekletin.

Su

Su tuzun dağılımını kolaylaştırır. Tuzun sıkı, kuru ve sert malzemelere nüfuz etmesini sağlamak için, özellikle önceden tuzlamaya vakit bulamadıysanız suyla pişirme yöntemlerini uygulayın.

TUZLAMA TAKVIMI

YIYECEKLERIN TUZLANMA VAKTINI HATIRLATAN DOSTANE BIR UYARI

3 YIL ÖNCEDEN

KURUTULMUŞ ET

&

KIYAMET GÜNÜ İÇİN ERZAK

3 HAFTA ÖNCEDEN

KONSERVE SIĞIR ETİ
TUZLANMIŞ MORİNA BALIĞI

5-7 GÜN ÖNCEDEN

BÜTÜN DANA

3 GÜN ÖNCEDEN

TİPİK TÖREN YEMEĞİNİZ İÇİN BÜTÜN KUZU YA DA KEÇİ

2 GÜN ÖNCEDEN

HİNDİ,
KAZ VE
DİĞER
BÜTÜN
BÜYÜK
KUŞLAR
KABURGA
KUZU BUDU

1 GÜN ÖNCEDEN

TAVUK!
KALIN ETLER,
BILDIRCIN,
ÖRDEK, SUDA
BEKLETTİĞİNİZ
BİR KAP
BAKLİYAT

BUGÜN

PİŞİRMEDEN SAATLER ÖNCE

DAHA ÖNCEDEN TUZLAMANIZ GEREKİP DE UNUTTUĞUNUZ HER ŞEY. ZİRA BİRKAÇ SAAT HİÇ YOKTAN İYİDİR

PİŞİRMEDEN 15-20 DAKİKA ÖNCE

PATLICAN & KABAK (SONRA KURULAYIN), SALATA İÇİN LAHANA, KALIN TON BALIĞI, KILIÇ BALIĞI BİFTEKLERİ UNUTTUĞUNUZ HER ŞEY, ZİRA BİRKAÇ SAAT HİÇ YOKTAN İYİDİR

PİŞİRMEDEN HEMEN ÖNCE

PULLU BALIK & HASSAS KABUKLU DENİZ HAYVANLARI, FIRINDA, IZGARADA PİŞİRİLECEK SEBZELER; HAŞLAMA SUYUNU TUZLAYIN, ÇIRPILMIŞ YUMURTA

PİŞERKEN

OCAKTA PİŞİRDİĞİNİZ MANTAR VE SEBZELER, YAVAŞ YAVAŞ KAYNATILAN SOSLAR

SERVİS ETMEDEN BİRKAÇ DAKİKA ÖNCE

SALATA İÇİN DOMATES

SERVİS ETMEDEN HEMEN ÖNCE

SALATA

SERVİS EDİN

YİYİN

DİLERİM YERKEN TUZ EKLEMENİZ GEREKMEZ AMA MECBUR KALDIYSANIZ SORUN DEĞİL!

TUZ KULLANIMI

İngiliz yemek yazarı Elizabeth David bir keresinde, "Tuz kaşığıyla uğraşmam bile," demişti. "Parmağımı tuza batırmanın neresi kaba veya yanlış anlamıyorum." Aynı fikirdeyim. Tuzluğu bırakın, tuzu bir kâseye boşaltın ve yemeğinizi tuzlamak için parmaklarınızı kullanın. Beş parmağınızı birden tuz kâsesine daldırıp bir avuç dolusu tuzu kolayca alabilmelisiniz. İyi yemek pişirmenin bu önemli ama genellikle dile getirilmeyen kuralı, profesyonel aşçılar için alışıldık bir hal almıştır. Yabancı mutfaklarda tuz kâsesi olarak kullanmak için gayriihtiyari kap aranır. Sıkıştığımda hindistancevizi kabuğu bile kullandığımı hatırlarım. Zamanında Küba'daki millî aşçılık okulunda ders veriyordum; devlet idaresindeki mutfak o kadar yetersizdi ki tuzu ve diğer çeşnileri koymak için plastik şişeleri ortasından kesmek zorunda kalmıştım. Sonuçta işimi gördüler.

Tuz Ölçümü

Tuz kullanırken kesin ölçülerin takibini bırakmak için öncelikle gözünüzü karartmanız gerekir. Yemek pişirmeyi öğrenmeye henüz başlamışken, yemeğe yeterince tuz koyduğumu nasıl anlayacağımı hep merak ederdim. Çok fazla kullanmaktan nasıl kaçınacağımı da merak ederdim. Sürekli kafam karışıyordu. Doğru tuz miktarını elde etmenin tek yolu, tuzu artımlı bir şekilde eklemek ve her seferinde tatmaktı. Tuzumu tanımam gerekiyordu. Zaman içinde büyük bir tencere makarna suyuna başlangıç için üç avuç gerektiğini öğrendim. Şiş için tavukları çeşnilendirirken, doğrama tezgâhının üzerine hafif bir tipi yağmış gibi görünmesi gerektiğini öğrendim. Bu işaretleri bulmam ancak tekrar ve talimle mümkün oldu. Ayrıca birkaç istisna da keşfettim: Malzemelerin tam ölçüyle eklendiği belli başlı hamur işleri, salamura ve sosis tariflerinde devamlı ayarlamaya ihtiyaç yoktur. Yine de pişirdiğim her şeyi tercihe göre tuzlamaya devam ediyorum.

Bir dahaki sefere fırına vereceğiniz filetoyu ne kadar tuzladığınıza dikkat edip, ilk lokmanızı alırken çeşninin yerinde olup olmadığını düşünün. Yerindeyse, tuzun etin üzerinde nasıl göründüğünü hafızanıza kaydedin. Yerinde değilse, bir dahaki sefere tuzu

azaltmayı veya çoğaltmayı aklınızın bir köşesine yazın. Ne kadar tuz kullanacağınızı belirlemek için gereken araç sizde mevcut; diliniz. Mutfaktaki şartlar hiç olmasa bile nadiren benzerlik gösterir. Her seferinde aynı tencere, aynı miktarda su, aynı ebatta tavuk veya aynı sayıda havuç kullanmadığımız için ölçümler yanıltıcı olabilir. En iyisi kendi dilinize güvenmek ve devamlı tatmaktır. Zamanla ne kadar tuz kullanacağınızı ölçmek için diğer duyularınızı kullanmayı da öğreneceksiniz. Vazgeçilmez *Klasik İtalyan Mutfağı'nın Temelleri (Essentials of Classic Italian Cooking)*'nin yazarı rahmetli, harika aşçı Marcella Hazan, yalnızca koklayarak yemeğin tuz ihtiyacını anlayabiliyordu.

Tuz ölçümünde kullandığım genel oranlarım basit; et, sebze ve bakliyatın ağırlığının yüzde 1'i kadar, sebzeleri şok haşlama ve makarna için ise suya yüzde 2 oranında tuz atıyorum. Bu rakamların çeşitli tuzlar için hacim olarak neye karşılık geldiğini görmek için bir sonraki sayfada yer alan tabloya göz atın. Önerdiğim miktarlar sizi dehşete düşürdüyse küçük bir deney yapın: İki tencere su hazırlayın ve birini her zamanki gibi tuzlayın. Diğerine yüzde iki oranında tuz ekleyin ve bu kadar tuz kullanmanın nasıl bir his olduğunu, ayrıca nasıl göründüğünü bir kâğıda yazın. Taze fasulye, brokoli, kuşkonmaz veya makarnanızı ikiye bölerek her iki tencerede de pişirin. Yerken lezzetlerini karşılaştırın. Bu deneyin bana güvenmeniz için sizi ikna etmeye yeterli olacağını düşünüyorum.

Bu oranları başlangıç noktası olarak düşünün. Kısa bir süre içinde – belki bir iki tencere makarnadan sonra – tuz taneciklerinin avucunuzdan düşme şekline bakarak, ne kadar tuzun yeterli olacağını ve suyun tadına baktığınızda deniz suyuna ulaşıp ulaşmadığını anlayabileceksiniz.

TEMEL TUZLAMA TALİMATLARI*

TUZ TİPİ	ÇORBA KAŞIĞI İÇİN GRAM OLARAK AĞIRLIK	1 POUND (0,45 GR) KEMİKSİZ ETTE	1 POUND KEMİKLİ ETTE (YANİ KIZARMIŞ TAVUK)	1 POUND SEBZE VE BAKLİYATTA	BİR KUART (0,95 L) ŞOK HAŞLAMA VEYA MAKARNA SUYUNDA	HAMUR İÇİN 1 BARDAK UNDA
GENİŞ KAPSAMLI	—	AĞIRLIĞIN % 1.25'İ	AĞIRLIĞIN % 1.5'İ	AĞIRLIĞIN % 1'İ	% 2 TUZLULUK	AĞIRLIĞI % 2.5'İ

BİR BAŞKA DEYİŞLE:

İNCE DENİZ TUZU	14,6	1 1/8 çk**.	1 1/3 çk.	1 silme çk.	1 yk. + 1 silme çk.	3/4 çk.
MALDON TUZU	8,4	2 çk.	2 1/2 çk.	1 2/3 çk.	2 yk. + 3/4 çk.	1 1/3 çk.
SEL GRİS	13	1 1/4 çk.	1 1/4 çk.	1 çk.	2 yk. + 3/8 çk.	1 silme çk.
SOFRA TUZU	18,6	2/3 çk.	1 1/8 çk.	3/4 çk.	1 yk.	2/3 çk.
MORTON KOŞER	14,75	1 1/8 çk.	1 1/3 çk.	1 silme çk.	1 yk. + 2 silme çk.	3/4 çk.
DIAMOND CRYSTAL KOŞER	9,75	1 3/4 çk.	2 1/8 çk.	1 1/3 çk.	2 silme yk.	1 1/8 çk.

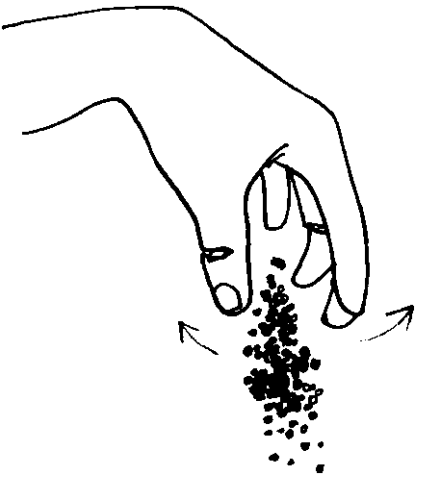
* UNUTMAYIN, SON SÖZÜ SÖYLEYEN DAMAK ZEVKİNİZ OLACAKTIR. BUNLAR SADECE NEREDEN BAŞLAYACAĞINIZA DAİR TAVSİYELERDİR.

** Çk: Çay kaşığı. Yk: Yemek kaşığı. (ed.n.)

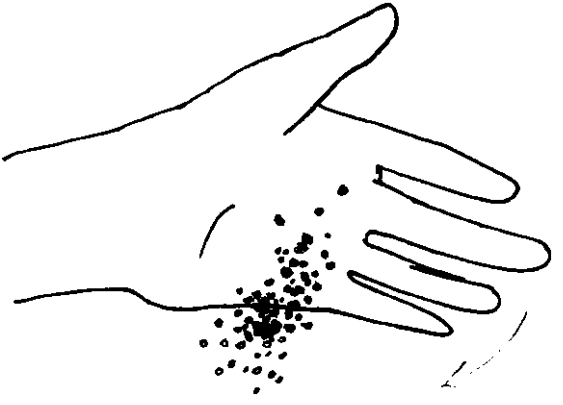
Tuz Nasıl Serpilir?

Bir şeyi doğru bir şekilde çeşnilendirmek için ne kadar tuz gerektiğini anladıktan sonra, çok fazla diye bir şey olmadığına inanmaya başlayabilirsiniz. Benim başıma geldi. Kasap odasında ertesi akşamın yemeği için çeşnilendirmemi istedikleri etle ilgilenirken, özellikle hayran olduğum bir şef gelmişti. Tuzun gücünü henüz keşfetmiş olduğumdan ötürü, etlerin her tarafını eşit ölçüde tuzla kaplamak için büyük bir kâse tuzda yuvarlıyordum. Şef merdivenleri inerken beni görünce hayrete düştü. Meğer kullandığım tuz etleri üç yıl kurutmaya yetermiş! Yani ertesi gün yenilemeyecek hale geleceklerdi. Yirmi dakika boyunca etlerin üzerindeki tuzu yıkamakla uğraştım. Daha sonra şef bana eliyle tuzu büyük yüzeylere eşit şekilde nasıl dağıtacağımı gösterdi.

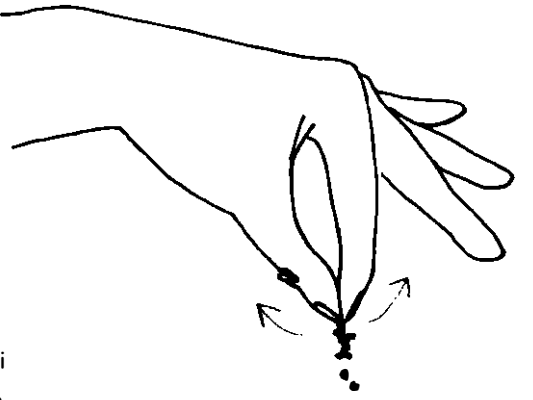
Aşçıların farklı durumlarda tuzu kullanma tarzlarına dikkat edene kadar, tuzlama *eylemi*nin inceliklerini anlamıyordum. Sebzeleri şok haşlamada veya makarna haşlamada kullandığımız suyu avuç avuç tuzlama yöntemi vardı; tuzun suda çözünmesini bekleyip parmağınızı kaynayan suyun köpüğüne hafifçe değdirip düşünceli bir edayla tadına bakar ve ekseriya biraz daha tuz eklerdiniz.



Avuç Dolusu



Bilekten Sallama



Tepsi tepsi sebzeyi, sırayla kendi yağında pişecek ördek butları, hatta büyük et parçaları ve fırına girmeye hazır *focaccia* (bir tür İtalyan ekmeği) tepsilerini tuzlama yöntemimiz vardı. Bu yöntemde tuzu yukarı dönük avucunuzda gevşekçe tutar, sonra elinizi bilekten sallayarak tuzların avucunuzdan dökülmesini sağlıyorsunuz. Tuz, un veya tanecikli herhangi bir şeyi benim alışık olduğum havada tutulan çimdikle değil, bu şekilde büyük bir yüzeye eşit ve düzgün bir şekilde dağıtabilirsiniz.

Bu yöntemi kendi mutfağınızda bir parça pişirme kâğıdının üzerinde deneyin. Tuzun avcunuzdan düşme şekline alışın; bize korkmamız gerektiği söylenen bir şeyden, bu kadar çok miktarda kullanmanın yasak heyecanını yaşayın.

Öncelikle, tuzun teninize yapışmaması için ellerinizi kurulayın. Bir avuç dolusu tuz alın ve gevşeyin. Düzensiz veya robotvari el hareketleri dengesiz tuzlamaya neden olur. Tuzun kâğıda nasıl düştüğüne bakın. Dengesiz bir şekilde düşüyorsa, dengesiz serpiyorsunuz demektir. Tuzu yeniden kâseye koyun ve yeniden deneyin. Bileğiniz ne kadar rahat hareket ederse tuz o kadar dengeli düşecektir.

Bütün bunlar asla çimdik tuz kullanmayacağınız anlamına gelmiyor. Çimdik tuz, araba tamponundaki çiziği kapatmaya yarayan tırnak cilası şişesi büyüklüğündeki rötuş boyasına benzer. Büyük hasarları tamirde yetersiz kalabilir ama doğru ve akıllıca kullanırsanız, kusursuz sonuçlar verecektir. Her lokmayı çok dikkatli bir şekilde tuzlamak istediğinizde çimdiğinizi kullanın. Örneğin; bir parça kızarmış ekmeğin üzerindeki avokado dilimlerinde, ikiye kesilmiş lop yumurta dilimlerinde veya minik, kusursuz karamel parçaları üzerinde deneyebilirsiniz. Buna karşın, tavuk etine ya da bir tepsi kabağa çimdikle girişirseniz, tuzlama işlemi bitmeden bileğiniz güçten düşer.

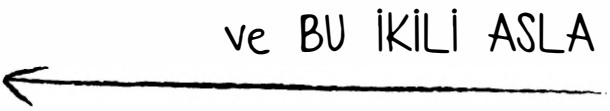
Tuz ve Biber

Biberin olduğu her yerde neredeyse her zaman tuzun da olması gerektiği doğruyken, tersi mutlaka öyle olmak zorunda değil. Unutmayın; tuz bir mineral ve temel besindir. Yiyecek tuzlandığı zaman, etin dokusunu ve tadını içeriden değiştiren birtakım kimyasal tepkimelere girer.

Biber ise bir baharattır ve uygun baharat kullanımı öncelikle coğrafya ve geleneğe göre değişir. Önünüzdeki yemeğe biber ekmeden önce yakışıp yakışmayacağını düşünün. Fransız ve İtalyan aşçılar bol biber kullansalar da herkes kullanmaz. Fas'ta masalarda tuzla beraber kimyon da bulunur. Türkiye'de bu pul biberdir. Lübnan ve Suriye dâhil birçok Ortadoğu ülkesinde bu *zahter* olarak bilinen kurutulmuş kekik ve susamdır. Tayland'da çili ezmesinin yanında şeker bulunabilirken, Laos'ta misafirlere genellikle taze çili biberle lime (misket limonu) getirilir. Her şeye düşünmeden karabiber ekmek, pişirdiğiniz her yemeğe kimyon veya zahter eklemekten daha anlamlı değildir. (Dünyanın çeşitli yerlerinde kullanılan baharatlarla ilgili daha fazla bilgi için sf. 194'teki **Lezzet Dünyası** çarkına bakın.)

Karabiber kullandığınız zaman, asmada diğer türlerden daha uzun sürede olgunlaşan, böylece daha fazla lezzet kazanan Tellichery biber tanesi kullanın. Salata, üzerine *burrata* (bir çeşit İtalyan peyniri) sürülmüş, zeytinyağı serpilmiş, olgun domates dilimleriyle servis edilen kızarmış ekmek dilimi, ***Pasta Cacio e Pepe*** veya tam pişmiş biftek dilimleri için sofrada bir miktar öğütün. Ocağa veya fırına koyacağınız salamuraya, ağır ateşte pişen yemeğe, sosa, çorbaya, et veya sebze suyuna veya haşlanmaktaki bakliyatın suyuna birkaç bütün karabiber tanesi atın. Sıvılara eklenen tüm baharatlar lezzet alışverişini başlatır: Baharat sıvıyı emdiği için kendi zengin aromasını bırakarak, pişirmenin sonundaki küçük bir çimdik toz baharatın asla başaramayacağı bir şekilde sıvıya lezzet katar.





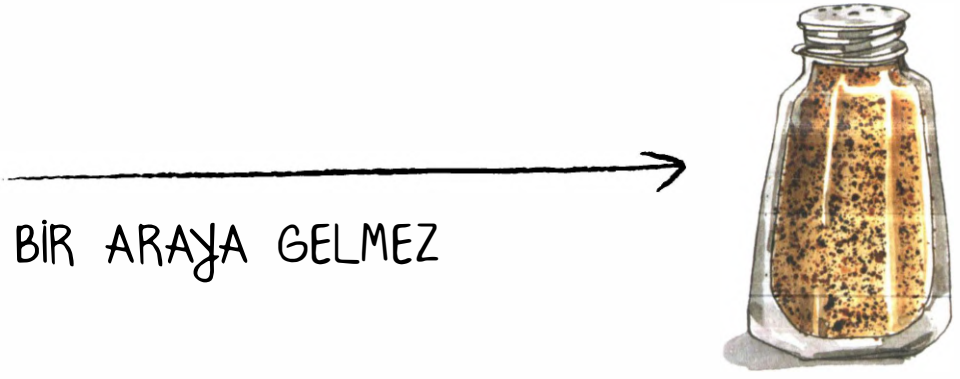
Kahve gibi baharatlar da kullanılmadan hemen önce öğütüldüğünde daima daha lezzetli olur. Lezzet, bu baharatın içine aromatik yağlar halinde hapsolmuştur. Bu yağlar ancak baharat öğütüldüğünde ve ısıtıldıklarında yeniden ortaya çıkar. Mümkünse daima bütün baharat alıp ya havanda dövün ya da baharat öğütücüyle öğütün. Böylece aromatik yağların güçlü bir şekilde ortaya çıkışını tecrübe edebilirsiniz. Bunun pişirdiğiniz yemekte ne kadar büyük bir fark yarattığını görünce şaşıracaksınız.

Tuz ve Şeker

Tatlı yapacağınız vakit tuz hakkında bildiğiniz hiçbir şeyi unutmayın. Bize tuzla şekerin birbirinin zıddı olduğu öğretildi: Yiyecek ya tatlıdır ya da tuzlu. Fakat unutmayın ki tuzun en başta gelen etkisi lezzeti arttırmaktır, tatlılar bile bu destekten faydalanır. Ufak bir tatlılığın tuzlu yemeklerin (örneğin; karamelize soğanın, balzamik sirkenin ya da pirzola ile servis edilen bir kaşık elma sosunun) lezzetini arttırması gibi, aynı şekilde tuz da bir tatlının lezzetine katkıda bulunabilir. Tuzun tatlılarda ne yaptığını görmek için bir dahaki sefere hazırladığınız kurabiye hamurunun yarısına tuz koymayın. İki hamuru yan yana koyup tadın. Tuz, aroma ve lezzet arttırıcılık görevini yerine getirdiği için tuzlanmış kurabiyelerde tespit edeceğiniz fındık, karamel ve tereyağı tatlarına şaşıracaksınız.

Tatlıların temel malzemeleri mutfaktaki en tatsız malzemelerdendir. Tuzlu bir yemekte un, tereyağı veya kaymağı tuzsuz bırakmayacağınız gibi tatlıda da bırakmamalısınız. Turta, kurabiye, kek, tart dolgusu, muhallebi vb. karışımlarınıza bir veya iki çimdik tuz ekleyerek lezzetini arttırabilirsiniz.

Tatlıyı *nasıl* yiyeceğinize bağlı olarak, ne tür bir tuz kullanacağınızı belirleyebilirsiniz. Örneğin; kurabiye hamurunda her tarafa eşit nüfuz etmesi için ince tuz kullanın; üzerinde hoş bir çıtırtı hissi için ise pulsu tuz kullanın.

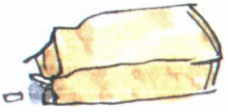


SEZAR SALATA

Veya TUZ AHENGİ için

BİR ALIŞTIRMA

1. İŞE BÜTÜN TUZLU MALZEMELERİNİZİ HAZIRLAMAKLA BAŞLAYIN.



PARMESAN

(YAPRAK YAPRAK RENDELEYİN)



ANÇÜEZ

(EZİN)



SARIMSAK

BİR ÇİMDİK TUZLA DÖVÜN



TUZ

SERPİN



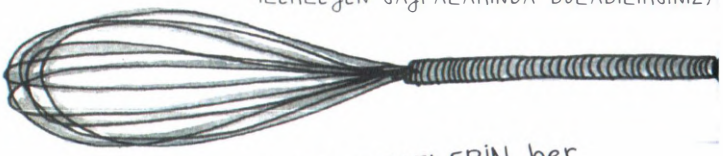
WORCESTERSHIRE SOS

(KAPAĞINI AÇIN)

2. KATI, TUZSUZ BİR MAYONEZ YAPIN

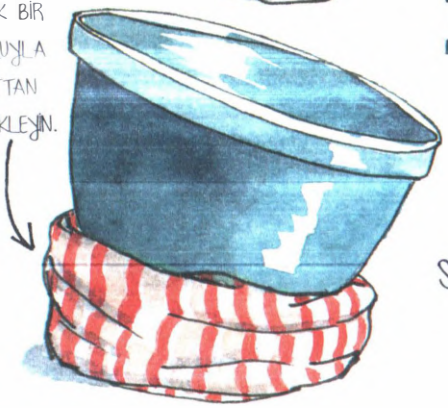
(NASIL MAYONEZ YAPILACAĞINI KİTABIN İLERLEYEN SAYFALARINDA BULABİLİRSİNİZ)





3. TUZLU MALZEMELERİN her BİRİNİ TEKER TEKER ve AZAR AZAR EKLEYİN. SONRA LİMONLA SİRKEYİ EKLEYİN.

KÂSEYİ ISLAK BİR HAVLUYLA ALTTAN DESTEKLEYİN.



SONRA **TADIN**





ŞİMDİ DURUN

TUZA İHTİYACI VAR, DEĞİL Mİ? AMA BAŞKA NEYE?
BİRAZ DAHA ANÇÜEZ? BİRAZ DAHA PARMESAN? EKLEYİN.

ŞİMDİ YENİDEN TADIN

BELKİ BİRAZ DAHA WORCESTERSHIRE EKLENEBİLİR.

YENİDEN TADIN

TADI GÜZELLEŞENE KADAR TUZ EKLEYEREK
BUNU TEKRARLAYIN.

BUNU HALLETTİKTEN SONRA SON BİR TADIM İÇİN İÇİNE BİR MARUL YAPRAĞI BATIRIN.



MÜKEMMEL

GEVREK MARUL ve KRUTONLARLA KARIŞTIRIN üzerine ARZUYA GÖRE PARMESAN & KARABİBER EKLEYİN.





YİYİN.

Tuz Ahengi

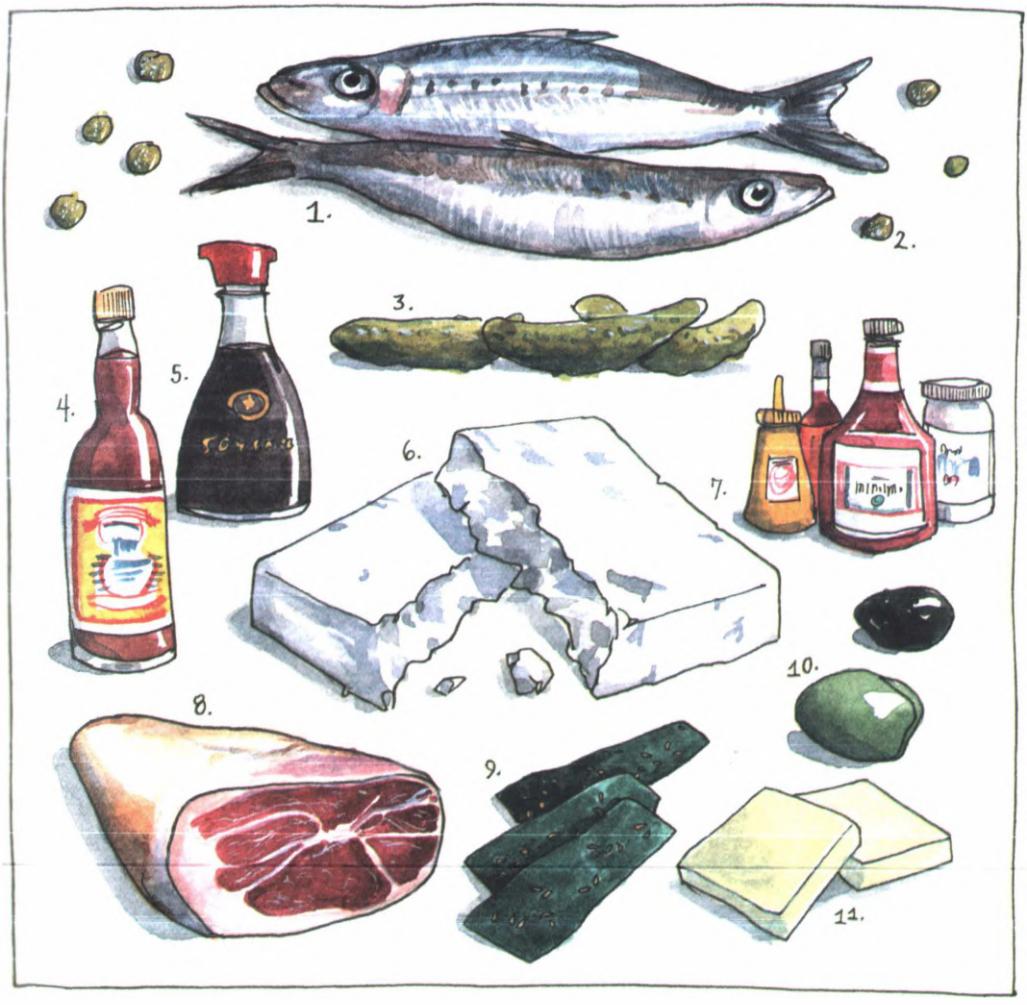
Tuzun kapariden jambona, miso ezmesinden peynire kadar, yiyeceğimize doğrudan koyduğumuz kristallerden başka birçok kaynağı vardır. Yemeğe birbiriyle uyumlu birden fazla tuz formunu katmaya ben **tuz ahengi** adını veriyorum. Bu muhteşem bir lezzet oluşturma tekniği.

Tuz ahengini yakalamak için, yemeği bir bütün olarak düşünün ve eklemek istediğiniz bütün tuz formlarını başlamadan önce göz önünde bulundurun. Çok önemli bir tuzlu malzemeyi daha sonra yeniden eklemeniz gerekebileceğini hesaba katmazsanız, yemeğiniz sonunda aşırı tuzlu olabilir. İçinde birçok tuzlu malzeme – ançüez, parmesan, Worcestershire sosu ve tuz – bulunduran **Sezar Sosu'**nu bir de tuz ahengi ile yapmayı deneyin. Bir tutam tuzla havanda döverek püre haline getirdiğim sarımsak ise beşinci tuz kaynağıdır. Lezzetli, dengeli bir sos yapmak bu – ve diğer – malzemelerin her birini doğru oranlarda karıştırmakla mümkün olduğu için, her şeyi doğru oranda kattığınızdan emin olana dek kristal tuz eklemekten kaçının.

Öncelikle çırpmakta olduğunuz yumurta sarılarına yağı damla damla ekleyerek, katı, tuzsuz bir mayonez yapın (85-86. sayfalarda daha ayrıntılı mayonez tarifi yer alıyor). Ardından, ilk olarak ançüez ezmesi, sarımsak, rende peynir ve Worcestershire sosunu ekleyin. Sonra sirke ve limonu ilave edin. Tadına bakın. Tuza ihtiyacı olmalı ama aynı zamanda biraz daha ançüez, peynir, sarımsak veya Worcestershire'a ihtiyacı var mı? Varsa, tuzluluğu bu malzemelerden biriyle zaten arttırmış olacaksınız. Yalnız bunu derece derece yapın; arada durup tadın ve ihtiyaç oldukça asidi ayarlayın. Çoklu tuz formları içeren bütün yemeklerde olduğu gibi, bunda da kristal tuzu ancak diğer bütün malzemelerin dengesinden memnun olduktan sonra ilave edin. Doğru miktarda eklediğinizden emin olmak için, bitmiş sosa bir marul yaprağı daldırıp karışımın o işte bu! etkisini verip vermediğini kontrol edin.

Bir tarife uyarken dahi yemeğin daha fazla tuza ihtiyacı olduğunu fark ederseniz, tuzun *nereden* gelmesi gerektiğini durup düşünün.

TUZ KAYNAKLARI



1. TUZLA KAPLANMIŞ KÜÇÜK BALIKLAR (ANÇÜEZ, HAMSİ, SARDALYA VS.) 2. TUZ VEYA SALAMURADA SAKLANAN KAPARİ 3. TURŞUSU KURULAN VEYA FERMENTE EDİLEN SEBZELER, örneğin DEREOTLU SALATALIK, KORNİŞON, LAHANA ve KİMÇİ 4. BALIK SOSU 5. SOYA SOSU ve MİSO EZMESİ 6. PEYNİR 7. HARDAL, KETÇAP, SALSA ve ACI SOSLAR GİBİ ÇOĞU ÇEŞNİ 8. PROSCIUTTO, PANCETTA VB. PASTIRMALAR GİBİ KURUTULMUŞ ETLER 9. NORİ, KOMBU ve DİĞER DENİZ YOSUNLARI 10. ZEYTİN 11. TUZLU TEREYAĞI (ADI ÜSTÜNDE)

Tuz Dengesi

Yemek pişirirken ne kadar dikkatli olursanız olun, sofraya oturduğunuzda tuzu az koyduğunuzu fark ettiğiniz zamanlar olacaktır. Bazı yemekler az tuzlanmayı daha kolay kaldırır. Bir salatanın tuzunu sofrada bir tutam eklemek suretiyle kolayca ayarlayabilirsiniz. Bir kâse çorbaya biraz rendelenmiş Parmesan ekleyerek tuzunu arttırabilirsiniz. Bazı yemekler ise tuzsuzluğu kaldıramazlar: Hiçbir tuzlu sos, peynir veya et, tuzsuz bir makarnaya çeşni katamaz – diliniz, suyun deniz suyu kadar tuzlu olmadığını her zaman anlar. Kızarmış ve ağır ateşte pişmiş etler de az tuzlama ihlalini affetmezler.

Chez Panisse'de bir dizi az tuzlama felaketine şahit olduğumdan beri bu konusunda aşırı hassasım. Bir gün aşçımız pizza hamuruna tuz koymayı tamamen unutmuştu. Biz de tadıma kadar bu kazayı fark etmemiştik. Sonuçta pizzayı menüden çıkarmak zorunda kaldık. Bir keresinde ben "tuzlandı" işareti taşıyan ama belli ki tuzlanmamış tavuk butlarını kısık ateşte pişirdim ve bu hatayı tavuğu fırından çıkarıp tadına bakana kadar fark etmedim. Pişmiş etin üzerine tuz serpmek içeriden çeşnilendirilmemiş olduğu için pek bir işe yaramayacağından, tek çaremiz eti didikleyip çeşnilendirmek ve makarnayla servis etmek üzere *ragù*'ya çevirmek oldu. Fakat bende en çok tesir bırakan az tuzlama olayı, epey kıdemli bir aşçının lazanyasını az tuzlamasıydı. O akşamın servisi için lazanyayı yüz parçaya bölmüştü bile. İçeriden yapılmış bir hatayı düzeltmede lazanyanın üzerini tuzlamak fayda etmeyeceğinden, yüz dilim lazanyanın on ikişer katının her birini nazikçe kaldırıp birkaç tuz zerresi serpme görevi bir çırak olarak bana verildi. Bu olaydan sonra lazanya yaparken hep özen gösterdim.

Bazen de tuzu fazla kaçırırsınız. Hepimizin başına gelebilir. Tuzun gücüne yeni inanmaya başlayanlardan, yeni uyananlardan biri olduktan kısa süre sonra bu hataya düşebilirsiniz. Genç bir aşçıyken, pirzolalarla yaptığım gibi siz de şövalye kesilip aşırı miktarda tuz kullanarak pişirdiğiniz yemekleri yenilemez hale getirebilirsiniz. Bu dikkatinizi vermediğiniz bir anda oluverir. Çok önemli değil. Hepimiz zaman zaman hata yaparız. Ben hâlâ yapıyorum.

Aşırı tuz kullanımını telafi için birçok yöntem vardır. Ama bunlar arasında aşırı tuzlu bir şeyin yanında hiç tuzu olmayan bir şey servis etmek yer almıyor. Kasıtlı tuzsuzluk aşırı tuzluluğu telafi etmez.

Seyreltme

Tuzsuz malzemeler katarak yemeğin toplam hacmini arttırın. Tuzsuz malzemeler tuzluları dengeler ama yavan, nişastalı ve yoğun şeyler bu durumlarda özellikle işe yarar zira bunlardan ufak bir miktar nispeten çok miktardaki yiyeceği dengeleyebilir. Aşırı tuzlu bir çorbaya tuzsuz pirinç veya patates, aşırı çeşnili mayoneze zeytinyağı ilave edin. Kaynayan çorbadan veya sostan su buharlaşıp uçarken tuz buharlaşmaz ve geriye kalan şey aşırı tuzlu olur. Burada çözüm basittir. Daha çok su veya sebze/et suyu ekleyin. Birçok malzemeyi karıştırarak yaptığınız yemeğin tuzu fazla kaçtıysa, dengeyi bulana kadar ana malzemeden ekleyin ve diğer her şeyin ayarlamasını yapın.

İkiye Bölme

Yemeği çoktan yaptıysanız ve seyreltme işlemi kullanabileceğinizden daha fazla yemek üretecekse, aşırı tuzlu yemeği ikiye bölün ve yalnızca bir yarısını düzeltin. Yemeğin ne olduğuna bağlı olarak, kalan kısmı tadını ayarlayıp kullanıncaya kadar buzdolabına ya da dondurucuya koyabilir veya atmak zorunda kalabilirsiniz. Lakin bu bile bir yığın mayonezi düzeltmek için bir litre zeytinyağı tüketip sonra mayonezin sadece dörtte birini kullanmaktan iyidir.

Dengeleme

Bazen tuzlu görünen yiyecek aslında aşırı tuzlanmamıştır; sadece biraz asit veya yağla dengelenmesi gerekmektedir. Bir kaşık yemeğe birkaç damla limon veya sirke, biraz zeytinyağı veya her birinden biraz ilave edin. Eğer tadı daha iyi oluyorsa değişiklikleri bütün yemeğe uygulayın.

Seçme

Sıvıda pişen yemekler, tuzlu pişirme sıvısı alındığı zaman kurtarılabilirler. Kuru fasulye çok tuzlu olduysa suyu değiştirin. Fasulye kızartması veya tuzsuz et suyu ve sebze ekleyerek fasulye çorbası yapabilirsiniz. Sulu et yemeği biraz tuzlu olduysa suyu olmadan servis edin. Eti taze krema (*crème fraîche*) gibi asidik bir sosla dengelemeye çalışın. Yine tuzluluğu dengelemek için yanında hafif tuzlanmış nişasta ya da nişastalı bir sebze servis edin.

Dönüştürme

Aşırı tuzlu bir eti başka birçok malzemeyle beraber kullanılacağı (haşlama, acı biberli, çorba, etli sebze yemeği, ravioli içi gibi) yeni bir yemeğe dönüştürmek için didikleyin. Aşırı tuzlanmış çiğ, pullu, beyaz balığa *daha çok* tuz ekleyerek *baccalà*'ya, yani tuzlanmış morinaya çevirebilirsiniz.

Yenilgiyi Kabul Etme

Bazen yapabileceğiniz en iyi şey, kaybı kabullenip baştan başlamak ya da pizza sipariş etmektir. Sorun değil. Alt tarafı bir yemek, ertesi gün bir daha denersiniz.

Asla ümitsizliğe düşmeyin. Az veya çok çeşnilendirme hatalarını öğrenme fırsatları olarak görün. Cal'la polenta'nın tuzunun sırrını çözmemin üzerinden uzun zaman geçmeden, restorandaki vejetaryen misafirler için mısır pudingi yapmakla görevlendirilmiştim. İlk defa bir yemek baştan sona bana emanet ediliyordu. Misafirlerin benim pişirdiğim bir yemek için para ödeyeceklerine inanamıyordum. Bu heyecan ve dehşet verici bir şeydi. Pudingi tam bana öğretildiği gibi yaptım: Soğanları yumuşayana kadar pişirdim; kabuklarını soyduğum mısırları ekledim; tatlı mısır lezzetini geçirmek için kremaya koçanları daldırdım; krema ve yumurtaları kullanarak basit bir puding bazı yaptım; sonra her şeyi birleştirip hafif koyulaşana kadar su dolu bir kabın içinde pişirdim. Pudinglerin ipeksi dokusu beni aşırı heyecanlandırdı ve gecenin sonuna doğru şef gelip pudingin tadına baktı. Gözlerimdeki ümidi görerek bana kibarca iyi bir iş çıkardığımı söyledikten sonra, yavaşça bir dahaki sefere daha fazla tuz kullanmamı tembih etti. Eleştiriyi bir şefin yapabileceği en kibar şekilde yapmış olmasın rağmen ben yıkılmış ve utanmıştım. Puding tarifini harfi harfine uygulayacağım derken, mutfaktaki en önemli kuralı tamamıyla unutmuştum. İyice benimsediğimi sandığım ama besbelli benimsememiş olduğum kuralı: Her adımda her şeyin tadına bakma kuralı. Bir kere olsun ne soğanları ne mısırı ne de puding karışımını tatmıştım.

Bu tecrübeden sonra tatmak benim için yepyeni tarzda bir refleks haline geldi. Birkaç ay içinde o zamana kadar yaptığım en güzel yemekleri pişirmeye başladım ve bu hep yaklaşımımdaki ufacık bir değişiklikten ileri geliyordu. Tuzlamayı öğrenmiştim.

Pişirdiğiniz her şeyi baştan ve sık sık tadarak bir tuz duygusu kazanın. **Karıştır, tadına bak, ayarla**: Bu düsturu benimseyin. Pişirme sırasında ve servis etmeden önce ayarlayacağınız son şey tuz olmalı. Sürekli tadım yapma içgüdüsel hale geldiğinde doğaçlama yapmaya başlayabilirsiniz.

Tuz ile Doğaçlama Yapma

Yemek pişirmenin caz müziğinden pek farkı yok. En iyi caz müzisyenleri ya standartları süsleyerek ya da onları kaldırarak rahatlıkla doğaçlama yapabilirler. Louis Armstrong, zor bir melodiyi alıp onu trampetinde tek bir notaya damıtabilirdi. Ella Fitzgerald ise basit bir parça üzerinde harikulade sesiyle sonsuz farklılıklar yaratabilirdi. Fakat hatasız doğaçlama yapabilmek için müzik dilinin temelini – notaları – iyi öğrenmeleri ve standartlarla yakın ilişki kurmaları gerekiyordu. Aynı şey yemek pişirme için de geçerlidir; büyük bir şef doğaçlamayı kolay gösterebilir ama bu beceri temellerin güçlü olmasına dayanır.

Tuz, Yağ, Asit ve Isı bu temelin yapıtaşlarıdır. Bunları kullanarak her an, her yerde pişirebileceğiniz temel bir yemek repertuarı oluşturun. Siz de nihayet Louis veya Ella gibi bir çırpıda yemek pişirmenizi sadeleştirebilir veya süsleyebilirsiniz. İşe tuz hakkında öğrendiklerinizi, gündelik bir frittata'dan bayramda yaptığınız ete kadar bütün yemeklerinize uygulamakla başlayın.

Tuzla ilgili üç temel karar şunlardır: Ne zaman? Ne kadar? Ne şekilde? Yemek pişirmeye başlarken kendinize her seferinde bu üç soruyu sorun. Çok geçmeden kendinizi şaşırtacaksınız. Bu neredeyse bomboş bir buzdolabının önünde dikilmiş yemeye değer bir şey pişirecek malzemeniz olmadığını düşündüğünüz sırada, bir Parmesan takozu keşfettikten kısa bir süre sonra olabilir. Yirmi dakika sonra o güne kadar yediğiniz çeşnisi en yerli yerinde ***Pasta Cacio e Pepe***'yi ağzınıza tıkıyor olabilirsiniz. Köy pazarında arkadaşlarınızla yaptığınız plansız bir alışveriş âleminin sonrasında da olabilir. Çeşit çeşit malzemeyle eve dönüp hepsini tezgâhın üzerine koyduktan sonra, dolaptan bir gün önceden çeşnilendirdiğiniz tavuğu çıkarır ve bir saniye kaybetmeden fırını ısıtırsınız. Arkadaşlarınıza birer kadeh şarap koyar ve pul tuz serptiğiniz hıyar ve turpları önlerine koyarsınız. Bir an bile düşünmeden ocakta kaynayan bir tencere suya bir avuç dolusu tuzu eklersiniz ve tuzunu ayarladıktan sonra şalgamlarla saplarını şok haşlamaya alırsınız. Arkadaşlarınız daha ilk lokmalarını alırken sizden mutfak sırlarınızı paylaşmanızı isteyeceklerdir. Onlara gerçeği söyleyin: İyi yemek pişirmenin en önemli unsurunda – tuzda – ustalaştığınız gerçeğini.


YAĞ

Chez Panisse'de yemek yapmaya başladıktan hemen sonra şefler hangi çalışanın en iyi domates sosunu yapacağını görmek için bir yarışma düzenlemişlerdi. Yalnızca bir kural vardı: Restoran mutfağında bulunan malzemeleri kullanacaktık. Ödül beş yüz dolar nakit para ile tarifin kullanıldığı her sefer menüde isminin yer almasıydı... *ebediyen.*

Ben tam bir acemi olarak yarışa girmekten çekiniyordum ama şef garsondan diğer garsonlara, mutfak görevlilerinden doğal olarak aşçılara kadar diğer herkes katılmak istiyordu.

"Tarafsız jüri üyeleri" (yani şeflerle Alice), onlarca katılımcının getirdiği sosları gözleri kapalı şekilde tattılar. Bazı soslar kuru kekikle bazısı da taze mercanköşkle çeşnilendirilmişti. Bazı katılımcılar domateslerini rendelemiş, bazıları çekirdeklerini çıkarıp doğrama zahmetine girmişti. Kimisi pul çili eklerken kimisi içlerindeki babaanneyi harekete geçirerek soslarını *pomarola* usulü püre haline getirmişti. Bu tam bir domates cümbüşüydü ve hepimiz heyecanla kazananı öğrenmeyi bekliyorduk.

Bir noktada şeflerden biri bir bardak su almak için mutfağa geldi. Ona nasıl gittiğini sorduk. Söylediklerini hiç unutmam.

"Birçok harika sos var. Aslında o kadar çok ki seçim yapmak güç. Ama Alice'in damağı o kadar hassas ki bazı çok iyi sosların bozulmuş zeytinyağıyla yapıldığını göz ardı edemiyor."

Alice neden herkesin restoranda kullandığımız zeytinyağını kullanmadığını anlamıyordu, özellikle de çalışanlar zeytinyağını daima maliyetine edinebileceklerken.

Şok olmuştum. Zeytinyağının hele de domates sosu gibi hoş bir yemek şöyle dursun herhangi bir yemeğin lezzetine bu kadar tesir edebileceğini daha önce hiç düşünmemiştim. Bu benim temel bir malzemeyi, zeytinyağının, hatta yemeklerde kullandığımız bütün yağların lezzetinin bütün yemeği algılamanızı çarpıcı bir şekilde değiştirdiğini anlama yolundaki ilk adımımdı. Nasıl ki tereyağında pişen soğan ile zeytinyağında pişen farklıysa, iyi bir zeytinyağında pişen soğanın lezzeti de düşük kalite zeytinyağında pişen soğanınkinden farklıdır – bu durumda daha iyidir.

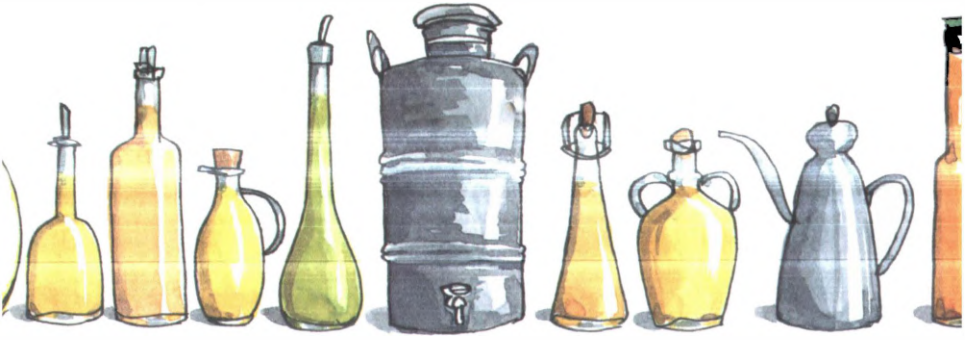
Yarışmayı kazanan genç bir aşçı arkadaşım Mark oldu. Tarifi o kadar karmaşıktı ki bu kadar yıl sonra hatırlayamıyorum. Gelgelelim, o gün öğrendiğim dersi hiç unutmam: Yemek ancak kullanılan yağ kadar lezzetli olur.

• • •

Chez Panisse'de çeşitli zeytinyağlarının lezzetlerini takdir etmeyi öğrensem de ancak İtalya'da çalışmaya başlayınca yağı sadece bir yemek pişirme aracından ziyade, *tek başına* önemli ve kullanışlı bir yemek pişirme unsuru olarak görmeye başladım.

Zeytin hasadı yani *raccolta* sırasında tattığım en seçkin zeytinyağının üreticisi olan Tenuta di Capezzana'ya bir *hac ziyaretinde* bulundum. *Frantoio*'da durup günlük zeytin hasadının, adeta karanlık Toskana gecesini aydınlatacak kadar parlak sarı-yeşil hülasasının çıkarılışını seyrettim. Yağın tadı da rengi gibi çarpıcıydı: Bir yağdan beklenmeyecek kadar biberli, neredeyse asidikti.

Ertesi sonbahar *raccolta* zamanı sahil bölgesi olan Liguria'daydım. Akdeniz kıyılarında sıkılan yeni yağ (*olio nuovo*) tamamıyla farklıydı: Bu yağ tereyağımsı, asidi düşük ve insanda kaşık kaşık yutma isteği uyandıracak kadar lezzetliydi. Zeytinyağının yetiştiği bölgenin lezzeti üzerinde büyük etkisi olduğunu öğrendim; sıcak, kuru tepelik bölgelerden gelen zeytinyağı baharatlı olurken, daha yumuşak havalı kıyı iklimlerinden gelen zeytinyağının tadı paralel olarak daha yumuşak oluyordu. Yağları tattıktan sonra balık tartar gibi hassas bir hazırlığa biberli zeytinyağının ağır gelebileceğini; daha belirsiz bir lezzeti olan sahil yağının ise, acı yeşillikle servis edilen Toskana bifteğinin (*biscetta*) cesur lezzetinin yanında hafif kalabileceğini anlayabiliyordum.



Benedetta Vitali'nin Floransa'daki meyhanesi (*trattoria*) Zibibbo'da biberli Toskana sızma zeytinyağını diğer bütün malzemelerden daha bol kullanıyorduk. Salata soslarında kullandık. Her sabah yaptığımız focaccia ekmeği hamurunu bu yağda yıkadık. Uzun süre pişen bütün yemeklerimizin temelindeki aromatik soğan, havuç ve enginarlı baz olan *soffritto*'yu kavurmada bunu kullandık. Mürekkep balığından kabak çiçeğine, her cumartesi sabahı büyük bir zevkle yediğim kremalı donut *bamboloni*'ye kadar bütün kızartmalarda bunu kullandık. Toskana zeytinyağı yemeğin lezzetini belirliyordu; zeytinyağımız lezzetli olduğu için yemeğimiz de lezzetliydi.

İtalya'yı dolaşırken yağın yöre yemeklerinin özel tatlarını nasıl belirlediğini de gördüm. Kırsal kesimlerin ve süt danalarının bol olduğu kuzeydeki aşçılar, polenta, *tagliatelle Bolognese* ve risotto gibi yemeklerde tereyağı, krema ve lezzetli peynirler kullanıyorlar. Zeytin ağaçlarının bol bulunduğu güneyde ve sahil kesimlerinde ise, deniz mahsulü yemeklerinden makarnalara, hatta tatlılara kadar çeşitli yemeklerde zeytinyağı kullanılıyor. Örneğin, zeytinyağlı dondurmaları meşhurdur.

İtalyan kültürüne ve mutfağına daldığımda şunu anladım: İtalyanların yağla olan dikkate değer ilişkileri, yemeklerinin bu kadar lezzetli olmasının ana sebebiymiş. Demek ki yağ, iyi yemek pişirmenin ikinci unsuruymuş.



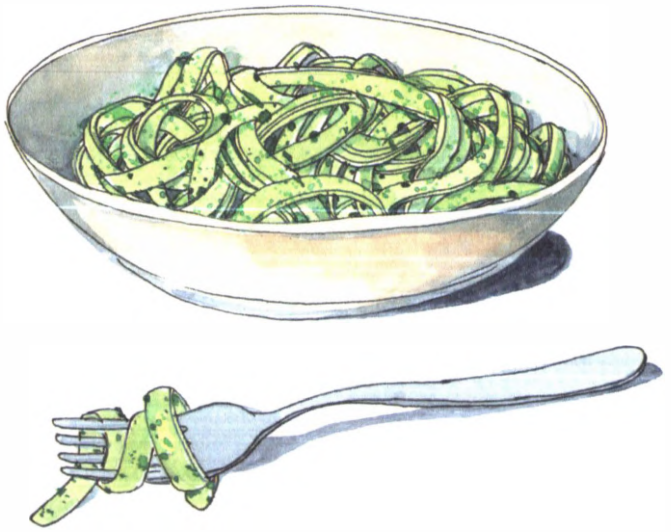
YAĞ NEDİR?

Mutfakta yağın kıymetini bilmenin en iyi yolu, *yağsız* yemek yapmanın nasıl olacağını tahayyül etmeye çalışmaktır. Zeytinyağı olmayan salata sosu, yağsız sosis, ekşi kremasız fırın patates, tereyağsız kruvasan nasıl olurdu? Ben söyleyeyim: Manasız. Yağın ortaya çıkardığı lezzet ve kıvam olmasaydı, yiyecek son derece yavan kalırdı. Bir başka deyişle, iyi yemeklerde lezzet ve kıvam yelpazesini elde etmenin temelinde yağ vardır.

Yağ, dört ana pişirme malzemesinden biri olmanın yanı sıra; su, protein ve karbonhidratlarla beraber bütün gıdaların dört ana yapıtaşından da biridir. Tuz gibi yağın da genellikle sağlıksız olduğu düşünülür. Ancak, iki unsur da insan yaşamı için esastır. Yağ, yedek hayatî enerji kaynağı; yani, gelecekte kullanılmak üzere enerji deposu görevi görüken, besin emilimi ile beyin gelişimi gibi temel metabolik işlevlerde de rol oynar. Yağ tüketimini azaltmanız yönünde doktorunuzdan kesin tavsiye almadığınız müddetçe endişe etmenize gerek yok – ölçülü yağla yemek pişirmenin sağlıksız bir yanı yoktur (özellikle de sağlıklı bitkisel yağlarla balık yağları kullanıyorsanız). Tuzda olduğu gibi, yağda da amacım size daha fazla yağ kullandırmaya çalışmak değil, yemeklerinizde yağı daha iyi kullanmayı öğretmektir.



Yağ, tuzun aksine birçok şekillerde bulunabilir ve birçok kaynaklardan elde edilebilir (bkz. sf. 63: **Yağ Kaynakları**). Tuz, evvela lezzeti arttırmak üzere kullanılan bir mineralken, yağ mutfakta üç farklı rol oynar: Ana malzeme, pişirme aracı ve tuz gibi çeşni olarak. Aynı tür yağlar, nasıl kullanıldığına bağlı olarak yemeğinizde farklı roller oynayabilir. Yağ seçiminde ilk adım, yağın yemekte oynayacağı öncelikli rolü belirlemektir.



Ana malzeme olarak kullanıldığında yemeği önemli ölçüde etkileyecektir. Yağ çoğunlukla hem zengin bir lezzet kaynağı hem de özellikle arzu edilen bir kıvam kaynağıdır. Örneğin, köfte pişerken içindeki yağ eriyerek dışarı yayılır ve köftenin lezzetine katkıda bulunur. Unun içindeki proteinlerin gelişimini engelleyerek, hamurişlerinde yumuşak ve gevrek kıvamlar ortaya çıkarır. Zeytinyağı pesto'ya hem hafif, çimen gibi bir tat hem de koyu bir kıvam verir. Dondurmanın içindeki krema ve yumurta miktarı, ne kadar pürüzsüz ve lezzetli olacağını belirler. (İpucu: Yumurta ve krema ne kadar çok olursa, sonuç da o kadar kremsi olur).

Yağın belki de en etkileyici ve benzersiz rolü **pişirme aracı** olarak oynadığı roldür. Pişirme yağları aşırı yüksek sıcaklıklara kadar ısıtılarak, içinde pişen yiyeceklerin yüzey ısılarının da inanılmaz derecelere çıkması sağlanır. Bu işlemden geçen yiyecekler altın sarısı rengi alır ve damaklarımızı mutlu eden çıtır kabuklar elde eder. Bu ister tavuk kızarttığınız fıstık

yağı ister bahar sebzelerini sotelediğiniz tereyağı, isterse ton balığını daldırdığınız zeytinyağı olsun, yemek pişirmek için ısıttığınız bütün yağlar bir araç olarak tanımlanabilir.

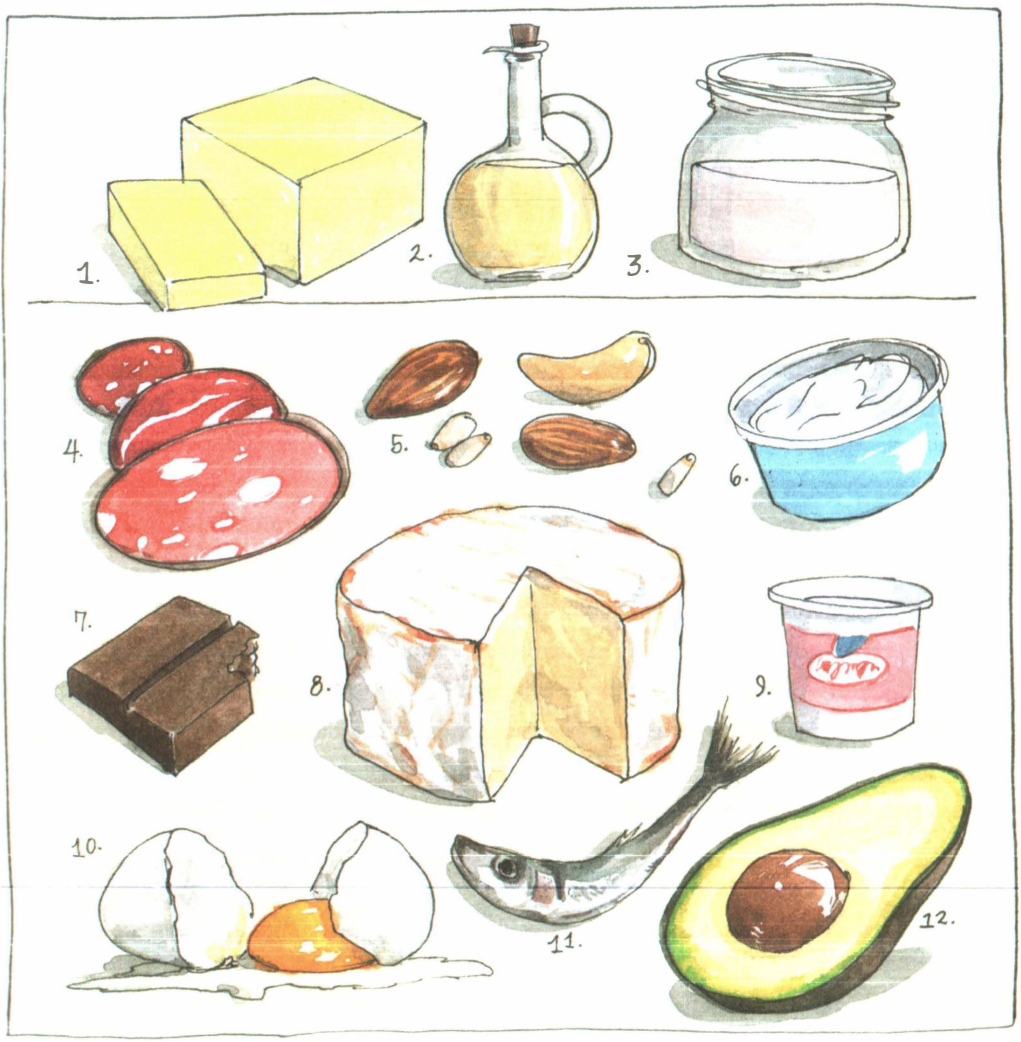
Bazı yağlar aynı zamanda bir yemeği servis etmeden hemen önce tadını ayarlamak ve kıvamını arttırmak için çeşni olarak da kullanılabilir: Birkaç damla ısıtılmış susam yağı, bir tabak pilavın tadına derinlik katacak; azıcık ekşi krema bir kâse çorbaya ipeksi bir lezzet kazandıracak; biraz mayonez sandviçinizin lezzetini ikiye katlayacaktır.

Yağın bir yemekte oynayacağı rolü belirlemek için kendinize şu soruları sorun:

- Bu yağ çeşitli malzemeleri birbirine bağlayacak mı? Öyleyse ana malzemelerden biridir.
- Bu yağın kıvam üzerinde etkisi olacak m? **Katmerli**, **kremsi** ve **hafif** kıvamlarda ana malzeme rolü oynarken, **gevrek** dokular için pişirme aracıdır. **Yumuşak** kıvamlar için ise her iki rolü de oynayabilir.
- Bu yağ ısıtılarak yemeği pişirmede kullanılacak mı? Öyleyse pişirme aracıdır.
- Bu yağın lezzet üzerinde etkisi olacak mı? Eğer yemeğe başlangıçta ilave ediliyorsa ana malzemedir. Pişirme işleminin sonunda tat veya kıvamı ayarlamak için garnitür olarak ilave ediliyorsa çeşnidir.

Yağın yemekte hangi rolü üstleneceğini tespit ettikten sonra, istediğiniz lezzet ve kıvamı elde etmek için hangi yağı kullanacağınıza daha rahat karar verebilirsiniz.

YAĞ KAYNAKLARI



YAĞLAR:

1. TEREYAĞI, SADEYAĞ, 2. SIVI YAĞLAR: ZEYTİN, TOHUM ve KURUYEMİŞ YAĞLARI
3. HAYVANSAL YAĞLAR: ÖRDEK, TAVUK

YAĞLI BESİNLER:

FÜME ve KURUTULMUŞ ETLER, örn. PROSCIUTTO, PANCETTA VS. 5. KURUYEMİŞLER ve HİNDİSTANCEVİZİ 6. KAYMAK, EKŞİ ve TAZE KREMA 7. KAKAO YAĞI ve ÇİKOLATA 8. PEYNİR 9. TAM YAĞLI YOĞURT 10. YUMURTA 11. YAĞLI BALIK, örn. SARDALYA, SOMON, İSTAVRİT, HAMSİ 12. AVOKADO

YAĞ VE LEZZET

Yağın Lezzet Üzerindeki Etkileri

Basitçe söylemek gerekirse, yağ lezzet taşır. Belli bazı yağların kendi belirgin tatları vardır; ancak bütün yağlar normalde fark edilmeyecek olan aromaları tabağımıza taşır – ve lezzetleri arttırır. Yağ dili kaplar; çeşitli aromatik bileşenlerin dilimizin tat alma bölümlerinde daha uzun süreliğine kalmasına imkân vererek, çeşitli lezzetlere dair deneyimimizi yoğunlaştırır ve uzatır. İki diş sarımsağı soyup dilimleyin. Bir dişi iki kaşık suda cızırdatın, diğerini de aynı miktarda zeytin yağında. Her iki sıvıyı da tadın. Yağın içindeki sarımsak tadı daha güçlü olacaktır. Rayihalı malzemeleri pişirme yağına doğrudan ekleyerek tadı yoğunlaştırma ve yayma imkânından faydalanın. Hamur işi pişirirken aynı sonuç için ise doğrudan tereyağına veya yumurta beyazlarına vanilya özütünü ve diğer tat vericileri katın. Yağın lezzeti arttırmasının bir sıradışı yolu daha var. Pişirme yağları suyun (deniz seviyesinde 100 santigrat olan) kaynama derecesinin çok üzerindeki ısılara dahi dayanıklıdır; suyun dayanamadığı önemli görevleri üstlenirler – 110 derecenin altında başlamayan yüzey kızartma. Bazı yiyeceklerde kızartma; fındık tadı, tatlılık, etlilik, topraksılık ve ekşilik (umami) gibi yepyeni lezzetler getirecektir. Suda haşlanmış tavuk göğsü ile biraz zeytinyağıyla tavada kızartılmış tavuk göğsü arasındaki fark düşünülürse, yağın etkisinin paha biçilemez değeri daha iyi anlaşılacaktır.

Yağın Lezzetleri

Her yağın kendine has tadı vardır. Doğru yağı seçmek için her yağın tadını ve genelde hangi yemeklerde kullanıldığını öğrenin.

Zeytinyağı

Zeytinyağı Akdeniz mutfağının esasıdır. Bu nedenle İtalyan, İspanyol, Yunan, Türk, Kuzey Afrika ve Ortadoğu mutfaklarından esinlenerek yemek pişirirken varsayılan yağ olarak zeytinyağını kabul edin. Salatalardan makarnalara, sulu yemeklerden kızarmış etlere ve sebzelere kadar çeşitli yemeklerin kendini ifade etmesine yardımcı olan bir araç olarak mutfağın parlayan yıldızıdır. Zeytinyağını mayonezde, salata sosunda ve **Sebzeli Salsa**'dan acı biber yağına kadar her türlü çeşnide bir ana malzeme olarak kullanın.

Lezzetli bir zeytinyağıyla başlarsanız yemeğiniz de lezzetli olacaktır. Ancak doğru zeytinyağını seçmek zor olabilir. Mahalle arasındaki markette bile rafta iki düzine kadar sızma zeytinyağı markası var. Sonra sızma, saf ve çeşnili yağlar var. Aşçılıkta acemi olduğum dönemlerde, bu rafların bulunduğu koridorlara yaklaşırken seçim yapma işinden bitkin düşerdim: Natürel birinci mi yoksa sızma mı? İtalya mı Fransa mı? Organik mi değil mi? İndirimdeki zeytinyağı iyi mi? Neden 750 ml olan bir yağ 30 dolarken 1 lt olan diğeri 10 dolar?

Şarap seçiminde olduğu gibi, zeytinyağı seçiminde de en iyi rehber fiyat değil lezzettir. Bunun için başlangıçta inançla hareket etmek gerekebilir ama zeytinyağının lügatçesini öğrenmenin tek yolu, tatmak ve dikkatli olmaktan geçer. *Meyvemsi, mayhoş, baharatlı* ve *canlı* gibi sıfatlar başlangıçta anlaşılmaz gelebilir ama iyi bir zeytinyağı, iyi bir şarap gibi çok boyutludur. Pahalı bir şeyi tadıp hoşlanmazsanız o size göre değil demektir. Lezzetli çıkan 10 dolarlık bir şişe bulursanız da şanslısınız!

İyi bir zeytinyağını tarif etmek zorken, kötü olanın tarifi kolaydır; acı, aşırı baharatlı, kirli, bayattır. Bunlardan hiçbirini kabul etmek mümkün değildir.

Rengin zeytinyağının kalitesiyle pek ilgisi yoktur. Yağın bayat olup olmadığına dair bir ipucu da vermez. En doğrusu burnunuzu ve damağınızı kullanmanızdır: Zeytinyağınız pastel boya, mum veya bir kavanoz bayat fıstık kreması nın üzerindeki yağ gibi mi kokuyor? Öyleyse bayat demektir. Üzücü gerçek şu ki bayat zeytinyağına alışmış olan Amerikalıların çoğu yine bayat olanı tercih ediyor. Yani çoğu büyük zeytinyağı üreticisi, yağdan anlayan tüketicinin almayı reddedeceği yağları bize satmaktan memnun.

Zeytinyağı mevsimlik olarak üretilir. Satın alırken doğru sıkımı almak istiyorsanız üretim tarihinin Kasım olmasına dikkat edin. Sıkıldığı tarihten itibaren on iki ila on dört ay içinde bayatlayacaktır. Dolayısıyla zeytinyağınızı kaliteli şaraplar gibi zamanla güzelleşeceğini düşünerek özel bir güne saklamayın! (Bu bakımdan zeytinyağı şaraba *hiç mi hiç* benzemez.)

Tuzda olduğu gibi zeytinyağında da çeşitli kategoriler vardır – **yemeklik yağlar, rötuş (finishing) yağları ve baharatlı yağlar.** Günlük zeytinyağlarını genel pişirme için, rötuş zeytinyağlarını ise zeytinyağı tadının öne çıkmasını istediğiniz işlemlerde; mesela salata sosları, balıklı tartar sosu, sebzeli salsalar ve zeytinyağlı keklerde kullanın. **Baharatlı** zey-



tinyağlarını alıp kullanırken ise dikkatli olun. Çeşniler ekseriya düşük kalite zeytinyağlarını maskelemekte kullanılıyor. O yüzden ben genellikle bunlardan uzak durulmasını tavsiye ediyorum. Öte yandan bir istisna mevcut: *Narenciye (agrumato)* ibareli zeytinyağları, bütün turunçgil meyvenin ilk sıkımda zeytinlerle beraber işlendiği geleneksel bir teknik kullanılarak üretilmektedir. San Francisco'da en sevilen dondurmacılardan biri olan Bi-Rite Creamery'de çikolatalı dondurmanın üzerine bergamot *agrumato* damlatıyorlar. Çok da lezzetli!

Küçük marketlerde iyi, uygun fiyatlı günlük zeytinyağı bulmak zor olabilir. Benim yedeklerim arasında Seka Hillls, Katz ve California Olive Ranch'in sızma zeytinyağları yer alıyor. Başka bir örnek, düzenli ve bağımsız olarak yapılan kalite analizlerinden iyi puanlar alan Costco'nun Kirkland Signature Organic Sızma Zeytinyağı olabilir. Bunların yokluğunda ise, yüzde yüz Kaliforniya veya İtalyan zeytininden üretilmiş zeytinyağlarını alabilirsiniz ("Üretim Yeri: İtalya", "Paketlenme Yeri: İtalya" veya "Şişelenme Yeri: İtalya" yazan etiketler, yağın nereden geldiği belli olmayan zeytinlerden İtalya'da sıkılarak elde edildiğini gösterir). Üretim tarihinin daima etiketin üzerinde açıkça belirtilmesi gerekir.

Tereyağı

Tereyağı; ABD, Kanada, Birleşik Krallık, (İrlanda, İskandinavya, İtalya dahil) Batı Avrupa ülkeleri, Rusya, Fas ve Hindistan gibi büyükbaş hayvanların otlanması için uygun alanları destekleyen iklimlere sahip bölgelerde üretilen yaygın bir pişirme yağıdır.

Çok yönlü yağlardan biri olan tereyağı çeşitli şekillerde üretilebilir ve pişirme aracı, ana malzeme veya çeşni olarak kullanılabilir. Tabii halinde **tuzlu**, **tuzsuz** ve **kültürlenmiş** olarak bulunur. Tuzlu ve keskin kültürlenmiş tereyağların sıcak ekmeğin üzerine sürülüp tüketilmesi veya turp ve deniz tuzuyla ordövr (*hors d'oeuvres*) olarak servis edilmesi tavsiye olunur. Hangi markanın içinde ne kadar tuz olduğunu tam olarak bilmenin imkânı yoktur. O yüzden yemek pişirir ve hamur işi yaparken tuzsuz tereyağı kullanın ve tuzu kendi damak tadınıza göre ekleyin.

Dondurulmuş veya oda sıcaklığındaki tuzsuz tereyağı; hamur işlerine zengin süt tadını geçirmesi ve gevrekten yumuşağa çeşitli dokular kazandırması açısından hamur ve çeşitli karışımlarda kullanılabilir. Sıvı yağların aksine tereyağı saf yağ değildir – içinde ayrıca su, süt proteini ve tadının büyük kısmını veren peynir altı suyu proteini bulunur.

Tuzsuz tereyağını hafifçe ısıtarak bu katı maddeleri esmerleştirin, sonra lezzetli ve tatlı **kahverengi tereyağı** elde edin. Kahverengi tereyağı, Fransız ve Kuzey İtalyan mutfağında klasik bir lezzettir – özellikle fındık, balkabağı ve adaçayıyla beraber kullanmaya uygundur. Ben de **Güz Panzanella**'sı yaptığım zaman sos olarak **Kahverengi Tereyağlı Salata Sosu** kullanıyorum.

Tuzsuz tereyağını düşük ısıda yavaş yavaş eriterek berraklaştırın. Peynir altı suyu proteinleri berrak, sarı yağın yüzeyine çıkacak ve diğer süt proteinleri dibe çökecektir. Su buharlaşarak geriye yüzde 100 yağ bırakacaktır. Peynir altı suyu proteinlerini yağın üzerinden alın ve daha sonra *fettucine*'ye koymak için saklayın; yumurtalı makarnalarda (özellikle de üzerine rendelenmiş Parmesan ve taze çekilmiş karabiber koyuyorsanız) tereyağı tadı ideal bir tamamlayıcıdır. Proteinler en ince tülbentten bile geçebileceği için onları tencerenin dibinde bırakın. Kalan yağı tülbentten geçirerek, yüksek ısıda pişirme için mükemmel bir araç olan **sadeyağ** elde edin. Ben patates mücverini (*potato cake*) sadeyağda kızartmayı çok severim – katı maddeleri ayrılan tereyağı yanmaz ve patatesler tereyağının bütün lezzetini alır. Hint usulü sadeyağ (*ghee*), daha yüksek bir ısıda pişirilerek süt proteinlerinin esmerleştirilip yağa daha şekerli bir tat veren sadeyağdır. Fas kuskusunu yumuşatmak için kullanılan *smen* peynirimsi bir tat elde etmek için yedi yıla kadar toprağa gömülen sadeyağdır.

Tohum ve Kuruyemiş Yağları

Neredeyse tüm kültürler tatsız tohum veya fındık yağına dayanır, zira aşçılar yağın her zaman yemeğe tat vermesini istemezler. Yer fıstığı yağı, preste sıkılmış kanola yağı ve üzüm çekirdeği yağı özellikle *hiçbir şeye* benzemediği için iyi pişirme yağlarıdır. Yüksek yanma noktalarına sahip olduklarından, bu yağlar yiyecekleri kızartmak ve kavurmak için gereken yüksek ısılara da dayanıklıdır.

Kullanıldığı bütün yemeklere tropikal bir lezzet katan hindistancevizi yağı özellikle granola'ya çok yakışıyor. Kök sebzeleri fırında kızartırken pişirme yağı olarak da kullanabilirsiniz. Hindistancevizi yağı ayrıca oda ısısında katı olan nadir sebze yağlarındandır. Katı yağın katmer yapımında ne kadar faydalı olduğunu öğrenmek için okumaya devam edin ve laktoz intoleransı olan arkadaşınız misafirliğe geldiğinde onun için yapacağınız tartın hamurunda hindistancevizi yağı kullanın. (Aşçının tüyosu: Hem cilt hem de saç hindistancevizi yağını hemen emer, o yüzden kendinizi kuru hissettiğinizde kullanabileceğiniz harikulade bir nemlendiricidir!)

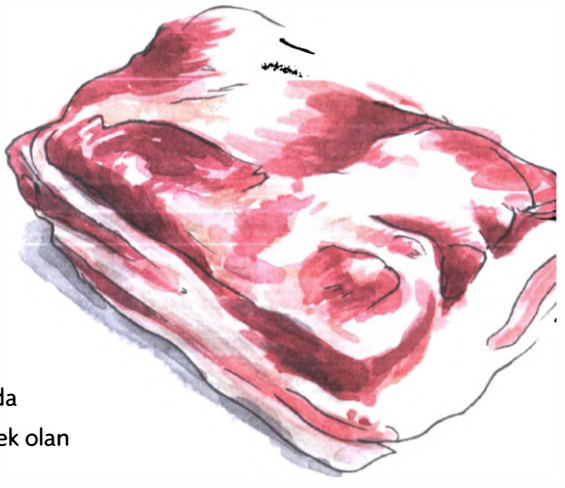
Dolgun lezzetleri olan özel tohum ve kuruyemiş yağları çeşni olarak kullanılabilir. Önceki günden kalan pilavı, bir yumurta ve kimçi ile birlikte kızgın susam yağında kızartarak Kore esintili bir atıştırmalık yapabilirsiniz. Salata sosuna eklenen biraz kızgın fındık yağı, sade bir roka ve fındık salatasına lezzet katacaktır. Balkabağı çorbasını biraz kavrulmuş kabak çekirdeği ve birkaç damla kabak çekirdeği yağı ekleyip, lezzetine lezzet katacağınız **otlu salsa sos**la çeşnilendirerek tek bir malzemenin çeşitli boyutlarını keşfetmiş olursunuz.



Hayvansal Yağlar

Tüm et yiyen kültürler hayvansal yağ tüketir. Hayvansal yağlar, biçimlerine bağlı olarak yemeklerde ana malzeme, pişirme aracı veya çeşni görevi görebilir. Çoğu aromatik molekül sudan uzaklaştığı için özellikle etin yağlı kısmında bulunur. Netice olarak hayvanın yağsız etinden ziyade, yağının tadı belirgin biçimde o hayvanı yansıtır. Dananın yağlı kısmı, yağsız kısmına göre daha çok danaya benzer; aynı şekilde diğer et çeşitlerinde de daha çok yağlı kısımlar o hayvanın etini andırır.

Dana



Dana etinden elde edilen içyağı ile ondan elde edilen katı donyağı, hamburger ve sosisli sandviçlerde çok önemli bir malzemedir; dana tadını verir ve etin sululuğunu arttırır. İçyağı veya başka yağ olmadan yapılan hamburger kuru ve tatsız olur, ayrıca ufalanır. Donyağı genellikle patates kızartmasında ve geleneksel olarak kaburganın yanında yenilen kocaman bir yumurtalı ekmek olan Yorkshire pudinginde kullanılır.

Tavuk, Ördek ve Kaz

Bu yağlar sadece pişirme aracı olarak sıvı formlarında kullanılır. Schmaltz – yani eritilmiş tavuk yağı – Yahudi mutfağının geleneksel bir malzemesidir. Ben pilavı bu yağda kavurarak biraz tavuk tadı elde etmeyi severim. Ördek veya kaz pişirirken açığa çıkan yağları alıp süzün ve patates veya kök sebze kızartırken kullanın. Ördek yağında kızarmış patates kadar lezzetli bir şey bulmak zordur.

Kuzu

İçyağı da denir; genellikle işlenmez ama örneğin merguez gibi kuzu sosislerinde önemli bir malzemedir.

• • •

Yağ genellikle etin tadını güzelleştirir. Eti ne kadar damarlı veya yağlı olduğuna bakarak takdir eder hatta derecelendiririz. Yemeyi sevmediğimiz yağlar da vardır – tavuk göğsünün üzerindeki lastiğimsi yumru ya da daima tabağın kenarına ayırdığımız göğüs yağı gibi. Neden bazı hayvansal yağları severken diğerlerinden sakınırız?

Dört ayaklı hayvanlar özellikle yağlandırıldığında, hayvanın ortasından kesilen parçalar en lezzetliler olur. Bazı yağlar kas gruplarının arasına veyahut doğrudan cildin altına yerleşir. Bazı yağlar ise kasın içinde yer alır. Bu daha değerli bir yağ çeşididir – dana etinin mermerin damarlı görünümünü andırması gibi. Buna mozaik yapı da deniyor. Bu tür etler pişerken, yağ eriyerek eti içeriden lezzetlendirir. Yağ lezzet taşıdığı için de her etin kendi tadını (da-

nada dana, tavukta tavuk tadını) meydana getiren çoğu kimyasal içerik, yağsız etten ziyade yağın içinde bulunur. Tavuk budu bu nedenle tavuk göğsüne göre nispeten daha çok tavuk tadı verir.

Yağ yumruları tabakta tek başına pek lezzetli olmayabilir. Onları etten ayırıp eritebilir, sonra da eritilmiş yağı pişirme aracı olarak kullanabilirsiniz. Belli bir etin tadını hissettirmek istediğiniz yemeklerde hayvansal yağ kullanılabilir: Schmaltz (sıvı tavuk yağı) ile güçlendirilmiş etli hamur parçaları tavuk çorbasının tavukluluğunu arttırırken, jambon yağında pişmiş yumurtalı patates parçaları kahvaltıda herhangi bir et olmasa bile tütsülü, dolgun bir lezzet katacaktır. Az miktarda hayvansal yağ, en sade yiyecekleri bile zenginleştirip lezzetlendirmede size önemli mesafe katettirecektir.

Lezzet Haritalarını nasıl kulanmalı?

Bu sayfayı çevirin. İçinde bu kitapta yer alan üç lezzet haritasından birini bulacaksınız. Bu haritayı kullanarak dünya lezzetleri arasında gezintiye çıkabilirsiniz. Çarkın her bir dilimi bir bilgi katmanı içeriyor: Daha içerideki iki dilimi mutfak seçiminize rehber olarak kullanın, sonra da en dıştaki dilimlere bakarak seçtiğiniz mutfakta kullanabileceğiniz en uygun yağı seçin.

Yağ Dünyası

YAĞ = LEZZET

BU ÇARK SAYESİNDE DÜNYANIN ÇEŞİTLİ YERLERİNE ÖZGÜ YEMEKLER YAPARKEN KULLANACAĞINIZ YAĞLARI SEÇİN.





Dünyadaki Yağlar

İtalya'da keşfettiğim üzere, her mutfakta kullanılan yağ kendine özgü. Çoğu yemeğin temelinde yağ olduğu için, yemeği içeriden lezzetlendirme amacıyla kültüre uygun yağı seçin. Yanlış yağı seçerseniz, diğer çeşnileri ne kadar dikkatli kullanırsanız kullanın yemeğin tadı asla güzel olmayacaktır.

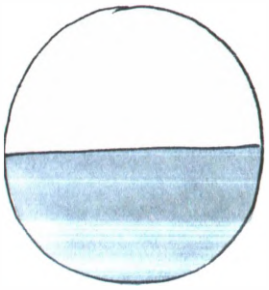
Vietnam yemeği pişirirken zeytinyağı, Hint yemeği yaparken füme jambon yağı kullanmayın. Onun yerine, dünya mutfağından yemekler yaparken lezzet çarkına danışarak doğru yağı seçebilirsiniz. **Sarımsaklı Taze Fasulye**'yi Fransız esintili bir yemekle beraber servis etmek için tereyağında, mercimekli Hint pilavı ile beraber sunmak için sadeyağda, **Beş Baharatlı ve Ballı Tavuk** ile beraber servis etmek için ise az miktarda susam yağında soteleyin.

YAĞIN KİMYASI

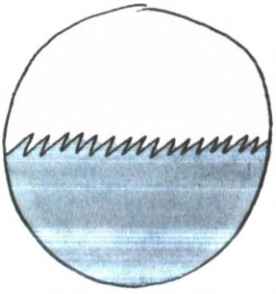
Hangi yağları kullandığımız gerçeği öncelikle lezzeti etkiler; ancak yağı kullanma şeklimiz de iyi yemek için bir o kadar önemli olan kıvamı belirler. Farklı kıvamlar damak zevkimizi heyecanlandırır. Yiyecekleri yumuşak ve nemli halden gevrek ve kıtıra çevirerek yeni kıvamlar ve yapılar oluşturur, böylece yemek yeme tecrübesini daha eğlenceli, şaşırtıcı ve lezzetli hale getiririz. Yağları nasıl kullandığımıza bağlı olarak, yemeklerde beş farklı yapı elde edebiliriz: Çıtır, Kremsi, Katmerli, Gevrek ve Hafif.

Tava Yüzeyleri

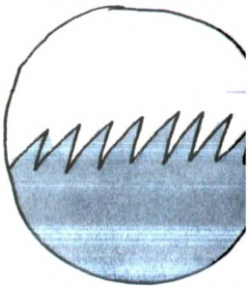
(TAMAMEN BİLİMSEL OLMAYAN BİR YAKINLAŞTIRMA)



YAPIŞMAZ VEYA İYİ YAĞLANMIŞ DEMİRDÖKÜM



PASLANMAZ ÇELİK



YAĞLANMAMIŞ DEMİRDÖKÜM

Çıtır

İnsanlar çıtır çıtır yiyeceklere bayılır. Şef Mario Batali'ye göre, çıtır kelimesi aşağı yukarı diğer bütün sıfatlara göre daha fazla sattırıyormuş. Çıtır yiyecekler, hoş bir aroma, tat ve sese sahip yiyeceklere dair geçmiş tecrübelerimizi hatırlattığı için iştahımızı kabartır. Dünyanın hemen her ülkesinde bir çeşidiyle karşılaşacağınız kızarmış tavuğu düşünün. Yemek yediğiniz anlardan pek azı, dişinizi geçirdiğiniz anda derisi ufalanacak kadar ustaca pişirilmiş tavuktan aldığınız ilk lokmayla yarışabilir. Çıtır yüzeyin ağız sulandıran aromalarıyla dolu buharı, dikkat çekici çıtırtı sesi ile kızarmış tavuğun mutlu eden lezzeti bir araya gelerek o evrensel lezzet deneyimini yaşatıyor.

Yiyeceğin çıtır olması için hücrelerine sıkışmış olan suyun buharlaşması gerekir. Su kaynarken buharlaşır, yani malzemenin yüzey ısısı kaynama noktası olan 100 °C'nin üzerine çıkmalıdır.

Yiyecek, suyun kaynama derecesinin çok üstünde olan tava gibi bir ısı kaynağıyla doğrudan ve dengeli bir şekilde temas ederse bütün yüzeyinde bu etki elde edilebilir. Ne var ki, hiçbir yiyecek tamamıyla pürüzsüz değildir ve mikroskobik seviyede çoğu tava da pürüzsüz değildir. Tavayla yiyecek arasında eşit bir temas sağlamak için bir **aracı**ya ihtiyacımız vardır: Yağ. Pişirme yağları buhar çıkarmaya başlamadan 177 °C ve üstüne kadar ısıtılabilir. Böylelikle, damağımızı şenlendiren çıtır çıtır, altın rengi kızartmalar için idealdirler. Çıtırlık elde etmek için yağın ısıtıldığı pişirme yöntemleri arasında mühürleme, soteleme, tavada/az yağda/bol yağda kızartma yer alır. (Bonus: Pürüzsüz bir yüzey elde etmek için yeterli yağ kullanmak, yiyeceğin tavaya yapışmasını da engelleyecektir.)

Tuzla olduğu gibi yağla ilgili korkularınızdan da kurtulmanızı tavsiye ediyorum çünkü; yağı uygun şekilde kullanmayı öğrenmek sizi onu daha az kullanmaya itebilir. Ne kadar yağ kullanılacağını bilmenin en iyi yolu, bazı duyusal işaretlere dikkat etmektir. Patlıcan ve mantar gibi bazı malzemeler sünger misali yağı çabucak emer ve kuru kalarak tavaya yapışırlar. Tavaya az yağ koymak veya yağın emilimine izin verip daha fazla yağ eklemeyi ihmal etmek, yiyeceğin üzerinde kara, acı kabarcıklar oluşmasına yol açacaktır. Tavuk budu gibi bazı malzemeler pişerken kendi yağlarını bırakacaktır. Tavada cızırdayan jambonu birkaç dakikalığına başıboş bırakın; döndüğünüzde kendi yağında boğulduğunu göreceksiniz.

Ne kadar yağ kullanacağınıza karar verirken gözlerinizin, kulaklarınızın ve dilinizin rehberliğine itimat edin. Tarifler faydalı bir başlangıç noktası olabilir ama elinizin altında bulunan aletlere bağlı olarak şartlar mutfaktan mutfağa değişiklik gösterir. Diyelim ki bir tarifte küp küp doğranmış iki soğanı iki kaşık zeytin yağında pişirmeniz isteniyor. Bu kadar yağ küçük bir tavanın yüzeyini kaplamaya yeter, ancak büyük tavalarda yetersiz kalır. Tama-

men tarife bağlı kalmak yerine kendi bilgilerinizi de kullanın. Örneğin, soteleme yaparken tavanın yüzeyini yağla kaplayabilir veya az yağda kızartma yaparken yağın yiyeceğin yarısına kadar gelmesine dikkat edebilirsiniz.

Fazla yağda pişen yemek, az yağda pişene göre daha iştah açıcı değildir. Yemeğin sonunda geriye dönüp baktığınızda, normalde boş olması gereken tabakta koca bir yağ gölü olmamalı. Tavada veya az yağda kızarmış olanlar dahil tüm kızarmış yiyecekleri servis etmeden önce, temiz bir mutfak havlusuyla veya peçeteyle fazla yağından arındırın. Yine fazla yağlı bir tavadaki sote yiyecekleri servis ederken doğrudan tabağa dökmek yerine, delikli kaşık veya maşa yardımıyla kaldırıp tabağa koyabilirsiniz.

Yemek pişirirken gereğinden fazla yağ kullandığınızı fark ederseniz, fazla yağı tavayı eğerek dökebilirsiniz. Bu durumda tavanın kenarından akan yağı da alev almaması için silmeniz gerekir. Kendinizi yakmayın yeter. Tava çok ağır veya sıcaksa o zaman aklınızı kullanın: Yiyeceği maşayla alıp bir tabağa yerleştirin, sonra tavayı eğerek yağın birazını dökün ve yiyeceği tavaya geri koyup pişirmeye devam edin. Sırf fazladan tabak yıkamamak için kendinizi yakmaya veya üzerinize yağ sıçratmaya değmez.

Yağı Nasıl Isıtmalı?

Yemek pişirirken tavayı önceden ısıtarak yağın sıcak metalle doğrudan temas süresini kısaltmış, böylece bozulma şansını azaltmış olursunuz. Yağ ısınırken bozularak kötü bir tat alır ve toksik kimyasallar açığa çıkarır. Yemeklerin ayrıca soğuk tavaya yapışma olasılığı yüksektir; tavayı önceden ısıtmak için bir başka sebep. Öte yandan, önceden ısıtma kuralının istisnaları da vardır: Tereyağı ve sarımsak. İkisi de tava çok sıcak olursa yanar, o yüzden bu ikiliyi hafifçe ısıtmalısınız. Diğer bütün işlemlerde tavayı önden ısıtın; ardından yağı ekleyin, en sonunda diğer malzemeleri ekleyin.

Tava yağ eklendiğinde hafifçe cızırdayacak kadar ısınmış olmalıdır. Metaller ısıyı farklı oranlarda geçirirler. Dolayısıyla tavsiye edebileceğim belirli bir süre yok ama tavayı bir damla suyla test edebilirsiniz. Su buharlaşmadan önce biraz çatırdarsa – çok şiddetli bir ses çıkmasına gerek yok – tava hazır demektir. Hem tavanın hem de yağın hazır olduğunu ise, yiyeceği eklediğinizdeki hafif cızırtıdan anlamak mümkündür. Eğer yiyeceği çok erken koymuş ve o cızırtıyı işitmemişseniz, yiyeceğin kızarmadan tavaya yapışmasını veya fazla pişmesini engellemek adına geri alın; tavanın iyice ısınmasını bekleyip yiyeceği tavaya geri koyun.

Eritme

Kas içi (kasların arasındaki yumru yumru kısımlar) veya deri altı (derinin altındaki yağ tabakası) yağlar küçük küçük kesilip çok az miktarda suyla tavaya konularak **eritilebilir**, yani su buharlaşana kadar hafif ateşte pişirilebilir. Bu işlem, katı yağı pişirme aracı olarak kullanılabilen sıvı yağa çevirir. Ördek pişirirken, fırına koymadan önce bütün yağlarını kırpıp eritin. Erimiş yağı bir cam kavanoza boşaltıp buzdolabında saklayın. Altı aya kadar taze kalacaktır. **Tavuk Konfit** yaparken kullanabilirsiniz.

Etin yağı lezzet açısından nimettir. Öte yandan, etin çıtırdamasına engel olabilir. Yağı pişirme aracı olarak kullanma amacıyla eritmek istemiyorsanız bile, bu teknik yemeklerin dokusu üzerinde son derece etkilidir. Çıtır pastırma, uygun şekilde eritilmiş yağın mutlu sonucudur. Çok yüksek ısıda pişirirseniz dışı yanar ancak tam olarak pişmemiş olur. Burada kilit nokta, etin yağının erimesine yetecek kadar süre elde etmek için yavaşça pişirmektir.

Hayvansal yağlar 177 °C civarında yanmaya başladığı için, pastırmayı pişirme kâğıdının üzerine tek kat halinde serip, bu ısıya ayarlanmış fırına vermeyi deneyin. Fırın ısısı, ocak ışısından daha hassas ve dengelidir. Bu sayede yağın erimesine fırsat verir. Ocakta pastırma pişirirken ise tavanın içine biraz su koyarak ısıyı yumuşatabilir, kızarma başlamadan önce yağın erimesine fırsat tanıyabilirsiniz.

Fırında pişirdiğiniz tavuk veya hindinin derisi, yağı eriyene kadar pişerse kendi kendine gevrekleşecektir. Fakat ördeğin biraz daha zamana ihtiyacı vardır zira deri altı yağ katmanı, uçmasına yardım eden enerjiyi depoladığı ve kış aylarında ısı kaynağı olduğu için biraz daha kalındır. Çok sivri bir iğne veya metal şişle kuşun her yerini, özelikle de en yağlı kısımlarını (göğüs ve butlar) delin. Delikler eriyen yağın dışarı akıp derinin üzerini kaplamasını, böylece sonunda parlak, çıtır çıtır bir deri elde etmenizi sağlayacaktır. Şu anda bütün bir ördeği pişirmek zor geliyorsa göğüs etiyle başlayın. Pişirmeden önce soyma bıçağıyla derinin üzerine iki yönde çapraz çizikler atarak, minik baklava biçimleri verin. Yağın erimesi bu sefer daha küçük ölçekte gerçekleşerek, göğüs derisini çıtır çıtır yapacaktır.

Ben pirzola ve antrikotların üzerindeki yağları eritmede çok titizimdir. Güzelce pişmiş bir antrikotun yan tarafından yumuşak, pişmemiş bir yağ şeridinin akmasından nefret ederim. O yüzden pirzola veya antrikotu ya başta ya da sonda tava veya ızgaraya yan yatırıp yağını eritmenizi tavsiye ederim. Bu noktada biraz el becerisi gerekiyor: Eti maşayla tutarak veya bir tahta kaşık ya da tavanın kenarına özenle yaslayarak müdahale edebilirsiniz. Ne olursa olsun bu adımı asla atlamayın! O yağ şeridini altın sarısı, çıtır çıtır ve lezzetli bir şeye dönüştürdüğünüze pişman olmayacaksınız.

Yanma Noktası

Bir yağın **yanma noktası**, çözülüp görünmeyen ve zararlı bir gaza dönüşmeye başladığı ısıdır. Hiç sıcak bir tavaya sebze sotelemek için yap eklediğiniz ve çalan telefonla dikkatinizin dağıldığı oldu mu? Mutfağa geri döndüğünüzde kötü kokulu, dumanlı bir ocak manzarasıyla karşılaştıysanız, yağ yanma noktasına ulaşmış demektir. Bir keresinde bir çırağa tavayı önceden ısıtmanın önemini gösterirken tavayı yaktım. Çevredeki herkes öksürük krizine girdi. Bozuntuya vermeyerek bunu bilerek yaptığımı ve bunun baştan beri yanma noktaları hakkında bir ders olduğunu ima etmeye çalıştım. Ama diğer aşçıların karşısında kızardım ve yüzüm beni ele verdi, nihayet hepimiz kahkahaya boğulduk.

Bir yağın yanma noktası yükseldikçe tadının bozulmadan ısıtılabileceği radde de yükselir. Üzüm çekirdeği, kanola ve fıstık gibi saf, rafine bitkisel yağların yanma noktaları 205 °C'ye kadar çıkar. Bu onları bol yağda kızartma ve wok'ta kızartma işlemleri için ideal yağlar kılar. Katışık yağlar çok yüksek ısılara dayanıklı değiller; süzülmemiş zeytinyağındaki tortu veya tereyağındaki süt parçacıkları 177 °C civarında tütme noktalarına ulaşacak veya yanacaklardır. Bu yağlar çok yüksek ısının gerekli olmadığı ve tatlarının öne çıktığı, yağda kaynatma, basit sebze soteleme ve tavada balık veya et kızartmada kullanılabilirler. Yahut da bu yağları ısıtma gerektirmeyen mayonez ve salata sosu gibi karışımlarda kullanın.

Gevrekliği Elde Etme

Gevreklik veya çıtırlık, yiyeceğin sıcak yağla temas ederek suyunun yüzeyden buharlaşması sonucunda ortaya çıkar. Dolayısıyla, altın sarısı bir kabuk için muhakkak tavanın ve yağın kızmış olmasını sağlayın. Önce tavayı, sonra da yağı önden ısıtın. Yiyecekleri tavaya yığmayın; bu şekilde ısının hızla düşmesine ve buharın yoğunlaşıp yiyeceği nemlendirmesine sebep olursunuz.

Hassas yiyecekler bu durumlarda büyük özen ister. Yiyecek, yeterince ısınmamış yağda pişirilirse yağı emer. Örneğin, sonuç içi pişmiş ama kızarmamış, gri, yağlı balık filetoları olabilir. Biftek ve pirzola soğuk yağa koyulursa, etin dış tarafının kızarması o kadar uzun zaman alır ki iyice kızarmış *görünene* kadar etin içi orta-az pişmişten ziyade iyi pişmiş olur.

Ocağı sonuna kadar yakın demiyorum. Yağ çok sıcaksa, dış yüzey orta kısım pişmeye fırsat bulamadan kızarıp çıtır hale gelecektir. İlk ısırıkla dışarı fırlayan kütür kütür soğan halkaları ile derisi yanmış ama içi gevşek tavuk göğsü, çok yüksek ısıda pişirilmekten muzdariptir.

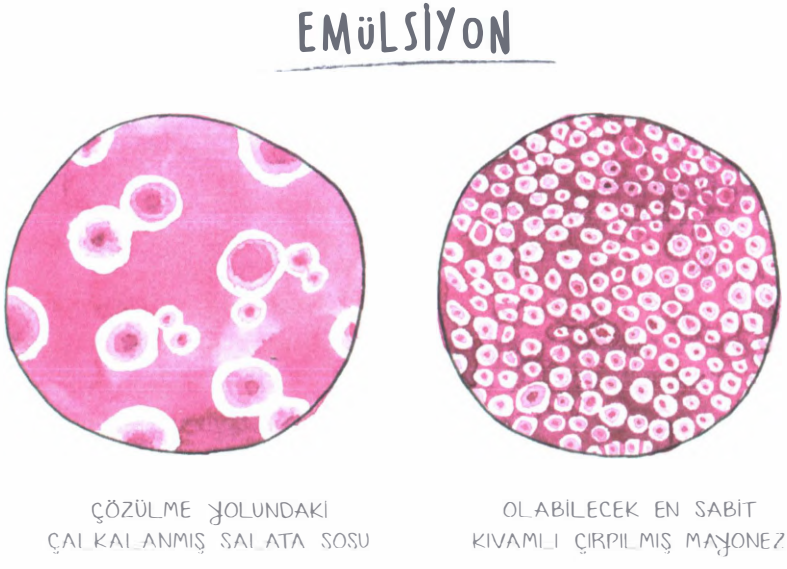
Bütün yemeklerdeki amaç, bir malzemenin aynı anda hem içini hem de dışını istediğiniz gibi pişirebilmektir. Yani dış kısımlar çıtır çıtır, iç kısımlar yumuşacık olmalıdır. Dilimlenmiş patlıcan ve tavuk budu gibi tamamen pişmesi zaman alan yiyecekleri kızgın yağa atarak, dış kısımların kabuklaşmasını sağlayın. Ardından yanmasını önlemek ve içinin de pişmesini sağlamak için ateşi kısın. **Isının Kullanımı** adlı başlık altında, ısının çeşitli dereceleri arasında yönümüzü bulmaya dair daha fazla açıklama yapacağım.

Çıtırlığı elde ettikten sonra korumak için de elinizden geleni yapın: Hâlâ sıcak olan çıtır kabuklu yiyecekleri örtmeyin veya üst üste koymayın. Kapak buharı hapsederek yoğunlaşmasına ve yiyeceğin üzerine damlamasına, dolayısıyla yiyeceğin nemlenmesine yol açar. Sıcak ve çıtır yiyecekleri tek kat halinde soğumaya bırakın. Kızarmış tavuk gibi çıtır çıtır yiyeceklerin sıcak kalmasını istiyorsanız servis vaktine kadar onları mutfağın sıcak bir yerinde, mesela ocağın yakınında tutun. Alternatif olarak tavuğu fırın tepsisinde soğutup, servis etmeden önce birkaç dakika fırında ısıtabilirsiniz.

Kremsi

Mutfağın en büyük simya harikalarından biri olan **emülsiyon**, normalde birbirine karışmayacak veya birlikte çözülmeyecek iki sıvının pes edip bir araya gelmesine denir. Mutfakta emülsiyon yağla suyun geçici barış antlaşması gibidir. Sonuç, bir sıvının minik damlacıklarının bir başka sıvıda dağılarak tamamen farklı, kremsi bir karışım haline gelmesidir. Tereyağı, dondurma, mayonez, hatta çikolata – kremsi ve lezzetliyse muhtemelen emülsiyon sonucudur.

Salata sosunu düşünün: Yağ ve sirke. İki sıvıyı birlikte dökerseniz, daha seyrek olan yağ sirkenin üstüne çıkacaktır. Buna karşın iki malzemeyi çırparsanız – yani onları milyarlarca minik su ve yağ damlacığına dönüştürürseniz – sirke yağın içine yayılarak yeni, daha koyu kıvamlı homojen bir sıvı meydana getirir. Bu bir emülsiyondur.



Ne var ki, bu sıradan salata sosundaki sirke ile yağı bir arada tutan şey anlık bir fırtınadan ibarettir. Birkaç dakika yalnız bırakılan ikili ayrılmaya, bir başka deyişle **çözülmeye** başlar. Bu çözülmüş sosu marulun üzerine dökerseniz, yaprakları dengesiz bir biçimde kaplanır; bir lokma çok ekşiyken, diğeri çok yağlı olabilir. Öte yandan iyi emülsifiye edilmiş salata sosu her lokmada dengeli bir lezzet sunar.

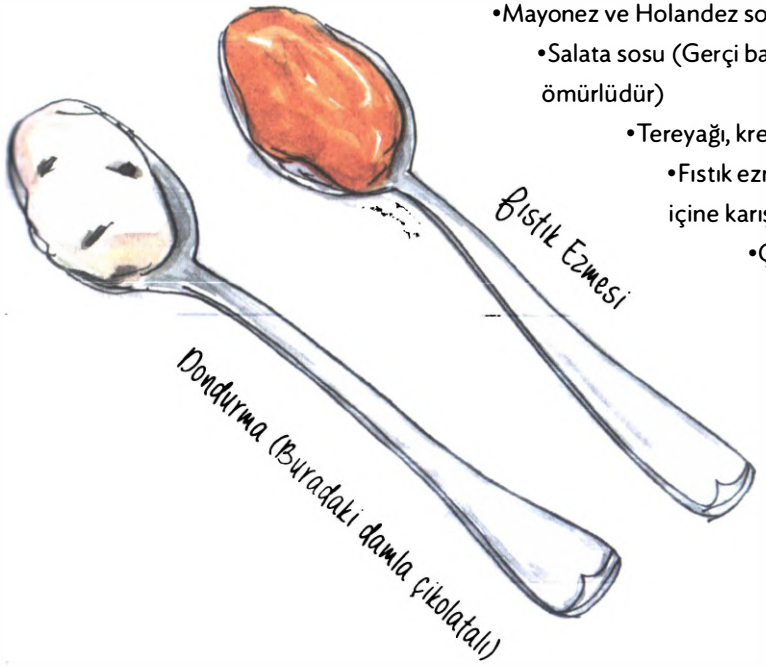
Emülsiyon çözüldüğünde yağ ile su molekülleri kendi birlikleriyle birleşir. Daha istikrarlı bir emülsiyon için, yağın kaplanmasını ve sirke damlacıklarının arasında kendini rahat hissetmesini sağlayacak bir emülsifiye edici kullanın. Emülsifiye edici madde, zincirdeki üçüncü halkadır; daha önce düşman olan iki tarafın birbirini çekerek birleşmesini sağlayan aracı görevi görür. Salata sosunda emülsifiye edici niteliği olan malzeme genelde hardalken, mayonezdeki yumurta sarısının kendisidir.

Emülsiyon Kullanımı

Emülsiyonlar, yavan yiyecekleri lezzetlendirmeye yarayan araçlardır. Örnek olarak bir tencere makarnaya son anda karıştırılan bir parça tereyağı; kuru, dağılan yumurta salatasına eklenen bir kaşık mayonez; salatalık ve domatesleri çıplak bırakmak yerine yaz salatası elde etmek adına serpilen kremsi salata sosu verilebilir.

Bazı yemekleri pişirirken emülsiyon yapmanız gerekir. Bazen de halihazırda elinizde bulunan emülsiyonun çözülmesini engellemeniz gerekir. Yaygın mutfak emülsiyonlarını iyice tanıdıktan sonra bu işin ustası olabilirsiniz.

Bazı bilindik emülsiyonlar:



- Mayonez ve Holandez sosu
- Salata sosu (Gerçi bazıları çok kısa ömürlüdür)
- Tereyağı, krema ve süt
- Fıstık ezmesi ve tahin (yağın içine karıştırdıktan sonra)
- Çikolata
- Espresso'nun üzerindeki kısa ömürlü köpük *(crema)*

Kremsiliği Elde Etme: Mayonez

Mayonez, bir su içinde yağ emülsiyonudur. Yağın kendisi de tabiî bir yağ ve su emülsiyonu olan yumurta sarısına damla damla dökülüp, eş zamanlı olarak çırpılmasıyla elde edilir. Neyse ki yumurta sarısı bir ucu yağdan, diğer ucu sudan hoşlanan bir emülsifiye edici olan lesitin içerdiği için bize biraz garanti sağlar. Lesitin, hızlı bir çırpmayla yumurta sarısının içindeki çok az miktardaki suyu yağ damlacıklarına bağlar ve minik hava kabarcıklarının etrafını sarar. Sonuç olarak iki farklı malzeme kıvamlı, birleşik bir sosa dönüşür.

Gelgelelim mayonez çözülmek, yani yeniden birbirine düşman yağ ve su gruplarına **ayrılmak** için bahane arar durur. Bu bütün emülsiyonlar için geçerlidir aslında.

Basit bir mayonez yapımına başlamadan önce yağı bir kapla – ya da göz kararıyla – ölçün. Mayonezi nasıl kullanacağınıza bağlı olarak yağınızı belirleyin: Pastırma, marul ve domatesli sandviç (BLT) veya Vietnam mutfağından *bánh mì* sandviçi için, üzüm çekirdeği veya kanola gibi nötral yağları seçin. Niçoise salatasında **Ton Balığı Konfit**'in yanında sunmak için aïoli (sarımsaklı mayonez) yapıyorsanız zeytinyağı kullanın. Sabit bir emülsiyondaki her bir yumurta sarısı, ¾ bardak* yağı tutacaktır. Ev yapımı mayonezin en güzel hali taze hali olduğu için, az miktarda yapmanızı tavsiye ederim. Gelgelelim, artanları birkaç gün buzdolabında muhafaza etmek mümkündür.

Su içinde yağ emülsiyonları, malzemeler ne çok sıcak ne de çok soğuk olduğunda daha iyi karışırlar. Buzdolabından çıkardığınız yumurtayı öncelikle oda sıcaklığına getirin. Aceleniz varsa, işleri hızlandırmak için yumurtayı bir tas sıcak çeşme suyuna daldırın.

Hafifçe ıslattığınız mutfak havlusunu küçük bir tencerenin içine serin. Mayonez yapacağınız kâseyi de tencerenin içine yerleştirin. Islak havlu kâseyi sabit tutarak içindekilerin dökülmesini önleyecektir. Yumurta sarılarını kâseye koyup çırpmaya başlayın. Çırpma işlemi sırasında bir kepçe veya kaşıkla yağı damla damla ekleyin. Yağın yarısını ekleyip nispeten sağlam bir baz elde ettikten sonra, yağın geri kalanını daha hızlı eklemeye başlayın. Mayonez karıştırılmayacak kadar katılaşırsa, inceltmek ve çözülmesini engellemek için birkaç damla su veya limon suyu ilave edin. Bütün yağı ekledikten sonra mayonezi çeşnilendirmeye yoğunlaşın.

Bu adımları uyguladığınız takdirde mayonezi bozmanın (imkânsız olmasa da) zor olduğunu göreceksiniz. Michael Pollan, beraber verdiğimiz aşçılık derslerinden birinde emülsiyon konusunu anlatmamı istemişti. O zamanlar bilmiyordum tabii. O yüzden, "İki malzemeyi bir arada tutan büyüdür," diye karşılık vermiştim. Artık ne olduğunu bilmeme rağmen, doğrusu işin içinde biraz sihir olduğuna inanıyorum.

* ABD'de 1 ölçü bardağı 250 ml.dir. (ç.n.)

Kremsiliği Koruma: Tereyağı

En sevdiğim şairlerden biri olan Seamus Heaney, bir keresinde tereyağını "pıhtılaşmış güneş ışığı"* olarak ifade etmiştir. Bana göre bu, tereyağının o eşsiz kimyasını en zarif ve ekonomik biçimde anlatan ifade olabilir. Bir kere tereyağı herhangi bir hayvanı öldürmeden yapılan tek hayvansal yağdır. İnek, keçi ve koyunlar güneş ışığı ve fotosentezin bir ürünü olan otları yiyerek bize süt verirler. Biz de yüzeyindeki en koyu kaymağı alır ve tereyağına dönüşene kadar çalkalarız/çırparız. Bu işlem o kadar basit ki bir çocuk bile kavanozun içindeki soğutulmuş kaymağı sallayarak tereyağı yapabilir.

Unutmayın, zeytinyağının aksine tereyağı saf yağ değildir. Tereyağında hepsi bir emülsiyon halinde bir arada duran yağ, su ve süt parçacıkları bulunur. Çoğu emülsiyon dar bir ısı aralığında (sadece birkaç dakika) katı kalabilirken, tereyağı katı halini dondurucu ısılardan (0 °C) eridiği ısıya kadar (32 °C) koruyabilir. Bunu mayonezi ısıttığınızda veya dondurduğunuzda olanlarla – çabucak bozulacaktır! – kıyasladığınızda tereyağının mucizesi anlayabilirsiniz.

Bu durum, tereyağının sıcak bir günde tezgâhın üzerine bırakıldığında terlemesinin sebebini de izah etmektedir – su eriyen yağdan ayrılır. Daha da yüksek ısılarda – sıcak bir ocağın üzerindeki tavada veya mikrodalga fırında – tereyağının yağı ve suyu hemen ayrışır. Eriyen tereyağı o zaman çözünmüş bir emülsiyondur; soğudukça sertleşmekle beraber asla baştaki o mucizevî haline dönmez.

Tereyağının emülsiyonunu korursanız, klasik Paris jambonlu tereyağlı baget *jambon-beurre*'den çikolatalı trüfe kadar her şeyde kremsi bir kıvam elde edebilirsiniz. Tariflerde verilen kesin tereyağı ısıları keyfî değildir: Oda ısısındaki tereyağı daha yumuşak olduğu için, kekin içine hava girmesini sağlayarak daha hafif yapar; daha yumuşak pasta ve kurabiyeler için un, şeker ve yumurtalarla daha kolay karışır; ayrıca ekmeğe daha kolay sürülür. Daha sonra izah edeceğim gibi; tereyağının emülsiyonunu muhafaza etmek, **Tereyağlı Turta Hamuru** da dâhil katmerli hamur işlerinde kullanmak ve undaki proteinlerle karışmasını önlemek için tereyağını soğuk tutmak önemlidir.

Julia Child bir seferinde, "Yeterince tereyağıyla yapılan her şey iyidir," demişti. Tereyağını başka bir emülsiyon yapmak için kullanarak Child'ın tavsiyesini uygulayın: Tereyağı sosu. Tereyağı-su emülsiyonlarında ısı çok önemlidir. İşin püf noktası, sıcak tava ve soğuk tereyağıyla başlamaktır. Basit bir tava sosu için biftek veya balık filetoyu tavadan aldıktan sonra artan yağı dökün. Tavayı yeniden ocağın üstüne koyun ve tabanı kapatacak kadar sıvı

* Yazar, Heaney'nin *Death of a Naturalist* (1966) adlı şiir derlemesinde yer alan *Churning* adlı şiirindeki "coagulated sunlight" ifadesine atıfta bulunmuş. (e.n.)

– su, et suyu veya şarap – ekleyin. Bir tahta kaşık yardımıyla tavanın dibine yapışmış lezzetli kıtır parçaları kazıyarak sosa dahil edin ve kaynatın. Kaynama başlayınca kişi başına 2 yemek kaşığı çok soğuk tereyağını tavaya ilave edin ve orta ateşte tereyağı sıvılaşıncaya kadar çevirin. Tavanın tereyağı cızırdamaya başlayana kadar kızmasına müsaade etmeyin; sosta yeterli su olduğu müddetçe sorun yoktur. Sosun koyulaşmaya başladığını gördüğünüzde ocağı kapatın ve tereyağının kalan ısıda erimeye devam etmesine izin verin ama karıştırmayı bırakmayın. Tuzuna bakın. Ayrıca gerekirse biraz limon veya şarap ekleyin. Karıştırıp hemen servis edin.

Aynı yöntem erişte ve sebzelerin kaplanmasında kullanılan tereyağı-su soslarının yapımında da işimize yarar. Bu işlemi tereyağı soğukken ve makarna tencereniz yeterince sıcakken doğrudan tencerede uygulayın. Tencerede yeterli su olmasına dikkat edin ve sosu dairesel, ileri-geri, sonra yine dairesel hareketlerle karıştırıp hemen makarnanın üzerini kaplayın. Pecorino peyniri de eklerseniz, makarna ve peynirden daha lezzetli olan klasik Roma lezzeti ***Pasta Cacio e Pepe*** yapmış olursunuz.

Emülsiyonları Kırma ve Onarma

Bazı emülsiyonlar zamanla bozulurken, bazıları yağla su çok hızlı birleştirildiği için bozulur. Ancak emülsiyonun bozulmasının en yaygın sebebi, ısısının çok hızlı değişmesine izin vermektir. Bazı emülsiyonların soğuk, bazılarının sıcak kalması gerekir. Gelgelelim, bazılarını da oda sıcaklığında olmalıdır. Bir salata sosunu ısıtırsanız bozulur. Fransız tereyağı sosunu (*Beurre blanc*) soğutursanız bozulur. Özen isteyen her emülsiyonun kendine göre elverişli koşullara ihtiyacı vardır.

Bazen bir emülsiyonu bozmak *istersiniz*, mesela sadeyağ için tereyağını eritmeniz gerekebilir. Bu işlem bazen fiyaskoyla sonuçlanabilir. Çikolata sosunu çok hızlı ısıtırsanız, en uzun günün sonunda bile dondurmanın üzerine dökmeyeceğim türden yağlı, nahoş bir balçık elde edersiniz. Emülsiyonlara çok dikkat etmek gerekse de bozulmaları dünyanın sonu değildir. Daima yardımına başvuracağınız bir kaynağınız olmalıdır.

Mayonezinizi bir arada tutan sihrin ömrü bitip de emülsiyonunuz bozulursa korkmayın! Bozuk mayonezi düzeltmenin en iyi yolu, onu önce bilinçli olarak çözmektir.

İşte akıllara durgunluk verecek kadar basit bir çözüm: Yeni bir kâse çıkarın ama aynı çırpıcıyı kullanın. Yalnızca bir kâseniz varsa, mayonezi başka bir kaba aktarıp kâseyi temizleyin.

Temiz kâseyi lavaboya getirip, musluktan akan temiz sudan olabildiğince sıcak olacak şekilde yarım çay kaşığı kadar ekleyin.

Yağlı, yumurtalı çırpma telini kullanarak sıcak suyu manyakça çırpmaya başlayın, ta ki köpürmeye başlayana kadar. Ardından, bozulan mayoneze yağ misali damla damla ekleyerek, köpek balığından kaçan bir yüzücü acelesiyle çırpmaya devam edin. Yarısını eklediğinizde mayoneziniz toparlanmaya başlayacaktır. Istakozlu sandviçinize güzelce yayabilirsiniz. Bu şekilde sonuç alamadıysanız, yeni bir yumurta sarısının vereceği emniyetle bütün işleme yeniden başlayın ve bozulan mayonezi damla damla eklemeyi unutmayın.

Gelecekte herhangi bir emülsiyonu çırparken işlerin kötüye gittiğini hissetmeye başladığınızda bu ipuçlarını hatırlayın. Birincisi, zeminin sabit olmadığından şüphelendiğiniz anda yağ eklemeyi bırakın. Emülsiyon katılaşmıyor ve çırpıcının telleri gözle görülür izler bırakmıyorsa aman! Yağ eklemeyi bırakın! Bu gibi durumlarda yapılacak tek şey, malzemeleri kuvvetlice çırparak bir araya getirmektir.

Ayrıca ilk şüpheye düştünüz an küçük bir parça buz ekleyebilirsiniz. Şayet elinizin altında buz yoksa, az miktarda soğuk suyla ısıyı ayarlayabilir, barışı koruyabilirsiniz.

MAYONEZ yapımı

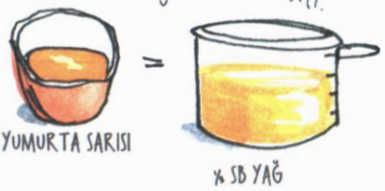
Yağlar & Emülsiyon Hakkında Bir Ders

1 ADIM ADIM GİDİNİ

YAĞ VE YUMURTALARI ÖLÇEREK EKLEYİN

YUMURTA ile YAĞIN AYNI ISIDA OLMASINA DİKKAT EDİN.

Altın Mayonez Oranı:



YANİ YUMURTAYI ÖNCEDEN DOLAPTAN ÇIKARMAK VEYA ÇIKARDIĞINIZ AN SICAK SUYA TUTMAK İSTEYEBİLİRSİNİZ.

2 YUMURTA SARILARINI BİR KÂSEYE KOYUN VE ÇIRPMAYA BAŞLAYIN.

MUTFAK HAVLUSUNU HAFİF NEMLENDİRİN. HALKA YAPIP KÂSENİZİ ORTASINA YERLEŞTİRİN.
=DÖKÜLME YOK=

AYNI ESNADA **DAMLA DAMLA YAĞ** EKLEYİN.



YAĞIN YARISINI EKLEDİKTEN VE KATI BİR KIVAM ELDE ETTİKTEN SONRA, KALAN YAĞI BİRAZ DAHA HIZLI İLAVE EDİN. KARIŞTIRMASI ZORLAŞACAK KADAR KOYULAŞIRSA BİRKAÇ DAMLA SU VEYA LİMON SUYU EKLEYİN.

TADIN.

TUZU AZ MI? BİRAZ EKLEYİN.

YENİDEN **TADIN.**

BOZUK MAYONEZİ ONARMA

1 DURUN. DERİN bir NEFES ALIN. HERKESİN BAŞINA GELEBİLİR.

2 GİDİP YENİ BİR KÂSE ALIN.
TEMİZ SU AKAN MUSLUKTAN OLABİLDİĞİNCE SICAK OLACAK ŞEKİLDE ¼ ÇK SU EKLEYİN.



3 AYNI YUMURTA ÇIRPICIYI KULLANARAK
ÖLÜM KALIM MESELESİYMİŞ GİBİ

ÇIRPMAYA BAŞLAYIN

SONRA, DAHA ÖNCE YAĞI NASIL EKLEDİYSENİZ
BU BOYNU BUKUK, BOZUK MAYONEZİ DE

DAMLA DAMLA İLAVE EDİN VE AMAN

ÇIRPMAYI BIRAKMAYIN



KARIŞIMIN ½'SİNİ ÇIRPTIKTAN SONRA KENDİNİZE, "OLUYOR MU?" DİYE SORUN.

EVET



HAYIR

OLSUN. DERİN NEFES.
1. ADIMA
GERİ DÖNÜN

GELECEKTE:
MAYONEZİNİZİN İSTEDİĞİNİZ GİBİ BÜTÜNLEŞMEDİĞİNİ
ANLADIĞINIZ ANDA YAĞ KOYMAYI BIRAKIP İYİCE ÇIRPIN
*
AYRICA KÜÇÜK BİR PARÇA BUZ veya BİRKAÇ DAMLA SOĞUK SU
EKLEYEBİLİRSİNİZ



Katmerli ve Yumuşak

Buğdayın içindeki iki protein – glütenin ve gliadin – **gluten**i oluşturur. Buğday unuyla sıvıyı birleştirip hamur yaptığınızda, bu proteinler uzun zincirler halinde dizilir. Sert hamur yoğrulur veya nemli hamur karıştırılırken, bu zincirler kuvvetlenerek geniş ağlar, yani gluten ağını oluştururlar. Bu ağların genişlemesine **gluten gelişmesi** adı veriliyor. Hamuru elastik yapan şey budur.

Gluten geliştikçe hamur lastik kıvamını alır. Ekmek yapanlar bu yüzden nispeten yüksek protein içerikli unlar kullanır ve hamuru uzun sürelerle yoğururlar. Bu şekilde hem kıtır kıtır hem de sakız gibi taşra somunları elde ederler. Tuz da gluten ağının gücünü korur. (Bu yüzden, Chez Panisse'de genç bir aşçıyken pizza hamuruma sonradan eklediğim tuz, hamur karma makinesini zorlamıştı.) Oysa makarna şefleri genellikle yumuşak, katmerli ve nemli dokular peşindedir; bu yüzden gluten gelişimini *sınırlamak veya kontrol etmek* için düşük proteinli unlar kullanmak ve fazla yoğurmaktan kaçınmak da dâhil her şeyi yaparlar. Yayıkaltı süt veya yoğurt gibi şeker ve asitler de glütenin gelişimini engeller. Dolayısıyla, bu malzemeleri baştan eklemek hamur işlerini yumuşatacaktır.

Aşırı miktarda yağ da gluten ağlarının oluşumunu engelleyebilir. Gluten zincirlerini ayrı ayrı kaplayan yağ, birbirlerine yapışıp uzamalarına mâni olur. **Katı yağ** anlamına gelen **shortening** yani **kısaltma** terimi de buradan gelir zira gluten zincirleri uzamak yerine kısa kalırlar.

Fırında pişen (ve makarna gibi bazen fırında pişmeyen) herhangi bir hamur işinin kıvamını belirleyen dört değişken vardır: Yağ, su ve maya, ayrıca hamurun yoğrulma veya işlenme derecesi (bir sonraki sayfadaki resme bakınız). Unun tipi, yağın tipi ve ısısı, yağla unun birbirine karışma şekli ve derecesi de hamur işinin kıvamını etkiler:

Yumuşak hamurlar (*short doughs*) ağızda dağılır ve erir. Yumuşak hamurlarda un ve yağ iyice birbirine karışarak, pürüzsüz, homojen bir hamur meydana getirmiştir. Un kurabiyesi gibi tariflerin çoğu çok yumuşak, hatta erimiş tereyağı ister. Erimiş yağın her bir un partikülünü çabucak kaplayarak glüten ağlarının oluşmasını engellemesi istenmektedir. Bu hamurlar genellikle tavada bastırılacak kadar yumuşaktır.

Katmerli hamur işleri, ısırdığınızda ufalanmaktan ziyade yaprak yaprak olur. Klasik Amerikan turtalarını ve Fransız *galette*'lerini düşünün. Kabukları yığınla elma veya sulu yaz meyvelerini tutacak kadar sağlam ama dilimlendiklerinde ince, eşit olmayan katlar üretecek kadar narindirler. Bu sağlamlığı elde etmek için tereyağının bir kısmı una yedirilerek minimal düzeyde glüten geliştirilir. Mükemmel bir turta veya *galette* kabuğunun esas özelliği olan katları elde etmek için, yağ çok soğuk olmalıdır ki bir kısmı parça parça kalabilsin. İyi

Hamur & Karışımlar

KIVAMI BELİRLEYEN DEĞİŞKENLER



MAYA YAĞ SU YOĞURMA*

LASTİK GİBİ&YOĞUN



TATLI ÇÖREK, DONUT ve DANİMARKA ÇÖREĞİ

LASTİK GİBİ



EKŞİMAYA EKMEĞİ, BAVYERA PRETZEL'İ, AMERİKAN SİMİDİ (BAGEL), PİZZA HAMURU ve FRANSIZ BAGETİ

UFALANAN



İSKOÇ KURABİYESİ (SHORTBREAD), MEKSİKA DÜĞÜN KURABİYESİ ve RUS ÇAY KURABİYESİ

ŞEKİL VERİLEN



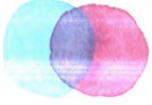
PATAŞU (PÂTE A CHOUX): EKLER, KREMALI PUF, STRUDEL ve YUFKA HAMURU

YUMUŞAK



MIDNIGHT CAKE (ÇOK ÇİKOLATALI PASTA), TURTA KABUĞU, GALETTE HAMURU, BİSKÜVİ, DAMLA ÇİKOLATALI KURABİYE ve BROWNİ

LASTİK GİBİ 2



MAKARNA

KATMERLİ

KABARIK HAMUR (ÇOK AZ SULU), PEYNİRLİ ÇÖREK, PALMİYE BİSKÜVİ

* AYRICA: KATLAMA, ÇIRPMA, KARIŞTIRMA

bir turta hamurunu yuvarladığınızda bu yağ parçacıklarını *görürsünüz*. Turtayı sıcak fırına verdiğinizde; soğuk tereyağı parçaları, sıkışan hava ve tereyağının saldığı su buharı hamuru katmanlara ayıracaktır.

En katmerli hamur işleri, **yaprak yaprak açılmış** hamurlarla yapılır. Peynirli börek, *palmier* veya strudel gibi kabarık bir hamur işi yediğinizde, tabağınıza veya üstünüze başınıza dökülen yaprakları hatırlayın. Bir yığın enfes, çıtır parçacık! Bu dokuyu elde etmek için katmanlı hamur büyük bir tereyağı parçasının üzerine sarılır. Bu hamur ve tereyağı sandviçi açılıp tekrar kendi üzerine katlanır. Bu işleme **döndürme** denir. Klasik kabarık hamur işi altı defa döndürüldüğünde, 729 kat tereyağıyla birbirinden ayrılan tam 730 hamur katına sahip olacaktır! Sıcak bir fırına girince her bir tereyağı katı buharlaşarak 730 gevrek kat oluşturacaktır. Katmerli hamur yaparken tereyağının erimemesi için tereyağıyla mekânın soğuk kalması önemlidir. Ancak, tereyağının kalın bir yaprak haline gelecek kadar yumuşak olması da gerekmektedir.

Glüten geliştirmek için yoğrulmuş, sonra bu şekilde işlem görmüş mayalı hamurlar; kruvasan, Danimarka pastası ve *kougn amann* denilen Breton spesiyalitesi gibi elastiklikle katmerlilik arasındaki nazik kesişme noktasında bulunan katmerli ekmekler sağlayabilir.

Ağızda Dağılan Yumuşaklığı Elde Etme: Shortbread Un Kurabiyesi ve Kremalı Bisküvi

İskoç un kurabiyesi *Shortbread*, ince, kum gibi yapısıyla ağızda dağılan bir hassasiyete sahip olmalıdır. Bu yapı, tereyağını hamura işlemin başında katmanın bir sonucudur. En sevdiğim shortbread tarifinde tereyağı o kadar yumuşaktır ki "mayonez gibi sürülebilir", böylece yağ hemen un partiküllerini kaplar ve glüten zincirlerinin gelişimini önler.

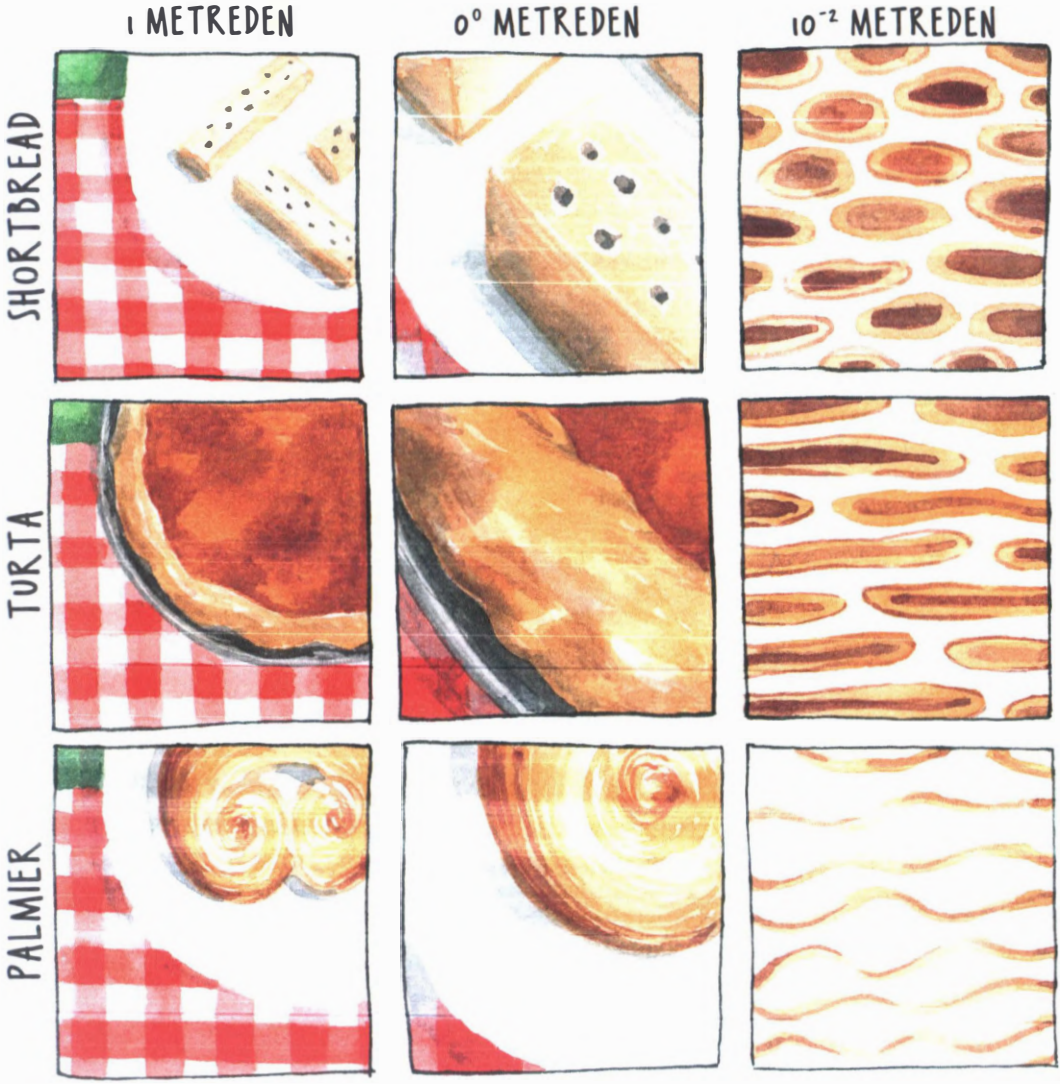
Kaymak, taze krema, yumuşatılmış krem peynir veya yağ gibi bütün yumuşak veya sıvı yağları kullanarak unu kaplayabilir ve ağızda dağılan kıvamlar elde edebilirsiniz. Kremalı bisküvinin klasik tariflerinde soğuk çırpılmış kaymak hem yağ hem de sıvı bağlayıcı işlevi görerek, unu çabucak kaplar ve glüten ağını geliştirmek için su ekleme ihtiyacını ortadan kaldırır.

Katmerliliği Elde Etme: Turta Hamuru

En az bilim kadar irfandan da istifade eden bir aşçı olarak, kocakarı hikâyelerini seven yüreğime katmerli hamur işi yapmanın kuralları da hoş gelir. Soğuk elleri nedeniyle işe alınan unlu mamul şeflerinin hikâyeleri klişeleşmiştir zira katmerli hamur işinin hamurunda kullanılacak yağın soğuk tutulması çok önemlidir. Bu söylentiyi doğrulayacak pek kanıt bu-

TURTANIN KUDRETLERİ

TEREYAĞI VE UN KARIŞIMI HAMURLARA YAKINDAN BAKIŞ



lunmamasına rağmen, unlu mamul şeflerinin her şeyi soğuk tutma yönündeki eğilimlerini destekleyen çok şey var: Soğuk mermer tezgâhlarda çalışır ve mikser kâseleriyle metal araç gereçlerini buzluğa koyarlar. Hatta yıllarca yanında çalıştığım bir şef, hamurlarını buz gibi bir mutfakta yapmakta ısrar ederdi. Şef önlüğünün üzerine giydiği bir kazak ve kabarık bir yelekle herkesten iki saat önce işe koyulur ve onlar gelip de fırınları, ocağı ve ızgarayı yakmadan önce hamurlarını yapardı. Bütün kararlarını ısıyı göz önünde bulundurarak verir ve bunun büyük faydasını görürdü –sonuçta hamur işlerinin tüy kadar hafif katmanları olurdu.

Elleriniz soğuk olsun ya da olmasın, yağ ceplerinin serpiştirdiği geliştirilmiş glüten katmanları oluşturmak için katmerlilik istiyorsanız ısıyı göz önünde bulundurmalısınız. Tereyağı ne kadar sıcak ve bundan dolayı yumuşaksa, una o kadar hızlı karışır. Yağ glüten gelişimini engellediği için bu iki malzeme ne kadar çok birbirine karışırsa, hamur o kadar yumuşak olur– katmerli değil.

Glütenin gelişmesini engellemek için tereyağını soğuk tutun. Böylece siz hamuru karıştırıp açarken emülsiyonunun hassas bağları korunmuş olacaktır. Tereyağı ağılığının yüzde 15 ila 20'si kadar su içerir. Tereyağı hamura yedirilirken yumuşayıp erirse, emülsiyonu bozulur ve bu suyu bırakır. Su damlacıkları unla bağlanarak uzun glüten zincirleri meydana getirecek, bu da hamurun narin katmanlarının birbirine yapışmasına yol açacaktır. Bunlar birbirlerine yapışırlarsa pişerken aralarına buhar giremez, dolayısıyla katlar kaybedilir. Hamur işi fırından lastik gibi bir kıvamla çıkar.

Bitkisel katı yağlar ise artan ısıya tereyağından daha dayanıklıdır ve sıcak mutfakta bile katı kalabilir ama *tadı o kadar iyi değildir*. Tereyağı vücut ısısına ulaşana kadar erir ve damağımızda yoğun, güzel lezzeti kalır. Öte yandan, aynı kimyasal özellikler tamamı yağdan oluşan katı yağın sıcak havalara dayanıklı olmasını sağladığı için vücut ısısında erimesini de engeller. Dolayısıyla katı yağ dilde nahoş, plastik gibi tat bırakır.

Soğutulmuş, toplanmış hamuru doğrudan önceden ısıtılmış fırına vermek önemlidir. Sıcak fırında tereyağının içindeki su buharlaşır. Buhar ısıyla genişleyen hamurun katlarını ayırarak o bayıldığımız katmanları oluşturur. Fırın yeterince ısınmamışsa su buharlaşmayacak ve hamurun kabuğu sertleşmeden turtanın iç malzemesi hamurun içine sızacak ve turta fırından nemli çıkacaktır.

Katmerliliği ve Yumuşaklığı Elde Etme: Tart Hamuru

Semt pazarlarında vakit geçirmeyi aşırı seven biri olarak, genellikle kullanabileceğimden fazla ürün satın alırım. (Daima aynı günde piyasaya çıkan olgun Santa Rosa eriklerine, bal

gibi tart nektarlarına veya sulu böğürtlenlere hayır deyin de göreyim!) Yağın ilminden anlayan arkadaşım Aaron Hyman, sağlam ama narin bir tart hamuru geliştirmek istiyordu. İdeal hamur, yığınla çekirdekli yaz meyvesine dayanabilmeli ve aynı zamanda ısırıldığında yaprak yaprak olmalıydı. Hem katmerli hem de ağızda dağılan bir kabuk istiyordu. Ben de elimde fazla meyve olduğunda istediğim zaman pişirebileceğim bir kabuk istiyordum.

Önce katmerliliği nasıl elde edeceğini düşündü. Her şeyi soğuk tutmaya, büyük tereyağı parçaları kullanmaya ve hamuru az miktarda glüten meydana getirecek kadar karıştırmaya karar verdi. Ağızda dağılan kıvamı elde etmek için ise hamuru bağlayacak, daha fazla glüten oluşumunu engellemek için kalan gevşek unu kaplayacak sıvı yağları seçti – kaymak ve taze krema.

Aaron'un yöntemi çok sağlam. Hamur işlerinde daima zorlanmışımdır ama onun tarifi beni her seferinde başarıya götürdü. Dondurucuda duran **Aaron'un Tart Hamuru** sayesinde krallara layık bir yemek hazırlamak çok kolay. Bir dolu hamur diski yapıp saklayın. Böylece, arkadaşlarınız geldiğinde kilerdeki bir sepet bozulmuş kuru soğan, Parmesan kabuğu ve bir kutu ançüezden başka seçeneğiniz olur. Bir partiye tatlı götürmeyi üstlenip de özel bir şey yapmaya vaktiniz olmadığında da hayat kurtarıcı olabilir. Semt pazarından fazlasıyla aldığınız meyveleri kullanmak için de güzel bir seçenektir. Kısacası tart hamuru yoktan bir şey yapmanın anahtarıdır.

Ağızda Dağılan Pasta Kekleri

Senelerce hem kendim yaptığım hem de restoranda veya fırında sipariş edip tattığım kekler beni hüsrana uğratıp durdu. Ben nemli ama leziz bir kek hayal ediyordum. Çoğu kek ise ya biri ya diğeriydi: dükkândan satın alınanlar aradığım dokuya sahip olmakla birlikte genellikle lezzetsiz, lüks pastanelerdekiler ise lezzet olarak zengin ama ekseriya kuru veya sıkıydı. İkisinden birinin kaçınılmaz olduğunu düşündüm. Ve bu işin peşini bıraktım.

Sonra o kadar nemli ve lezzetli bir doğum günü pastası yedim ki neredeyse zevkten bayılacaktım. O pasta günlerce aklımdan çıkmayınca sonunda arkadaşıma tarif için yalvarmak zorunda kaldım. Arkadaşım pastaya **Midnight (Geceyarısı) Pastası** adını vermişti çünkü çikolatalı keki ve kremasıyla kapkara görünüyordu. Dahası, tarifi görünce tereyağı yerine sıvı yağ kullandığını fark ettim. Birkaç ay sonra Chez Panisse'de ilk defa **Taze Zencefilli ve Pekmezli Kek**'i tattığımda, onun harikulade nemli kıvamı ve yoğun baharatlı lezzetinden de çok etkilenmiştim. Bu kekin tarifini almak için de yalvardım. Sonuç olarak iki kekin tarifi birbirine aşırı derecede benziyordu.

Bu sıvı yağlı keklerin bir numarası var. Hafızamdaki tarifleri gözden geçirdiğimde klasik havuçlu kek ile zeytinyağlı kek de dahil en sevdiğim keklerin çoğunun tereyağı yerine sıvı yağla yapıldığını hatırladım. Özendiğim ideal kek dokusunu üreten hazır kek karışımları bile sıvı yağı istiyordu. Peki, sıvı yağ nasıl böyle nemli kekler üretebiliyordu?

Cevabı bilimde saklı. Sıvı yağ, un proteinlerini iyice kaplayarak güçlü gluten ağlarının oluşmasını engeller, tıpkı yumuşak tereyağının kurabiye hamuruna etkisi gibi. Gluten gelişimi için su gerekir. Bu yüzden, bu yağ bariyeri gluten oluşumunu önemli ölçüde önleyerek, sonuçta lastik gibi bir yapıdan ziyade ağızda dağılan bir kıvam meydana getirir. Bonus bilgi: Daha az gluten karışımda daha fazla su demek. Bu da sonuç olarak nemli bir kek demek.

Sıvı yağlı kekin sırlarını keşfettikten sonra, bir kekin özelliklerini *tarifi bile denemeden* tahmin edebilir oldum. Eğer malzemeler arasında sıvı yağ yer alıyorsa, tarif benim o çok sevdiğim özel nemli kıvamı veriyor demekti. Tereyağlı keki özlediğim de oluyordu. Öğleden sonra bir fincan çayın yanında yemek istediğim veya branşta arkadaşlara ikram ettiğim kekler için nemli kıvamdansa yoğun lezzet benim için daha önemliydi. Kıvamla ilgili keşiflerimden cesaretlenerek daha iyi bir tereyağlı kek yapıp yapamayacağımı merak etmeye başladım. Çözüm tereyağına sıvı yağ gibi muamele edip eritmekte değil, tereyağının inanılmaz hafiflik kapasitesinden istifade etmekti.

HAFİF

Hafiflik, yağla bağdaştırdığınız özelliklerden ilki olmayabilir. Lakin yağın çırpıldığında havayı hapsetme kabiliyeti, keklerde mayalayıcı yani **kabartıcı** malzeme olarak davranmasına ve sıvı kremayı kabarık bulutlara dönüştürmesine imkân verir.

Bazı klasik keklerin içeriğinde kimyasal kabartıcı – yani kabartma tozu veya karbonat – yoktur ve bulutsu yapıları tamamen çırpılmış yağa dayanır. Pound kekte kabartma işini çırpılmış tereyağıyla yumurta yapar. Bir çeşit pandispanya olan *Génoise*'de yumurtaların çırpılmasıyla yağlı yumurta sarıları havayı hapsederken, protein zengini beyazlar da hava ceplerini çevreler. Böylece kekin kabarması sağlanır. Bu kekteki *tek* kabartıcı çırpılmış yumurtadır. Ne kabartma tozu ne karbonat ne maya ne de çırpılmış tereyağı kullanılmıştır! Mucizevî değil mi?

Hafifliği Elde Etme: Tereyağlı Kekler ve Krem Şanti

Zengin lezzet ve ince, kadifemsi bir yüzey elde etmek istediğinizde tereyağlı kek (veya damla çikolatalı kurabiye) yapın; kabartma etkisi için hava kabarcıklarını hapsetmek amacıyla yağı şekerle çırparak, yani **krema** kıvamına getirerek havalandırmayı ihmal etmeyin. Genellikle soğuk oda ısısındaki tereyağı 4 ila 7 dakika çırpılarak hafif ve kabarık bir karışım elde edilir. Doğru yapıldığında tereyağı karışımdaki milyonlarca minik hava kabarcığını bir file gibi bütün hapsedecektir.

Buradaki püf noktası hava üzerinde ağır ağır çalışmaktır; tutarlı bir şekilde sürtünmeyle ısıyı arttırmaksızın mini hava kabarcıkları meydana getirirsiniz. Keki fırına çabucak vermek için mikseri en üst ayarda çalıştırmak cazip gelebilir ama bana güvenin, acelecilikle elinize bir şey geçmez. Tecrübeyle sabittir. Bu bölüme giden yol yoğun, sönük keklerle döşenmiştir.

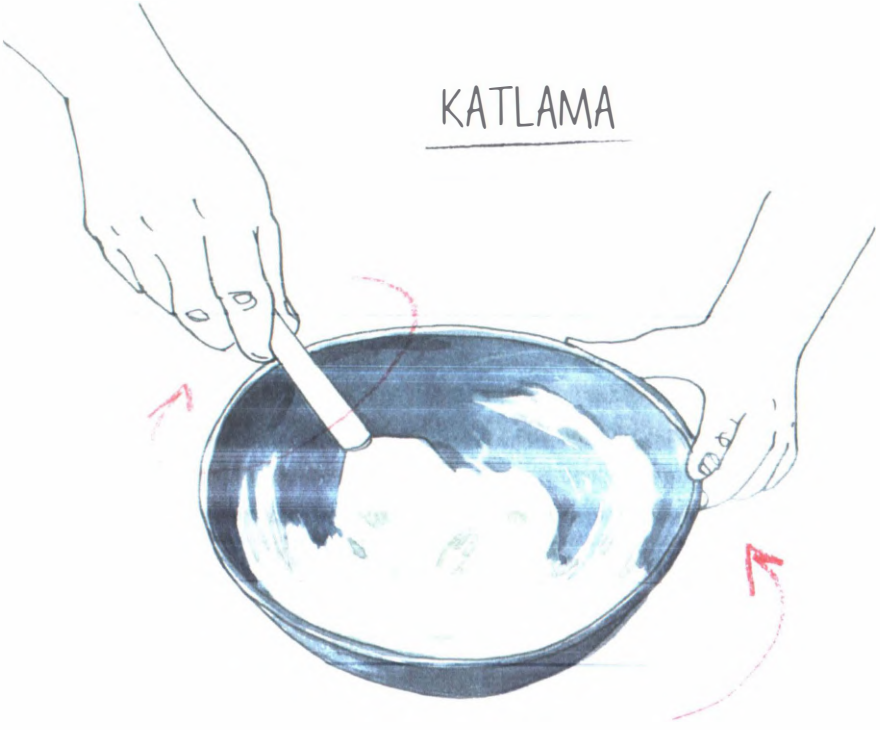
Karıştırma işlemi sırasında tereyağının ısısını takip edin; tereyağının emülsiyon olduğunu unutmayın. Çok ısınırsa erir ve emülsiyon bozulur, yani havayı hapsedecek kadar sıkı

olmaz. Hapsetmeye uğraştığınız havayı kaçırırsınız. Ayrıca yağ çok soğuksa hava içeri – en azından her yere eşit olarak – giremeyecek ve kek kabarmayacaktır.

Yağ doğru düzgün havalandırılmadığında kimyasal kabartıcılar bunu telafi etmez. Kabartma tozu hamura yeni hava kabarcıkları eklemeyecektir. Kabartma tozu, karbondioksit gazı salarak zaten varolan hava kabarcıklarının sadece genişlemesine yardım eder.

Malzemeleri yavaş yavaş eklemek de aynı sebeple önemlidir – yağı çırparak havalandırdıktan sonra kekin kuru ve ıslak malzemelerini özensizce aynı anda karıştırırsanız, çırptığınız bütün havayı heba edersiniz. Burada havalandırılmış malzemelerin havalandırılmamış malzemelerle karıştırılması tekniği olan **katlamanın** önemi ortaya çıkmaktadır. Bir elinizde silikon bir spatulayla hafif hareketlerle katlama yaparken, diğer elinizle kâseyi döndürün.

Çırpılmış kremanın kimyası çırpılmış tereyağınkinden biraz farklıdır – öncelikle tereyağının soğuk olması gerekir. Yine de buradaki konsept aynıdır: Yağ hava kabarcıklarının etrafını sarar. Krema çırpılırken sıvının içindeki katı yağ damlacıkları açılıp birbirine karışır (unutmayın ki krema doğal bir emülsiyondur). Kremayı fazla çırparsanız, yağ damlacıkları ısınarak birbirine yapışır ve kremayı iştah kaçırıcı bir şekilde topaklaştırır. Daha da çırparsanız kremanın emülsiyonu bozularak sulu bir sıvı – yayıkaltı sütü- ile katı yağ – tereyağı – koyuverir.



YAĞ KULLANIMI

Farsîler ancak çok özel olaylarda yemeği tatlıyla sona erdirirler, bizim evde de pek fazla tatlı pişirildiği söylenemez. Ayrıca, sağlığa önem veren annemiz, her fırsatta fazla şeker tüketmemize engel olurdu (gerçi tam da bu yüzden kardeşlerimle tatlıya aşırı düşkün olduk). Kek, kurabiye istediğimizde bunu kendimiz yapmak zorunda kaldık ve annemiz işimizi zorlaştırmak için elinden geleni ardına koymadı. Mutfakta ne mikser ne de tereyağını yumuşatmak için mikrodalga fırın vardı. Dahası bütün fazla un dondurucuda olurdu.

Kurabiye ve kek krizleri dayanılmazdı. *Bütün tariflerin* söylediği gibi, donmuş tereyağının oda sıcaklığına gelmesini hiç bekleyemezdim. Benim kurabiyelerimle keklerim daima sönük ve sıkı olurdu. Esas amacımın tatlı – *herhangi* – bir şey yemek olduğu o yaşta bu önemsiz bir sorundu: Kardeşlerimle fırından çıkan her şeyi silip süpürüyorduk. Yetişkinliğimde damak tadım biraz daha geliştiği için artık sadece tatlı bir şey yemekten daha fazlasını arıyorum. Tatlılarımın – ve doğrusu pişirdiğim her şeyin – daima tutarlı bir lezzeti, ideal kıvamı ve tadı olmasını isterim. Muhtemelen siz de aynısını istersiniz. Tek ihtiyacınız olan şey biraz sağduyu.

Yağ Ahengi

Yağların lezzet üzerinde etkisi büyük olduğu için, çoğu yemekte birbiriyle uyumlu birden fazla çeşit kullanmakta fayda vardır. Ben buna **yağ ahengi** diyorum. Bir yağın kültürel açıdan uygunluğunu göz önünde bulundurmanın yanı sıra, o yağın yemekteki diğer malzemelerle uyumunu da düşünmelisiniz. Örneğin, balık yemeğinin üzerine tereyağı sosu dökmek istiyorsanız yemeği pişirirken sadeyağ kullanın ki iki yağ birbirini tamamlasın. Kan portakalıyla kremsi avokadoları salatada birleştirin, sonra narenciye tadını arttırmak için her şeyin üzerine *agrumento* zeytinyağı dökün. Çıtır çıtır waffle'lar için tereyağını eritip hamura karıştırın ama sıcak fırını da kahvaltılık jambonun erimiş yağıyla yağlayın.

Bazen tek bir yemekte farklı kıvamlar elde etmek için birden fazla yağ kullanmanız gerekir. Üzüm çekirdeği yağında balığı kızartın ve ardından yanında servis edeceğiniz kremsi Aïoli'yi yapmak için zeytinyağı kullanın. Son derece nemli bir Çikolatalı Geceyarısı Pastası yapmak için sıvı yağ kullanın; ardından pudra şekeriyle beraber çırptığınız tereyağıyla veya çırpılmış kremayla üzerini kaplayın.

Yağ Dengesi

Aşırı tuzlu yiyeceklerde olduğu gibi, aşırı yağlı yiyecekleri düzeltmenin en iyi yolu denge kurmaktır. Dolayısıyla iki sorunun çözümü birbirine benzer: Daha fazla yiyecek ekleyerek toplam hacmi arttırın, daha fazla asit ekleyin, sulandırın veya nişastalı veya yoğun malzemeler ilave edin. Mümkünse yemeği soğutun, yağ yüzeye çıkıp katılaşsın, sonra o kısmı yemeğin üzerinden alın. Alternatif olarak yemeği yağlı tavadan temiz bir havluya döküp yağı emdirebilirsiniz.

Çok kuru veya biraz daha lezzete ihtiyacı olan yiyecekler daima biraz zeytinyağıyla (ya da uygun başka bir yağla) düzeltilebilir veya ekşi krema, taze krema, yumurta sarısı veya keçi peyniri kullanılarak kıvamı arttırılıp tadı güzelleştirilebilir. Malzemeleri yağsız ve bol, ekmeği kıtır kıtır olan bir sandviçin kuruluğunu, salata sosu, mayonez, yumuşak krem peynir veya kremsi avokado kullanarak dengeleyin.

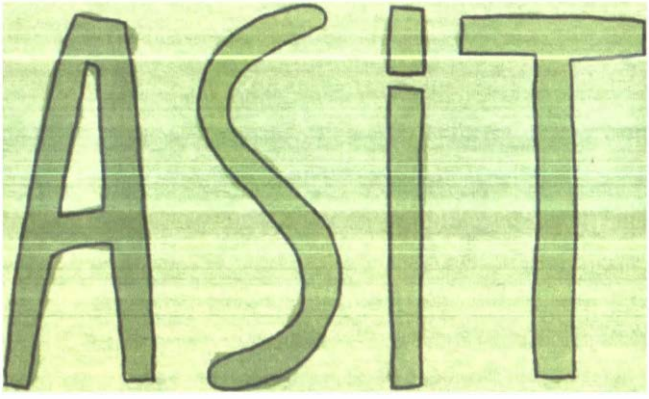
Tuz ve Yağ ile Doğaçlama Yapma

Arzu ettiğiniz kıvamı yakalamak için **Yağ Nasıl Etki Eder?**'de sıraladığım ilkeleri uyguladıktan sonra, **Yağ Dünyası**'na (sf. 72) başvurarak çok farklı bölgelerin lezzetlerini canlandırma konusunda yardım alın. Örneğin, **Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk**'u sadeyağda kızartarak klasik bir Fransız lezzeti elde etmeye çalışın. Canınız Hint yemeği çekiyorsa ve buzdolabının kapağındaki o mangolu Hint turşusuna dalmak istiyorsanız, pişirme yağı olarak Hint sadeyağı kullanın. Yok eğer canınız Japon tavuk külbastısı istiyorsa, birkaç damla kavrulmuş susam yağı eklenmiş nötral yağ kullanın. Bütün bu durumlarda yağın yiyeceği hemen kızartarak çıtır çıtır bir dış kabuk oluşturacak kadar sıcak olması gerekir.

Sevdiğiniz insan için doğum günü pastası yapmadan önce biraz keşif yapın. Sıvı yağla yapılan bir kekin nemli, yumuşak dokusunu mu seviyor, yoksa tereyağlı bir kekin yoğun, kadifemsi dokusunu mu? Pasta yaparken ben bile doğaçlamayı tavsiye etmediğim için, siz de bu bilgiye dayanarak karşınızdaki kişiyi mutlu edecek doğru yağı kullanabilirsiniz.

Yağ ve tuz hakkında bildikleriniz sayesinde doğaçlamaya düşündüğünüzden daha da yakınsınız. Yağın kıvam üzerindeki etkisi, tuz ve yağın ise lezzet üzerindeki etkisi büyüktür. Her yemek pişirdiğinizde lezzet ve kıvamı arttırmak için tuz ve yağ kullanın. Bir salatanın üzerine biraz kremsi *ricotta salata* koyma niyetindeyseniz, tuzu başta biraz sınırlı kullanın ve tuzlu peyniri ekledikten sonra tadın. Keza, ***Pasta all'Amatriciana***'nın lezzetini arttırmak için *pancetta*'yı küp küp doğrarken sosu tatmadan önce etten gelen bütün tuzu emmesini bekleyin. Pizza tarifi, hamuru zeytinyağıyla yoğurduktan *sonra* tuzu eklemenizi söylüyorsa, bu tarifi kelimesi kelimesine uygulamadan önce düşünün derim. Kötü yazılmış tariflerin kapsadığı geniş masal ve yanlış bilgi ormanlarında size rehber olması için doğru olduğunu *bildiğiniz* şeylerden şaşmayın.

Doğaçlama nota bilgisiyle başlar. Şimdi Tuz-Yağ melodisini bestelemek için yeterli notalara sahipsiniz. Üçüncü notada da ustalaştığınızda, artık Tuz, Yağ ve Asit üçlüsünün mükemmel uyumuna şahit olacaksınız.


ASiT

Tuz ve Yağ konularında yaşadığım çarpıcı aydınlanmaların aksine, Asit'in kıymetini yavaş yavaş öğrendim. Öğrenmeye evde annem, büyükannelerim ve teyzelerimin her akşam pişirdikleri bir yiyecekle başladım.

Akşam atıştırmalığı olarak limon ve lime yiyerek büyüyen annem, ona yüzünü buruşturtmayan hiçbir yemeğin tadını beğenmezdi. Tatlı, tuzlu, nişastalı, yağlı yiyecekleri dengelemek için tabağa daima ekşi bir tat eklerdi. Bu bazen kebapla pilavın üzerine serpilen bir tutam sumak olurdu. Ot ve yeşilliklerle dolu bir frittata olan ***Kuku Sabzi***'de (Mücver benzeri **İran Usülü Sebze ve Yeşillikli Omlet**) büyükannem Perivaş'ın *torşi*'sinden (karışık turşu) her zaman birkaç kaşık olurdu. Babam Nevruz'da kızarmış balık ve otlu pilavın üstüne sıkmamız için ekşi portakal almaya Meksika'ya giderdi. Annem diğer klasik yemeklere *goruh* (koruk) ve *zereşk* (İran üzümü) döşerdi. Arzu edilen keskin tadı elde etmek için, yumurtadan çorbaya, haşlamadan pilava, hatta şimdi düşündüğümde yüzümü buruştursa da kıymalı spagettiye kadar her şeyin üstüne ekseriya yoğurt koyardık.

Ben okuldaki diğer öğrencilere benzemezdim. Sınıf arkadaşlarımın fıstık ezmeli sandviçlerinin yanında annemin beslenme kutuma koyduğu *kuku sabzi*, hıyar ve beyaz peynire bakınca, ev hayatımın onlarınkinden çok farklı olduğunu anlıyordum. Ben başka bir zaman ve mekânın dili, âdetleri ve yemekleriyle dolu bir evde büyüdüm. Her sene büyükannem Pervin'in İran'dan gelişini sabırsızlıkla beklerdim. Onun valizlerini açışını seyrederken odaya egzotik kokuların yayılması kadar sevdiğim başka bir şey yoktu: Safran, kakule ve gülsuyuyla yıllar boyunca çantasının kumaş biyelerine sinmiş hafif küflü Hazar havası. Kuru yemişleri birer birer çıkarırdı: Safran ve lime suyuyla kavrulmuş yer fıstığı, vişne reçelleri, yaprak yaprak ev yapımı *lavaşaklar*, yani yanaklarımı acıtacak kadar ekşi erik pestili. Büyüdükçe ailemden ekşi yiyeceklerimizi sevmeyi ve damağımın en İranlı yanım olmasına izin vermeyi öğrendim. Fakat asidin dudakları büzdürmekten başka özellikleri olduğunu ancak evden ayrıldıktan sonra öğrendim.

• • •

Annemle babam, çocuklarının yozlaşmasını mümkün olduğu kadar geciktirmek istiyordu. Devamlı gayretlerinin bir parçası olarak Şükran Gününü hiç kutlamadık. Ben bu bayramı ilk defa üniversitedeyken, bir arkadaşım ve onun ailesiyle beraber kutladım. Yemeği hazırlamak ve onun için bir araya gelmek üzere yaratılan şamataya bayıldım ama Şükran Günü'nün asıl *yeme* kısmı biraz hayal kırıklığıydı. Tepeleme yemek dolu bir masaya oturduk: Fırında pişmiş ve merasimle içi oyulmuş kocaman bir hindi; etten damlayan yağlarla

yapılmış et suyu (gravy); tereyağı ve kreması bol patates püresi; muskatlı (Hint cevizi) kremalı ıspanak; arkadaşımın neredeyse dişsiz büyükannesinin dahi kolaylıkla çiğneyebileceği kadar uzun süre haşlanmış Brüksel lahanası ve son olarak hindinin sosis, jambon ve kestaneyle dolu iç malzemesi. Ben yemek yemeyi *gerçekten* severim ama bu yumuşak, bol malzemeli ve yavan yiyecekler birkaç lokmadan sonra damağıma sıkıcı geldi. Her önümden geçişinde biraz daha kızılcık sosu alarak tatmin edici bir şey tatmak ümidiyle yemeye devam ettim. Ne var ki asla tat alamadım. Sonuç olarak her sene Kasım'ın dördüncü perşembesi ben de herkes gibi midem hafiften bozulana kadar yedim.

Chez Panisse'de çalışmaya başlayınca bu bayramı restorandan arkadaşlarla geçirir oldum. Diğer aşçılarla ilk Şükran Günü'mde damağım hiç sıkılmadı. Yemek yemenin angarya olduğunu bir an bile düşünmedim. Daha sonra rahatsızlanmadım. Bunun sebebi kesinlikle bizim yaptığımız yemeklerin daha sağlıklı ve temiz olması değildi. Neydi peki?

Diğer aşçılarla yediğim Şükran Günü yemeklerinin, büyürken yediğim geleneksel İran yemeklerine çok benzediğini fark ettim. Her yemeğe ilave edilen yemeği canlandırmıştı. Ekşi krema, patates püresine keskin bir tat veriyordu. Servisten hemen önce eklenen az miktarda beyaz şarap et suyunu hafifletmişti. Ekşi hamurlu kruton, yeşillik ve sosis dilimlerinden meydana gelen büyük, güzel iç dolgu kütlesinin arasında beyaz şaraba yatırılmış erikler vardı – pek beğenilen gizli asit depoları. Fırınlanmış balkabağıyla Brüksel lahanaları, şeker, çili ve sirkeyle yapılan bir sos olan İtalyan *Agrodolce*'ye bulanmıştı. Kızarmış adaçayı yapraklı Salsa Verde (Yeşil Salsa sosu), annemin her sonbahar yapıp sakladığı İran ayva reçeline selam olarak yaptığım kızılcık-ayva sosunun yanına pek yakışıyordu. Hamuruna biraz koyu karamel gezdirilmiş ve çırpılmış kremasına çok az taze krema katılmış tatlı dahi ağızda keskin bir tat bırakıyordu. Şükran Günü'nde herkesin niye her şeyin üstüne kaşık kaşık kızılcık sosu koyduğunu anlamıştım: Çoğu sofrada yegâne asit formu kızılcık sosuydu.

Asidin asıl amacının insanın dişini kamaştırmaktan ziyade, yemeklerde *denge sağlamak* olduğunu anlamaya başlamıştım.

Asit damağı ferahlatıyor ve zıtlık sağlayarak yiyeceği daha çekici hale getiriyor.

Kısa süre sonra asidin bir sırrını daha öğrendim. Bir sabah Chez Panisse'de işlerimde geçikmiş, öğle yemeğine havuç çorbası yetiştirmeye çalışıyordum. Kafede verdiğimiz çoğu çorba gibi bu da gayet basitti. Soğanları zeytinyağı ve tereyağında şöyle bir çevirdim. Havuçları temizleyip dilimledim. Soğanlar yumuşayınca havuçları tencereye ekledim. Sebzeleri geçecek kadar su ilave ettim, tuz attım ve her şey yumuşayana kadar hafif ateşte kaynatarak pişirdim. Ardından tenceredekileri pürüzsüz bir püreye çevirip tuzu ayar-

ladım. Tadı mükemmeldi. Her daim çocuksu olan şefimiz Russ'a, servis yapanlarla menü toplantısı için üst kata çıktığı sırada bir kaşık tattırdım. O durup arkasına bile bakmadan, "Yukarı çıkarmadan önce tencereye bir kapak sirke ekle!" dedi.

Sirke mi? Çorbaya sirke konulduğu nerede duyulmuş? Delirmiş olmalıydı. Yoksa yanlış mı anlamıştım? Bir tencere dolusu çorbayı mahvetmek istemiyordum. Bu yüzden güzel çorbamdan bir kaşık alıp, bir damla sirke ekledim. Tadına bakınca afalladım. Sirkenin çorbayı ekşi ve tatlı tiksinç bir şeye çevirmesini bekliyordum. Oysa sirke tıpkı bir prizma gibi çorbanın ince tatlarını ortaya çıkarmıştı – tereyağı ve zeytinyağını, soğanları ve sebze suyunu, hatta havucun içindeki şeker ve mineralleri bile ayırt edebiliyordum. Gözüm bağlı olarak imtihan edilseydim sirkenin malzemeler arasında yer aldığını asla bilemezdim. Fakat artık pişirdiğim ve çeşnilendirdiğim bir şey tekrar tatsızlaşırsa tam olarak neyin eksik olduğunu anlarım.

Tıpkı yemeğin tuzunu ayarladığım gibi, artık asidine de bakmam gerektiğini biliyordum. Nihayet asitle tuzun canciğer dost olduğunu anlamıştım. Tuz lezzeti *arttırırken*, asit *dengeliyor*. Ayrıca asit; tuz, yağ, şeker ve nişastaya zıtlık oluşturduğu için pişirdiğiniz her yemekte vazgeçilmez bir malzemedir.



ASİT KAYNAKLARI



ASİTLER

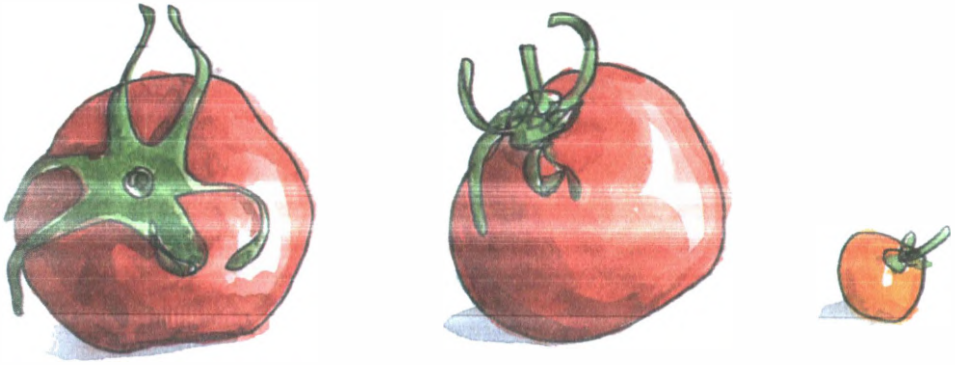
1. SİRKE ve KORUK SUYU 2. LİMON ve LİME SUYU 3. ŞARAP ve GÜÇLENDİRİLMİŞ ŞARAP

ASİDİK MALZEMELER:

4. ÇEŞNİLER: HARDAL, KETÇAP, SALSA, MAYONEZ, HİNT SALÇASI, ACI SOS vs. 5. MEYVE ve KURU MEYVE 6. ÇİKOLATA ve KAKAO TOZU 7. KURUTULMUŞ ETLER 8. MAYALANMIŞ SÜT ÜRÜNLERİ: PEYNİR, YOĞURT, YAYIKALTI SUYU, TAZE KREMA, EKŞİ KREMA, MASCARPONE 9. SEBZE TURŞUSU, FERMENTE SEBZELER ve SULARI 10. KAHVE ve ÇAY 11. DOMATES, KONSERVE veya TAZE 12. BİRA 13. EKŞİ HAMUR MAYALARI ve EKŞİ HAMUR EKMEĞİ 14. BAL, PEKMEZ, KOYU KARAMEL

ASİT NEDİR?

Teknik olarak pH derecesi 7'nin altında olan her madde asittir. Mutfağımda çalışan bir pH ölçer yok –eskisini sf. 109'daki şemayı yapmak için her şeyi ölçeyim derken bozdum– tahminimce sizin de yoktur. Sorun değil. Çok daha kullanışlı bir asit ölçer zaten hepimizde var: Dilimiz. Ekşi olan her şey asit kaynağıdır. Yemek yaparken asit genellikle limon suyu, sirke veya şarap şeklinde gelir. Ancak yağ gibi asidin de sayısız kaynağı vardır. Peynir ve ekşi mayalı ekmekten tutun, kahve ve çikolataya kadar fermente gıdalar ve sebze gibi davranan bukalemun domates de dâhil çoğu meyve yemeğinize hoş bir tat katacaktır.



ASİT VE LEZZET

Asidin Lezzet Üzerindeki Etkileri

Ağız sulandırıcı terimi uzun zamandır *lezzetli*'yle aynı anlamda kullanılıyor. Yemesi en zevkli yiyecekler ağzımızın sulanmasına – yani salya üretmesine – neden olur. Beş temel tattan en çok asit ağzımızı sulandırır. Ekşi bir şey yediğimizde asiditeyi dengelemek için ağzımızı salya seli basar. Bunun sebebi asidin dişler için zararlı olmasıdır. Yiyecek ne kadar asidikse o kadar salya ortaya çıkar. Öyleyse asit, hoş olarak hatırladığımız çoğu yemek tecrübemizin tamamlayıcı parçalarından biridir.

Fakat asit tek başına özellikle tatmin edici bir malzeme değildir. Yemeklerden aldığımız zevki arttıran şey, asidin *diğer* tatlarla zıtlık kurma şeklidir. Tuz gibi asit de diğer lezzetleri arttırır. Lakin biraz farklı çalışır: Tuzun eşiği kesinken asit dengesi görecelidir.

Basit bir et suyunu tuzla çeşnilendirmeyi düşünün. Tuz miktarı belli bir noktayı geçince et suyu yenmez hale gelir. Et suyunu kurtarmanın tek yolu; tuz yoğunluğunu azaltacak miktarda çeşnilendirilmemiş sıvı ekleyerek, toplam hacmi dikkate değer ölçüde arttırmaktır.

Asit dengesi ise farklıdır. Limonata yapımını ele alalım. Limon suyu, su ve şekeri ölçün ama sadece limon suyuyla suyu karıştırın. Bir yudum aldığınızda dayanılmaz derecede ekşi gelecektir. Sonra şeker ekleyip tekrar tadın. Lezzetli gelecektir. Fakat limonatanın *asidi azalmamıştır*: **pH** değeri veya asiditesi tatlılıkla *dengelenmiştir*. Şeker asidin tek zıddı değildir: Tuz, yağ, acılık ve nişasta da asidin zıtlığından oldukça istifade eder.

Asidin Tadı

Saf asidin tadı tam anlamıyla ekşidir – ne eksik ne fazla. Ekşilik özellikle hoş ya da nahoş bir şey değildir. Bir damla saf beyaz sirkenin tadına bakın – tıkalı gider borularını açmak ve ocağı temizlemek gibi ev işlerinde kullanmak için evimizde bulundurduğumuz malzemedir. Bunun az çok tatsız olduğunu göreceksiniz. Yalnızca ekşiliği vardır.

Asidik malzemelerle bağdaştırdığımız – şarabın ağızda bıraktığı belirgin, meyveli tat veya peynirin garip tadı gibi – çoğu lezzetli tat, bu malzemelerin üretim şeklinin bir neticesidir. Sirke yapmakta kullanılan şarabın türünden, peynir yapmakta kullanılan sütün veya bakterinin türüne kadar her şey bu asidik malzemelerin lezzetine etki eder. Farklı sürelerle bekletilen aynı cins peynirler, daha asidik ve karmaşık bir tat verir. Bu yüzden taze çedar peynire hafif derken, eskisine keskin deriz.

Farklı kaynaklardan gelen asitler sadece lezzet olarak değil, yoğunluk olarak da birbirinden ayrılır. Bütün sirkeler aynı asidite derecesine sahip değildir. John McPhee, 1966 tarihli *Portakallar* (*Oranges*) adlı kitabında doğal elementlerin lezzeti nasıl etkilediğini izah ediyor. Önce, portakalların asiditesinin bahçenin ekvatora yakınlığı arttıkça nasıl yok olduğunu anlatıyor. Bir Brezilya portakalı basbayağı asitsiz! Sonra bir portakalın lezzetini sadece ağacının yerinin değil, portakalın ağaçtaki yerinin dahi etkilediğini ayrıntısıyla tarif ediyor.

> İnsanın yerden uzanıp erişebileceği portakallar, ağacın yüksek yerlerindeki portakallar kadar tatlı olmaz. Dış kısımdaki meyve iç kısımdakin daha tatlıdır. Ağacın güney tarafında yetişen portakallar doğu veya batısında yetişenlerden daha tatlıdır ve ağacın kuzeyindekiler bütün ağacın en az tatlı portakallarıdır... Dahası, aynı portakalın içinde bile nitelik farklılıkları görülür. Ayrı ayrı bölümler asit ve şeker içerikleri bakımından bir portakaldan diğerine değişiklik gösterir... Portakal toplayanlar portakal yerken... olmuş [daha tatlı] yarısını yiyip gerisini atarlar.

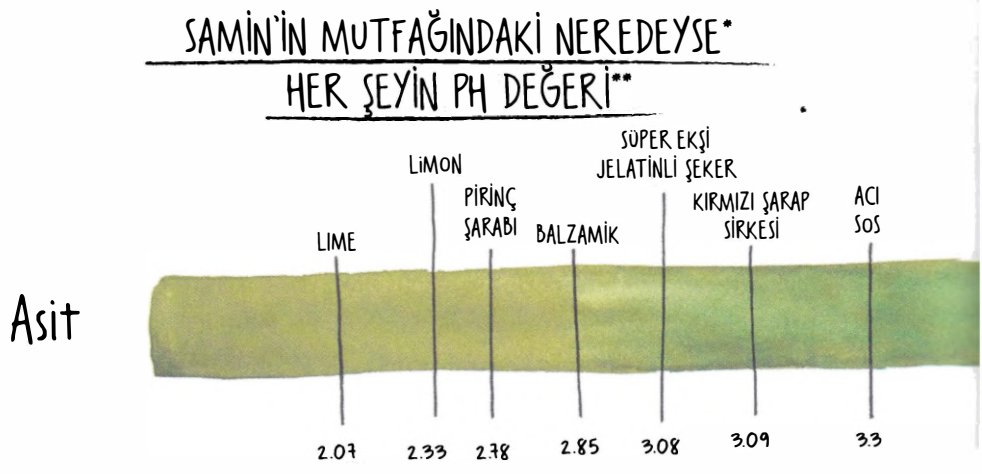
Bu tür doğal çeşitlilikler, portakalınızın uzak bir mutfakta tarif deneyen birinin kullandığı portakalı kadar asidik, olgun ve tatlı olup olmadığını bilemeyeceğiniz anlamına geliyor. Bir keresinde bütün yazımı bir arkadaşımın çiftliğinden topladığım erken olgunlaşan domateslerden sos yaparak geçirdim. Kaynattığım her tencere bir diğerinden farklıydı – bazı domatesler sulu, bazıları daha lezzetliydi. Kimisi tatlı, kimisi daha asidikti. Yazın ilk haftası yazacağım sos tarifi, yazın son haftası için hatalı olurdu. Bunlar aynı çiftlikten aynı çeşit domateslerdi! İşte bu yüzden, mutfakta her zaman için yalnızca tariflere güvenemezsiniz. Bunun yerine her şeyi tadarak yol alın; asit dengesi hissi geliştirin ve içgüdülerinize güvenin.

Dünya Asitleri

Birçok efsane olmuş yemek özel asitleriyle tanımlanır: Örneğin, fıstık ezmeli sandviç jölenin ağızda bıraktığı kalıcı tattan yoksundur. Hiçbir Britanyalı malt sirkesi olmadan balık ve patates kızartması yemeyi düşünmez. *Carnitas* taco'yu salsa sosu olmadan veya Şangay'ın klasik çorba hamurları *xiao long bao*'larının Çin kara sirkesinden başka bir şeyle servis edildiğini düşünün. Pişirme yağları gibi asit de bir yemeğin yönünü değiştirebilir; o yüzden, coğrafya ve gelenek malzeme seçimlerinizde size rehber olmalıdır.

Sirkeler

Genelde bir bölgenin sirkesi oranın tarımını yansıtır. İtalya, Fransa, Almanya ve İspanya – hepsi de şarap üretimiyle tanınan ülkeler – yemeklerinde şarap sirkesinden epey faydalanırlar. Biber ve kavrulmuş fındıkla yapılan Katalonya sosu ***Romesco*** için şeri sirkesini, istiridyeyle servis edilen *mignonette* sosu için şampanya sirkesini, kırmızı hindiba'yı süslemek için kırmızı şarap sirkesini ve *blaukraut* yapmak için klasik Alman kırmızı lahana turşusunu seçin. Bunların yanı sıra, pirinç sirkesi Tayland'dan Vietnam'a, Japonya'dan Çin'e kadar birçok Asya ülkesinde esas malzemedir. Britanyalılar ve Almanlar, salatalarını elma şırası sirkesiyle çeşnilendirirler. Keza Amerika'nın güneyindeki aşçılar da bunu kullanır. Güneylilerde ayrıca şeker kamışı sirkesine bir yakınlık vardır. Ana tarım mahsulü şeker kamışı olan Filipinler'de de bu sirke tercih edilir.



Narenciye

Konu narenciye olunca, limon ağaçlarının Akdeniz ülkelerindeki deniz kenarı iklimlerine uygun olduğunu hatırlamak gerekir. Demek ki, tabuleyle humusa ve ızgara ahtapota, Nisuaz salatasına veya Sicilya'nın rezene ve portakal salatasına limon sıkabilirsiniz. Lime ağaçları ise tropik iklimlerde daha kolay yetişir, o yüzden lime Meksika'dan Küba'ya, Hindistan'a, Vietnam ve Tayland'a kadar her yerde tercih edilen narenciyedir. Guacamole, pho ga, yeşil papaya salatası ve Meksika salatası pico de gallao'nın dengi olan Hint kaçumber salatasında lime kullanın. Öte yandan, narenciyenin *asla* kullanmamanız gereken bir şekli şişelenmiş narenciye suyudur. Koruyucu maddeler ve narenciye yağıyla yapılan narenciye suyu acıdır ve size taze sıkılmış bir meyvenin lezzeti vermez.

Turşular

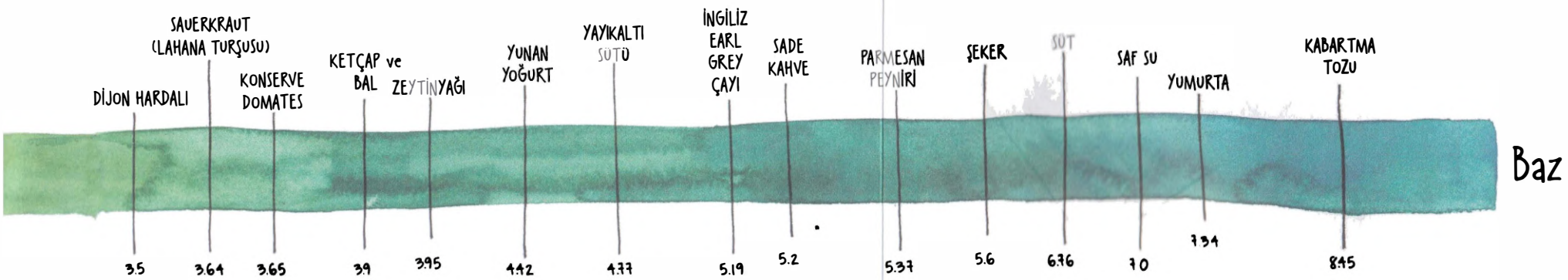
Hint açar'ı, İran torşi'si, Kore kimçi'si, Japon sukemono'su, Alman sauerkraut'ı, Güney Amerika chow chow'u gibi her kültürün çeşitli turşuları vardır. Üzerine kimçi yığılan birkaç dilim biftek, bir kâse Kore bibimbap'ı oluverir veya birkaç dilim havuç ve jalapeno turşusu ile taco'ya dönüşüverir.

Süt Ürünleri

Mayalanmış süt ürünleri asit dengesi arayışınızda gizli silahınız olsun. Salatanızı üzerine peynir koyarak değiştirin. Bu Yunan feta'sı, İtalyan gorgonzola'sı veya İspanyol Manchego'su olabilir. Latke (patatesli pankek)'lerin üzerine ekşi krema, taco'ların üzerine Meksika kreması, Fransız orman meyveli turtanın üzerine taze krema ve Doğu Asya'nın büyük kısmının ***Köfte*** dediği küçük kuzu kebaplarının üzerine yoğurt koyun.

Bir kuzu omzuna baktığınızda onu salamura limonlarla Fas'a, biraz beyaz şarap ve Picholine zeytiniyle Fransa'ya veya kırmızı şarap ve domatesle Yunanistan'a götürebileceğinizi bilin. Aynı lahana salatası hardal ve şıra sirkesiyle yapıldığında Amerika'nın güneyini çağrıştırabilir. Aynı şekilde lime suyu ve kişnişle Meksika'yı, pirinç şarabı sirkesi, taze soğan ve kavrulmuş fıstıkla Çin mutfağını hatırlatabilir. Bir yemeğin istikametini belirlemek için bir asidin tadını değerlendirmekle kalmayıp aynı zamanda ondan istifade etmelisiniz.

*NOT: BU BİLİMSELİMSİ DENEY, BİR AMATÖRÜN PH ÖLÇERİYLE BİR MUTFAKTA (YANİ STERİL OLMAYAN BİR ORTAMDA - KİRLİ DEĞİL AMA LABORATUVAR DEĞİL SONUÇTA) GERÇEKLEŞTİRİLDİ. ** NEREDEYSE DİYORUM ÇÜNKÜ PH ÖLÇERİMİZ KIRILDI.



ASİDİN KİMYASI

Asit, esasen lezzeti etkilese de yiyeceğin renk ve dokusunu değiştiren kimyasal tepkileri de tetikleyebilir. Yemeklere nasıl ve ne zaman asit ekleyeceğinize dair daha iyi kararlar almak için bu etkileri tahmin etmeyi öğrenmelisiniz.

Āsit ve Renk

Asit canlı yeşilleri donuklaştırır, bu yüzden salataları soslamak için son ana kadar bekleyin, otlu salsalara sirke karıştırın ve ıspanak gibi pişmiş yeşil sebzelere limon sıkın.

Öte yandan asit kırmızı ve morları canlı tutar. Mor lahana, kırmızı pazı kökü veya kırmızı pancar, elma gibi yiyecekler limon veya sirke gibi hafif asidik bir şeyle pişirildiğinde renklerini daha iyi korurlar.

Kesildiğinde oksijene maruz kalmaktan doğan **oksitlenme**, yani enzimatik kahverengileşmeye müsait olan elma, enginar, muz ve avokado gibi çiğ meyve ve sebzeler, pişmeye veya yemeye hazır olana kadar biraz asitle kaplanır veya birkaç limon ya da biraz sirke eklenmiş suda tutulurlarsa tabiî renklerini korurlar.



Asit ve Kıvam

Asit, sebze ve bakliyatı uzun süre sert tutar. Meyve, sebze ve bakliyat da dahil selüloz veya pektin içeren her şey, asitle birlikte çok daha yavaş pişecektir. Suda on-on beş dakika kaynayan havuçlar bebek maması kıvamına getirilebilirken, kırmızı şarabın içinde 1 saat piştikten sonra bile hâlâ biraz sert kalacaktır. O baş belası soğanların saatlerce piştikten sonra bile hiç yumuşamadan sos veya çorba tenceresinin üstünde yüzmesinin sebebi domatesin içindeki asittir. Bu kütür kütür soğan faciasının önüne geçmek için tencereye domates, şarap veya sirke eklemeden önce soğanları yumuşayana kadar pişirmelisiniz.

Humus için kullanılan nohut da dâhil kuru bakliyat pişirirken, bir tutam karbonat bakliyatın suyunu **alkaliniteye** doğru iterek yumuşaklık temin edecektir. Tıpkı soğanlar gibi bakliyatı da herhangi bir asit eklemeden önce iyice yumuşayana kadar pişirin. Bir keresinde büyük bir Meksikalı şef bana pişmiş fasulyeleri sirke veya salata sosuyla ıslatmanın onları bir şekilde "pişmemiş" hale getirdiğini, yani sertleştirdiğini, kabuklarını bir parça sıkılaştırdığını söyledi. Bu sıkılaşmayı düşünerek salata için bakliyat pişirirken süreyi biraz daha uzun tutun.

Sebzeleri nasıl pişireceğinize karar verirken de bu kimyadan faydalanın. Kaynatma işlemi sebze hücrelerindeki nispeten asidik sıvıyı seyreltir, bu nedenle fırında pişirilenlerden daha yumuşak sebzeler elde edilir. Büyük karnabahar veya brokoli dilimlerini şekillerini korumak için fırında pişirin. Patates veya yabanhavucunu ise kolayca püre yapabilmek için kaynatın.

Asit aynı zamanda meyvelerdeki jelleşme aracıları olan **pektin** grupları arasındaki bağlantıyı destekler.
Böylelikle suyu hapsederek reçel veya jölenin kıvamlı olmasına yardım eder. Elma ve yabanmersini gibi bazı meyvelerde pektini kendi başına bağlayacak kadar asit yoktur, o yüzden reçel tenceresine ve turtaların meyveli dolgularına ve meyveli pastalara taze limon suyu sıkarak kıvamlı olmalarına yardım ederiz.

Sodyum bikarbonat gibi **kimyasal kabartıcılar** kullanırken asite ihtiyaç duyarız. İlkokul fen projelerinizin karbonatlı sirke volkanlarını hatırlayın. Tıpkı bunun gibi ama daha küçük ölçekli olarak düşünün; asit karbonatla etkileşime girerek karbondioksit kabarcıkları üretmek suretiyle hamur işlerini kabartır. Karbonatla kabartılan hamurlarda doğal kakao tozu, kahverengi şeker, bal veya yayıkaltı sütü gibi asidik bir malzeme de bulunur. Kabartma tozu ise zaten toz halinde tartar asidi içerir ve tepkimeye girmek için dışarıdan bir aracıya ihtiyacı yoktur.

Asit, bir yumurtanın beyazındaki proteinlerin daha hızlı bir araya toplanmasını yani **koyulaşmasını** sağlar ama potansiyelleri kadar koyu olmalarını da önler. Normal koşullarda yumurta proteinlerinin zincirleri ısıtıldıklarında çözülüp sıkılaşırlar. Sıkılaşırken de zincirler suyu dışarı atarak yumurtaların sertleşip kurumasına yol açarlar. Asit ise yumurta proteinleri çözülmeden önce onları bir araya toplar bu da onların çok sıkılaşmasına mâni olur. Birkaç gizli limon damlası daha kremsi, daha yumuşak çırpılmış yumurta üretecektir. Suda kabuksuz yumurta pişirirken de beyazın koyulaşmasını hızlandırmak ve dış dokuyu güçlendirmek, aynı zamanda akışkan sarıyı korumak için kaynayan suya bir kapak sirke ilave edin.

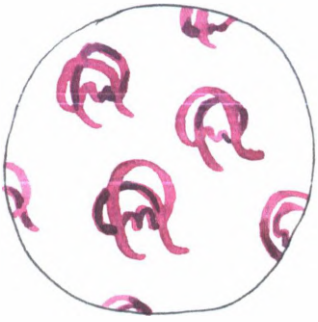
Asit çırpılmış yumurta sarılarını katılaştırarak daha fazla, daha küçük hava cepleri oluşmasına, dolayısıyla yumurtanın beyaz köpüğünün hacminin artmasına yardım eder. Şarap yapımının bir yan ürünü olan tartar kreması, mereng, pasta ve sufle için çırpılan yumurta beyazlarına eklenen asit formu olsa da yumurta başına birkaç damla sirke veya limon suyu da aynı sonucu verecektir.

Kazein denilen süt proteinleri asit ilave edildiğinde koyulaşır yani kesilir. Proteini çok düşük olan tereyağı ile ağır krema hariç süt ürünlerinin asidik yemeklere son anda eklenmeleri gerekir. Kesilen taze süt (eğer özellikle yapılmadıysa) yenilemezken, yine aynı tepkime mayalı sütü – yoğurttan **taze krema** ve peynire kadar – mümkün hale getirerek bize yiyeceklere ekleyebileceğimiz lezzetli, asidik malzemelerin tamamen yeni bir kategorisini sunar. Kendi taze kremanızı yapmaya çalışın – çok kolaydır. Sadece iki kaşık taze kremayı veya mayalanmış yayıkaltı sütünü iki ölçü ağır kremayla birleştirin. Temiz bir cam kavanoza dökün, kapağını gevşekçe kapatın veya açık bırakın ve 2 gün boyunca veya koyulaşana kadar ılık bir odada bırakın. Hepsi bu kadar. **Mavi Peynir Sosu**, **Sirkeli Tavuk** veya **Keskin Krem Şanti**'de kullanabilirsiniz. İki haftaya kadar da üzerini kapatarak buzdolabında muhafaza edebilirsiniz. Karışımdan kalan birkaç kaşığı yenisini yapmak için kullanın.

Asit hamura katıldığında yağ gibi yumuşatıcı bir etkisi olur. İster mayalı süt ister doğal (alkalileştirilmemiş) kakao tozu, isterse sirke formunda gelsin, hamurdaki süt glüten ağını bozarak daha yumuşak bir ürün verecektir. Eğer elastik bir kıvam peşindeyseniz, hamuru yaparken asidik malzemeleri eklemeden önce mümkün olduğu kadar uzun bekleyin.

Asit, et ve balık proteinlerini önce yumuşatır, sonra sertleştirir. Proteinleri bohça halinde kangallanmış zincirler olarak düşünün. Asit bu kangallarla temasa geçtiğinde kangallar çözülür. Bu sürece **denatürasyon** adı verilir. Denatüre edilmiş veya doğal yapısı bozulmuş proteinler birbirine çarpıp koyulaşmaya başlayarak yeniden sıkı bir ağ meydana getirirler. Aynı şey proteinler ısındığında da olur, bu yüzden de bazen asidin et ve balığı pişirdiği söylenir.

PROTEİN HAREKETLERİ



ASİT VEYA ISIYA MARUZ KALMAMIŞ PROTEİN ZİNCİRLERİ



BİRAZ ASİTLE ÇÖZÜLÜP AÇILAN PROTEİN ZİNCİRLERİ



YENİDEN BİRLEŞMİŞ, YANİ KOYULAŞMIŞ PROTEİN ZİNCİRLERİ

Öncelikle, sıkı ağ daha önce kas liflerinde bağlı bulunan suyu hapseder. Ancak denatürasyon koşulları devam ederse – yani yiyecek asidin içinde kalmaya devam ederse – protein ağı sıkılaşmaya devam ederek suyu topyekûn dışarı atacak, sonuçta fazla pişmiş biftek gibi sert ve kuru bir et ortaya çıkacaktır.

Bu süreci daha iyi anlamak için bir parça sashimi'nin asit eklenerek yumuşak, lezzetli bir balık tartarına, zaman geçtikçe ise lastik gibi bir seviche'ye dönüşmesini düşünün. Pişirilecek balık birkaç dakikadan fazla asitte bekletilmemeli ama pullu ve beyaz etli bütün balıkları yayıkaltı sütüyle una bulayıp kızartabilir veya şişe geçireceğiniz veya ızgara yapacağınız deniz levreğini limon suyu ve köriye batırabilirsiniz. Böylece hoş bir ekşiliğin yanında nemli bir doku elde edersiniz.

Asit aynı zamanda sert etlerde bulunan esas yapısal protein **kolajenin** bozulmasına da yardım eder. Sulu yemeklere ve haşlamalara şarap veya domates ekleyerek başlayın zira kolajen ne kadar hızlı erirse, et o kadar erken sulu ve lezzetli olur.

Asit Üretimi

Tuz ve yağı yiyeceklerimize ayrı malzemeler olarak tanıtırız. Öte yandan, yemeği pişirirken içerisinde asit üretmenin iki kolay yolu vardır. Biri nispeten hızlı, diğeriyse yavaş bir yöntemdir.

Hızlı yöntemi mi merak ettiniz? Yiyecekleri esmerleştirmek tabii. Tuz ve Yağ bölümlerinde, yiyeceğin yüzeyinin ısısı kaynama noktasının çok üstüne çıktığında esmerleşmenin başladığını açıklamıştım. Örnek olarak tost makinesindeki bir dilim ekmek, fırında kek ve kurabiye, ızgarada et, balık ve sebze veya tavada karamel verilebilir. Şekerdeki esmerleşmede meydana gelen kimyasal tepkimeye **karamelizasyon** denir. Et, deniz mahsulleri, sebze, fırında pişirilen yiyecekler veya aslında diğer her şeyin esmerleşmesindeki kimyasal tepkimeye ise **Maillard reaksiyonu** denir. İsim, tepkimeyi keşfeden bilim adamı Louis-Camille Maillard'dan gelmektedir. Bu leziz, kimyasal tepkimeleri Isı bölümünde ayrıntılı bir şekilde ele alacağız.

Tamamıyla farklı işlemler olmakla birlikte, karamelizasyon ve Maillard reaksiyonunun benzer özellikleri de vardır. İkisi de yan ürün olarak birçok lezzetli molekülden başka, asidik lezzet bileşenleri meydana getirir. Bir şeker molekülü karamelize olurken bazı asitler de dâhil yüzlerce yeni ve farklı bileşen oluşur. Bir başka deyişle, ağırlık olarak eşit miktarlardaki şeker ile yanmış karamel eşit ölçüde tatlı değildir; dahası, karamel *asidik*tir! Aynı asidik bileşenler Maillard reaksiyonu ile karbonhidratlar ve proteinlerde de üretilmektedir.

Asit üretimi, yiyeceğin nadiren kahverengileşmesine sebep olsa da bu sürecin bazı ekşi olanlar da dâhil yeni lezzetlere ortam hazırladığını bilmekte fayda var. Aynı miktarda şekerle yapılmış iki parça dondurmayı düşünün. Bir parçada şeker süte doğrudan eklenirken, diğerinde şekerin bir kısmı karıştırılmadan önce karamelleştirilmiş olsun. Karamelize şekerle yapılan dondurma, daha az tatlı olmayacak ama daha kompleks bir tada sahip olacaktır çünkü asit sayesinde önemli zıt lezzetler kazanmıştır.

Mutfakta daha yavaş olan diğer asit üretme yöntemi ise **fermentasyondur.** Fermentasyonda başka birçok lezzet üreten süreçlere ilave olarak karbonhidratlar maya, bakteri veya bunların bir birleşimini kullanarak karbondioksit ve asitlere veya alkollere dönüşürler. Şarap, bira ve şıra elbette fermentedir ama doğal olarak mayalanmış ekmek, her türlü turşu, kurutulmuş et, mayalanmış süt, hatta kahveyle çikolata da öyledir.

Yediğim en lezzetli ekmeklerden bazıları, doğal olarak mayalanmış ekmekler oldu; bu ekmekler yavaş yavaş kabarır – yani fermente olur. San Francisco'daki Tartine Bakery'de çalışan Chad Robertson, hamurunu otuz saatten uzun süre kabarmaya bırakıyor, Robertson'a göre, "yavaş fermentasyon pişirme sırasında karamelleşecek daha fazla şeker olacağı

için lezzeti büyük oranda arttırır. Somun daha hızlı esmerleşir ve kabuk daha koyu bir renk alır." Chad'in hafif ekşi ekmeği karmaşık tatlar taşır; ne zaman bu ekmeği yesem coşkuyla bunun dünyanın en iyi ekmeği olduğunu ilan ederim! Müsait olduğunuzda doğal olarak mayalanmış bir ekmek pişirin. Sonuç harika olabilir; özellikle de Chad'in yöntemini uygular ve kabuğun hem karamelize olmasına hem de Maillard reaksiyonuna uğramasına izin verirseniz asidite ve tatlılıkta kat kat verim elde edebilirsiniz.

ASİT KULLANIMI

İyi yemek pişirmenin değişmez kuralı asit kullanımında da geçerlidir: Tekrar tekrar tadın. Asidi kullanmak tuzu kullanmaya çok benzer: Bir şey dikkat çekici ölçüde ekşiyse muhtemelen fazla asidiktir ancak canlı ve temizse asit dengesi yerindedir.

Asit Ahengi

Asidi düşünürken *hangi* asidi veya asit birleşimini kullanacağınızı ve onları *ne zaman* kullanacağınızı düşünün. Tıpkı tuzda ve yağda olduğu gibi tek bir yemek, birbiriyle uyumlu birçok farklı asit formundan istifade edebilir: Bunu yemek pişirirken **asit ahengi** elde etme gibi düşünün.

Pişirme Asitleri

Asidi tuz gibi içeriden çeşnilendirmede kullanmayı öğrenin. Asit yemekleri ayarlarken – son bir sıkım limonla, keçi peyniri kırıntılarıyla veya bir yığın turşuyla – son dakika fırsatları sunmakla beraber, bazen yemeğe baştan eklenmelidir. Örnekler arasında makarna sosundaki domates, **Kümes Hayvanı Ragù**'daki beyaz şarap, bir tencere çilideki bira, **Sirkeli Tavuk**'taki sirke ve **Beş Baharalı Tavuk**'taki mirin (pirinç şarabı) sayılabilir.

Pişirme asitleri yumuşak olur, birlikte piştikleri yiyeceği zaman



ASİTLER & SOSLAR

içinde dönüştürürler. Son derece hafif olabilirler; varlıkları hissedilmeyebilir ama yoklukları şiddetle hissedilir. Ben bu acı dersi uzak bir akrabanın isteği üzerine, şarabın kolay bulunmadığı İran'da kırmızı şarap kullanmaksızın kırmızı şaraplı et yapmaya kalkıştığımda öğrendim. Ne yaptıysam, o elzem malzeme olmadan yemeğe doğru lezzetİ veremedim.

Kuru soğanları yumuşatırken aside sessizce işini yapacak zamanı verin. Yumuşatmaktan kasıt, malzemelerin sertliklerinin giderilmesi için bir aside – genellikle sirke veya narenciye – yatırılmasıdır. Soğanların üzerini asitle kaplayın – aside daldırılmalarına dahi gerek yoktur. Salata sosu olarak birkaç kaşık sirke kullanmak istiyorsanız önce soğanları bununla kaplayın, 15-20 dakika bekledikten sonra aynı kaba zeytinyağını ekleyerek devam edin. Ağzınızın yanmasını önlemek için bu yeterlidir.

Asidi sulu yemeklere ve haşlamalara erkenden eklemenin yerini hiçbir şey tutmaz; zaman ve ısının dikkate değer kimyası her türlü yemeğin sertliğini alacaktır. Esmerleşmeden kaynaklanan tatlılık da asidin dengeleyiciliğine ihtiyaç duyar. Tavayı şarapla kaplamak risotto'da olsun, balık filetosunda veya daha kompleks bir inceltme sosunda olsun, yemeği çok tatlı olmaktan koruyacaktır.

Asitle Süsleme

Sonradan eklenen asitler bir yemeği tamamlamak için kullanılır. Masadaki hiçbir tuz yemeğin içeriden çeşnilendirilmemiş olmasını telafi edemezken, tam son anda eklenen bir parça asit yemeği düzeltebilir. Bu yüzden de sonradan eklenen asitler çok önemlidir. Uçucu aromatik moleküller zamanla dağılırken taze narenciye suyunun lezzeti değişecek, canlılığından bir parça kaybedecektir – o yüzden taze sıkılmış olması önemlidir. Isının uygulanması hem narenciye hem de sirkenin tadını değiştirir; narenciyenin tadını hafifletirken sirkeninkini yumuşatacaktır. Bu nedenle lezzetlerinin etkisinin yerinde olmasını istiyorsanız bunları servis etmeden önce ekleyin.

Lezzeti arttırmak için bir yemeğe farklı asitleri sonradan ekleyebilirsiniz. Balzamik sirke salatayı her zaman tek başına çeşnilendirecek kadar asidik değildir, o yüzden lezzeti biraz kırmızı şarapla arttırın veya sirkeyi daha canlı olan narenciye suyuyla beraber kullanın: **Avokado Salatası**'nın üzerine gezdirmek için beyaz şarap sirkesi *ve* kan portakal suyuyla **Narenciye Salata Sosu** yapın. Sirkenin kuvvetli asidi avokadonun dolgun lezzetini dengelerken canlı portakal suyu da lezzeti tamamlayacaktır.

Mümkünse pişirme esnasında kullandığınız ve sonradan eklediğiniz asit aynı tür olsun – örneğin, domates salsa'yı domateste pişmiş dana etinin üzerine ilave edin; risotto tavasının

dibine yapışanları çözmek için kullandığınız şaraptan bir yudum da en son üstüne serpin.

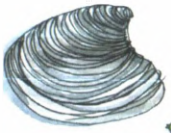


Ancak, tek bir asit çeşidinin iş görmeyeceği zamanlar da olacaktır. Feta peyniri, domates, zeytin ve kırmızı şarap sirkesi bir Yunan salatasındaki dört ayrı asit formunu sunar. Capcanlı, mutlu bir nota harmonisi ortaya çıkarmak için yukarıda bahsettiğim o dana yemeğini *queso fresco*, ekşi krema ve sirke ve lime suyuyla karıştırılmış **Canlı Lahana Salatası** gibi her türlü asidik garnitürle beraber servis edin.

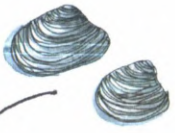
Bir de o Parmesan ve Worcestershire sosunun – asit kaynakları – tuz ve umami gibi ağızda kalan bir tat kattığı o **Sezar** salatasını yeniden düşünün. Tadım yaparak dört asit kaynağıyla azar azar, yiyecek mükemmel olana kadar oynayın.

PASTA ALLE VONGOLE

(Asit Ahengine Dair Bir Ders)

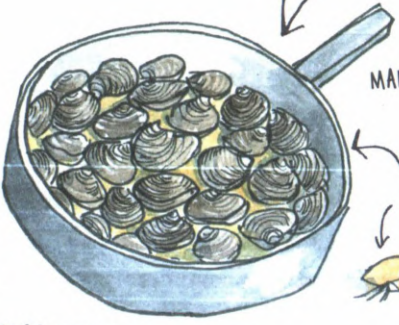


LITTLENECK MİDYE (Daha Büyük)



CHERRY STONE MİDYE & MANILA (Daha Küçük)

1. BİRAZ ZEYTİNYAĞI, BİR BAŞ KURU SOĞANI ve MAYDANOZU BİRLİKTE ISITIN. LITTLENECK MİDYELERİ İLAVE EDİN. TAVANIN DİBİNİ KAPLAYACAK KADAR BEYAZ ŞARAP İLAVE EDİN.





SOĞAN BAŞLARI



ISIYI YÜKSELTİN. KAPAĞINI KAPATIN & MİDYE KABUKLARI AÇILANA KADAR BUHARDA PİŞİRİN.





MİDYELERİ KABUKLARINDAN ÇIKARIN. TAVADA KALAN SIVIYI SÜZÜN VE SAKLAYIN



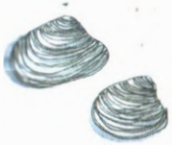
2. Makarnayi bir tencerede bol tuzlu pişirin

3. ŞİMDİ, BEYAZ ŞARAPLI MİDYE SOSU YAPIN

BİRAZ YAĞ ISITIN. KÜP KÜP DOĞRANMIŞ SOĞAN ve BİR TUTAM TUZ İLAVE EDİN. YUMUŞAYANA KADAR PİŞİRİN. SONRA DİLİMLENMİŞ BİR - İKİ SARIMSAK DİŞİ ve KIRMIZI PUL BİBER EKLEYİN



ARDINDAN CHERRYSTONE veya MANILA MİDYELERİNİ İLAVE EDİN. ATEŞİ KISIN. BÜYÜK MİDYELERİN PİŞME SUYUNDAN BİRAZ İLAVE EDİP ÜZERİNİ KAPATIN. ONLAR AÇILINCA DELİKLİ BİR KAŞIKLA KABUKLU MİDYELERİN İÇLERİNİ EKLEYİN.





4. BİR DAKİKA PİŞİRİN ve ARDINDAN NOODLE EKLEYİP TADINA BAKIN.

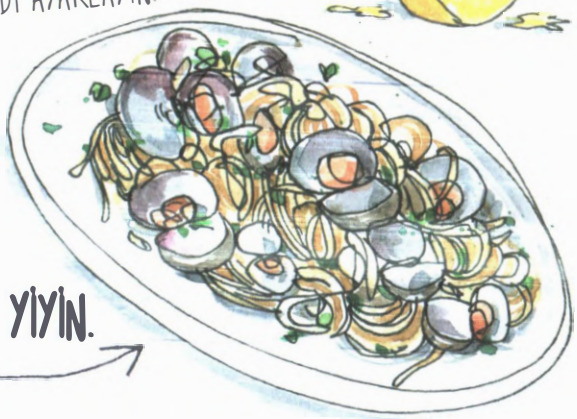
BİRAZ BEYAZ ŞARAP veya LİMON SUYUYLA ASİDİ AYARLAYIN.



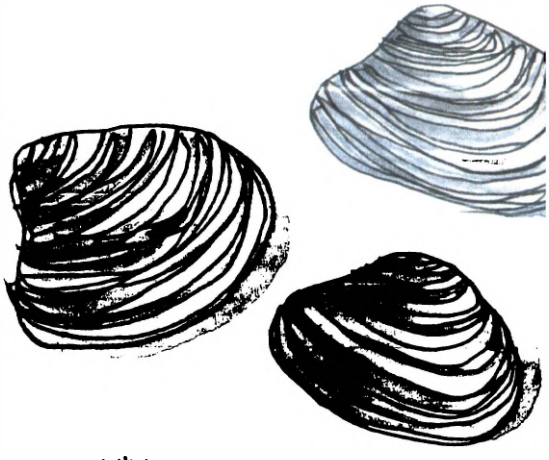


TADINA BAKIN

EKŞİ EKMEK ve PARMESAN PEYNİRİYLE ASİDİ AYARLAYIN ve **TADINA BAKIN** ve **YİYİN.**



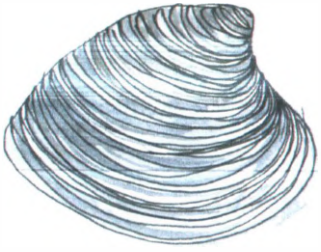
Asit ahengi alıştırması yapmak için bir ***Pasta alle Vongole*** hazırlayın. Makarna sosu yaparken iki çeşit midye kullanmayı severim: Yemeğe tuzluluk katan Littleneck ve ufacık olduğu için bütün olarak yemeğe karıştırıp makarnayla beraber doğrudan kabuğundan yiyebileceğiniz Cherrystone veya Manilalar. Öncelikle bir tencere suyu kaynatın ve tuz ekleyin. Midyeleri yıkayın ve soğanı küp şeklinde doğrayın. Soğan başını atmayın. Büyük bir kızartma tavasını orta ateşin üzerinde ısıtın, ardından tavaya biraz zeytinyağı koyun. Soğan başı, birkaç maydanoz yaprağı ve tavaya tek kat halinde aldığı kadar littleneck midye ilave edip şarap dökün. Ateşi yükseltip tavanın kapağını kapatın. Midyeler buharda kabukları açılana kadar pişsin; bu iki veya üç dakikanızı alacaktır. Bir maşayla açılan midyeleri kâseye alın. Açılmayanlara maşanızla vurup yardımcı olun.



MANİLA veya CHERRYSTONE

Kalan midyeleri de bu şekilde pişirin. Tavanın yüzeyini kaplamak için ihtiyaç olursa biraz daha şarap ekleyin. Bütün midyeleri tavadan aldıktan sonra kalan sıvıyı ince bir süzgeçten geçirin; bu midye suyu paha biçilemezdir. Dahası, artık yemeğin ana asit kaynağı olmuştur. Midyeler elle tutulabilecek kadar soğuyunca kabuklarından söküp bir bıçakla üzerlerinde delik açın, arkasından yeniden ayırdığınız midye suyunun içine koyun.

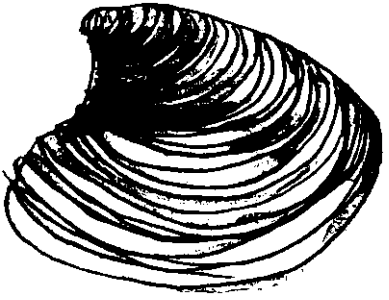
Tavayı sudan geçirip orta ateşe koyun. Sadece tavanın yüzeyini kaplayacak kadar yağ koyun ve yağ fokurdamaya başlayınca küp soğanlarla birlikte bir tutam tuz ekleyin. Zaman zaman karıştırarak soğanları yumuşayıncaya kadar pişirin. Biraz renklerinin değişmesi iyi ama yanmalarına izin vermeyin; gerekirse biraz su ekleyin. Ardından makarna suyunun tadına bakın, deniz suyu kadar tuzlu olmasına dikkat edin ve erişteleri tam *al dante* olmayacak şekilde yaklaşık 6 - 7 dakika haşlayın.



Soğana bir iki diş dilimlenmiş sarımsak ile biraz pul biber ilave edin ve herhangi bir renk almadan hafifçe kızdırın, daha sonra Cherrystone ya da Manila midyelerini de ekleyip ateşi yükseltin. Bir miktar midye suyu ekleyip tavanın kapağını kapatın. Küçük midyeler açılınca süzgeçli büyük bir kaşık kullanarak doğranmış Littleneck midyeleri de tavaya ekleyin. Bütün midyeleri bir dakika kadar beraber pişirdikten sonra tadına bakıp asidini ayarlamak için biraz daha beyaz şarap ekleyin veya biraz limon sıkın.

Makarna henüz al dante olmadan süzün, suyundan bir bardak saklayın. Erişteleri tavadaki midyelere karıştırın. Erişteler al dante pişene kadar karıştırın. Bu şekilde makarna midyenin tuzlu suyunu emecektir. Yeniden tadına bakıp tuzunu, asidini ve baharatını ayarlayın. Erişteler kuru görünüyorsa ayırdığınız makarna suyundan ilave edin.

Şimdi süslemenin (ve yağın) sihri başlıyor. Bir parça tereyağı ekleyerek yemeğin kıvamını ve lezzetini arttırın. Arkasından, doğranmış maydanoz ve taze rendelenmiş Parmesan ekleyin. Bazıları deniz mahsullü makarnaya peynir eklemekten kaçınabilir ama bu numarayı Toskana'da sevilen bir deniz mahsulü restoranındaki şeften öğrendim. Orada yediğim makarna o kadar lezzetliydi ki beni ömrüm boyunca kaçındığım midyeyle barıştırdı. Peynirin sunduğu tuz, yağ, asit ve umami bu pastayı unutulmaz yapıyor. Son bir asit ve kıtırlık dokunuşu için yemeğe ekşi maya ekmek kırıntıları serpin. Yemeye ilk başladığınızda kıtır kıtır olacaklar ama makarnayla karıştıkça midye suyunu emerek her ısırığınızda patlayan küçük lezzet bombaları haline gelecekler.



LITTLENECK

Çeşniler ve Umami

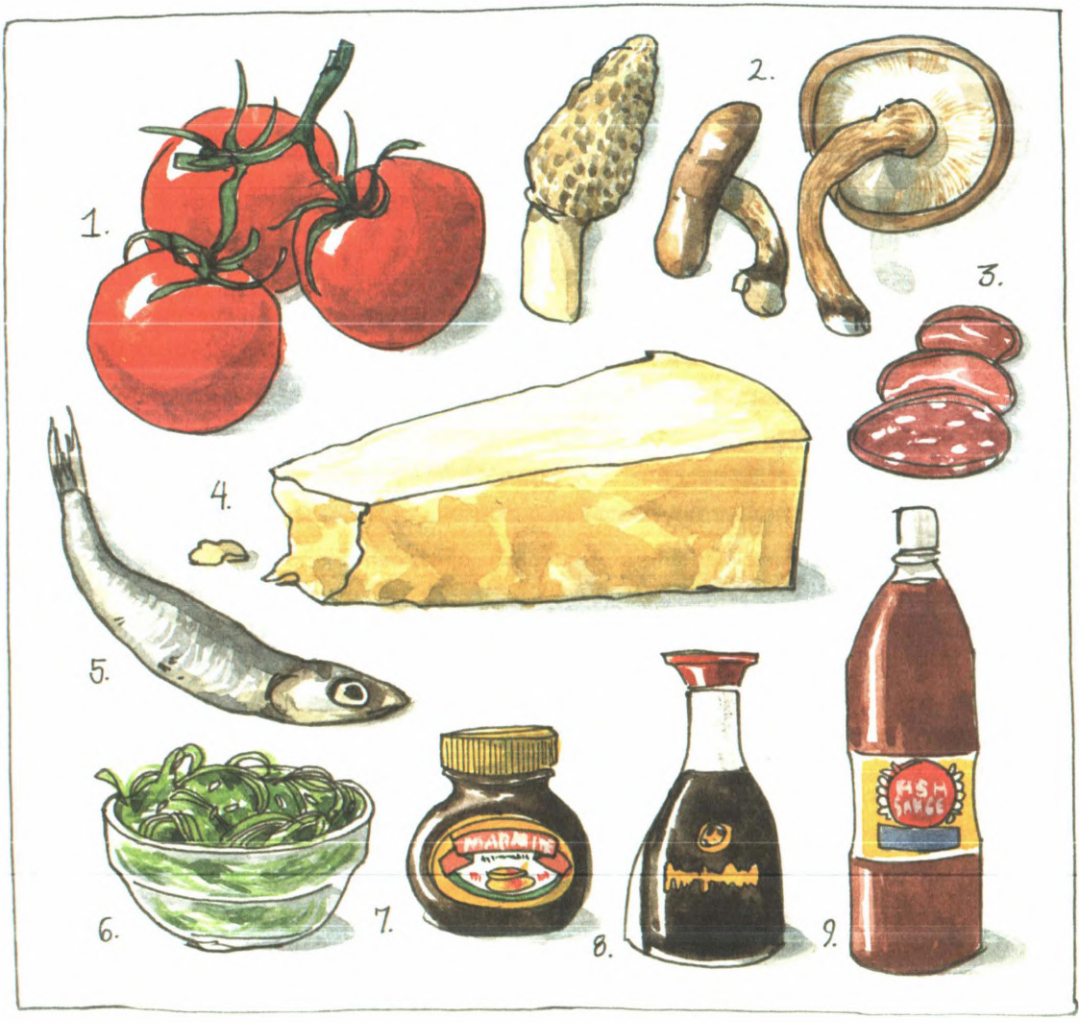
Cervantes'e göre "açlık en iyi sos" olabilir ama bana sorarsanız en iyi sos *sos*tur– çünkü sos bir yemeği tamamlayabilir. Sos ve aslında bütün çeşniler hem asit hem de tuzun kaynağıdır ve lezzeti geliştirmenin oldukça kesin bir yolunu sunarlar. Hatta çoğunlukla umami'nin de mükemmel kaynağıdırlar. Japoncadan gelen **umami**; tatlı, ekşi, tuzlu ve acıdan başka algılayabildiğimiz beşinci tat için kullanılan sözcüktür. Dilimizdeki en yakın karşılığı "lezzetlilik"tir.

Umami aslında glutamat'lar denilen lezzet bileşenlerinin neticesidir. En bilindik glutamat monosodyum glutamat'tır (MSG), yani Çin restoranlarında lezzeti arttırmak için bolca kullanılan beyaz toz. MSG kimyasal olarak üretilse de glutamat'ların birçok tabiî kaynağı da bulunmaktadır. Tabiî yoldan meydana gelen glutamat'lar bakımından en zengin gıdalar, Parmesan ile domates ketçabıdır. İyi bir makarna ile harikulade bir makarna (***Pasta alle Vongole*** bile olsa) arasındaki fark bazen biraz Parmesan rendesi olabilir. Bir de hamburgerinde ve patates kızartmasında daima ketçap sevenlerimiz vardır. Bunun sebebi yalnızca ketçapın tatlılığı, tuzu ve asidi değildir. Biraz ketçap – ve ketçabın sağladığı umami – her şeyi açıklanamaz bir biçimde daha lezzetli yapar.

Umami bakımından zengin yiyeceklerin listesi birçok tuz ve asit kaynağıyla iç içe geçtiği için, fazla uğraşmadan lezzeti arttırmak için tuz veya asitle beraber biraz umamiyi de işin içine katmanın yolunu arayın.

Yıllar önce o polenta tenceresine avuç avuç tuz atarak beni şok etmiş olan Cal Peternel'e göre, *çokmami* diye bir şey de vardır. Yani tek bir yemeğe jambon *ve* domates *ve* balık sosu *ve* peynir *ve* mantarları aynı anda koymamalısınız. Az miktarda umami büyük mesafeler katedebilir.

UMAMİ KAYNAKLARI



1 DOMATES ve DOMATES ÜRÜNLERİ (NE KADAR ÇOK PİŞERSE O KADAR ÇOK UMAMİ OLUR) 2 MANTAR 3 ET ve ET SULARI, ÖZELLİKLE DE KURUTULMUŞ ET ve JAMBON 4 PEYNİR 5 BALIK ve BALIK SULARI, ÖZELLİKLE ANÇÜEZ GİBİ KÜÇÜK BALIKLAR 6 DENİZ YOSUNU 7 MAYA ARTTIRICILAR ve SOSLAR örn. MARMITE, BESLEYİCİ MAYA, FERMENTE ŞEYLER yani: 8 SOYA SOSU 9 BALIK SOSU vs.

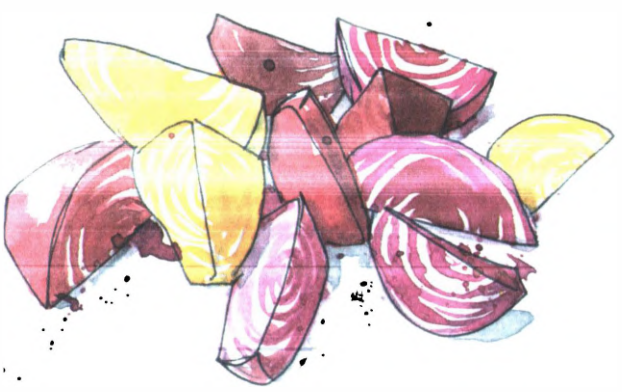
Tatlı ve Asit Dengesi

Mükemmel şeftaliden bir ısırık aldığınızı hayal edin: Tatlı, sulu ve sıkı ama yumuşak.

Peki, hepsi bu kadar mı? Aynı zamanda asidik değil midir? O dudak büzdüren asit olmadan sırf şeker olurdu.

Hamur işi şefleri hazırladığımız tariflerde bu mükemmelliyeti taklitten başka seçeneğimiz olmadığını bilirler – o tatlı-ekşi dengeyi elde etmek için tabiatın kendisinden daha iyi bir model olamaz. Turta için en uygun elmalar en tatlı olanlar değil ama Fuji, Gala gibi mayhoş cins elmalardır. Bir tatlının tek özelliği tatlılığıysa, o zaman ancak tatlıyı algılayan duyargalarımızı harekete geçirir. Kahveyle çikolata bir tatlıda kullanılabilecek en iyi malzemelerdir, zira acı, ekşi ve umami açısından zenginlerdir. Tatlandırıldıklarında daha çeşitli tat duyargalarımızı tetiklerler. Karamel de öyledir. Tuz ilave edin, beş temel tat birdenbire tek lokmada uyanır. Bu sebeple **Tuzlu Karamel Sosu** hiçbir zaman gözden düşmemiştir, düşmeyecektir de.

Tatlılığı daima asitle dengeleyin. Sadece tatlılarda da değil; şeker deposu kırmızı pancara biraz kırmızı şarap sirkesi dökerseniz, bazıları için çok itici olan o tabiî toprak tadına bir zıtlık oluşturacaktır. Zeytinyağı ve tuzla çeşnilendirin; birdenbire en katı kırmızı pancar-fobik bile pancar sevmeye başlayacaktır. Fırında pişen havuç, karnabahar ve brokoli – veya esmerleşince tatlılaşan herhangi bir şey – daima birkaç damla limon veya sirkeyle dengelenecektir. Azla çok yol alacaksınız.



Yemekte Asit Dengesi

Zaman zaman Alice Waters'la seyahat ederek özel yemekler hazırlamasına yardım ederim. Washington'da verdiğimiz özellikle zengin bir kış yemeğinde dışarıda lapa lapa kar yağdığı sırada, ben içeride asit konusunda aydınlanma yaşıyordum. Yemek sonunda sunduğumuz tuzlu yemek, büyük kâselerde aile tarzı servis ettiğimiz hafif soslu bahçe marulu salatasıydı. Salatayı servis ettikten sonra bütün aşçılar olarak bitkin halde mutfakta dikilip dalgın dalgın ağzımıza marul tıktık. Daha önce hiçbirimiz kuru, sıcak, kalabalık bir mutfakta yemek yaparak geçirdiğimiz uzun günün ardından bu kadar lezzetli bir şey tatmamıştık. Biz salatanın ne kadar ferahlatıcı ve kararında soslanmış olduğuna şaşarken, Alice mutfağa girip salatada biraz daha asit kullansaydık daha iyi olacağını söyledi.

Afallamıştık! Biz salatayla sarhoş olmuşken o bize salatanın dengesinin bozuk olduğunu mu söylüyordu? Hepimiz itiraz ederek Alice'e yanıldığını kabul ettirmeye çalıştık.

Fakat Alice ısrarlıydı. Bize, kremalı lazanya ve ağır kabuklu deniz mahsulü çorbasının arkasından bozuk sosla çeşnilendirilmiş bir ızgara kuzu ve barbunya tabağına salata yığarken masada onunla beraber olmadığımızı söyleyerek itiraz etti. Bütün bunların bulunduğu bir tabakta salata işini yapmıyordu – bir salata tabağınızı rahatlatmalı ve ağır, balçık gibi yiyeceklerin ardından tabağı temiz bırakmalıdır. Diğer yoğun tatları dengelemek için daha fazla aside ihtiyacı vardı.

Alice haklıydı. (Genellikle haklıdır.) En iyi salatayı yapmak için yemekle olan uyumunu düşünmelisiniz. Her yemek Tuz, Yağ ve Asit bakımından kendi içinde dengeli olmak zorundadır ama aynı zamanda daha geniş çapta bir değerlendirme yaparak öğünün bütününü hesaba katmak gerekir. Hamurunda onca tereyağı ve soğanla karamelize soğanlı turta yapın ve onu keskin bir hardallı salata sosuyla süslenmiş bostan maruluyla süsleyin. Hindistancevizi sütüyle kıvam verilmiş bir Thai köri yapın ama arkasından gevrek ve hafif bir hıyar salatasıyla denge sağlayın. Bu tür bir dengeyi hazırladığınız her öğünde sağlamaya çalışın; dengeli bir menü hazırlamak için daha fazla ipucu almak üzere **Ne Pişirmeli?** bölümünü okuyun.

Tuz, Yağ ve Asit ile Doğaçlama Yapma

Kesinlikle yemeyi sevdiğiniz herhangi bir yemek düşünün. Bu ister bir tortilla çorbası, Sezar salata, *bánh mi* sandviçi, *margherita* pizza, isterse lavaşa sarılmış salatalık ile feta peynir olsun, içinde muhakkak Tuz, Yağ ve Asit dengesi vardır. İnsan bedeni belli bazı temel tuz, yağ ve asit formlarını üretemediğinden, damağımız bu üç unsuru aramak üzere gelişmiştir. Bu da hangi mutfak olursa olsun Tuz, Yağ ve Asidin hep beraber denge içinde olduğu yiyeceklere genel bir eğilimle sonuçlanır.

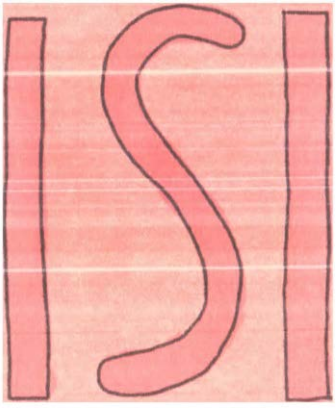
Tuz, Yağ ve Asit tek başına bir yemek, hatta bir öğün fikrine şekil verebilir. Ne yapacağınıza karar verirken ilk önce bu unsurların her birini hangi form(lar)da, nasıl ve ne zaman kullanacağınızı belirleyin. Kendinizi bir tarife benzeyen yapılacaklar listesiyle bulacaksınız. Örneğin, önceki akşamdan kalma fırında tavuğu tavuk salatalı sandviçe dönüştürecekseniz, öncelikle canınızın Hint mi Sicilya mı yoksa Klasik Amerikan lezzeti mi çektiğini düşünün. Karar verdikten sonra sizi doğru istikamete götürecek olan Tuz, Yağ ve Asit formlarını seçmenize yardımcı olacak **Asit Dünyası**'na (bkz. sf. 110) başvurun. Hint lezzeti uyandırmak için lime suyu, tuz ve bir çimdik toz köride yumuşatılmış kıvamlı bir yoğurt, kişniş, soğan kullanabilirsiniz. Palermo kıyılarında bir akşam canlandırmak için kırmızı şarap sirkesi, aïoli, rezene tohumu ve deniz tuzunda yumuşatılmış soğanlarla beraber limon suyuyla kabuğu kullanabilirsiniz. Sonra pastırma parçaları, mavi küflü peynir, lop yumurta dilimleri ve avokadolu Cobb salatasıyla anlam kazanmış bir tavuk salatası sandviçi de deneyebilirsiniz. Sonunda tüm malzemeleri ekmeğe geçirmeden önce kırmızı şaraplı salata sosuyla süsleyin.

Doğaçlama yemek yapma fikri sizi korkutuyorsa ağır ağır ilerleyin. Bu kitapta verdiğim tarifleri deneyin, basit bir repertuarla kendinizi rahat hissedene kadar bekleyin, sonra her seferinde bir malzemeyle oynamaya başlayın. **Canlı Lahana Salatası**'nı malzemelerini ve yöntemini ezberleyene kadar deneyin; sonra Yağ, Asit veya her ikisini birden değiştirerek istediğiniz gibi ayarlayın. Klasik Güney versiyonunu yapmak için zeytinyağı yerine mayonez, Asya versiyonu içinse kırmızı şarap sirkesi yerine pirinç şarabı sirkesi kullanın.

Her unsurun gücünden faydalanın: Zenginleştirmek için Tuz'u, taşımak için Yağ'ı ve dengelemek için Asit'i kullanın. Artık çeşitli yiyeceklere nasıl tesir ettiklerini bildiğiniz için, her birini yemeği içeriden çeşnilendirmek için doğru zamanda ekleyebileceksiniz. Kendi suyuyla pişecek eti önceden çeşnilendirin ve eti ateşe koyduğunuzda bir doz pişirme asidi ilave edin. Pişip de tumturaklı bir tat kazandığında üzerine bir çeşit asit ekleyerek hafifletin.

Tuz, Yağ ve Asidin uyum içinde işlerini yapmalarına izin verirseniz, (sizin pişirdiğiniz veya pişirmediğiniz) yediğiniz her şey güzel olur. Yavan bir restoran taco'sunu ekşi krema, guacamole, turşu veya salsa'yla iyileştirin. Gittiğiniz salata barlarındaki sos, peynir ve turşulara yeni bir bakış açısıyla bakın. Kuru, yavan bir falafel sandviçini yoğurt, tahin, biber sosu veya soğan turşusuyla düzeltin.

Bu üç notayı uyum içinde kullanmayı başardığınızda, lezzet duyargalarınız artık zevkle şarkı söyleyecektir.



Şef olmak isteyenler benden meslek hakkında tavsiye istediklerinde onlara birkaç ipucu veriyorum: Her gün yemek yapın. Her şeyin tadına bilinçli bir şekilde bakın. Semt pazarlarına gidin ve her mevsimin ürününü tanıyın. Paula Wolfert, James Beard, Marcella Hazan ve Jane Grigson'un yemek konusunda yazdığı her şeyi okuyun. En sevdiğiniz restorana mektup yazın, oraya duyduğunuz sevgiyi açıkça dile getirin ve sizi orada yamak yapmaları için yalvarın. Aşçılık okullarını boş verin; bunun yerine eğitim parasının bir kısmını dünyayı gezmek için harcayın.

İnsan seyahat ederken çok şey öğreniyor, özellikle de genç bir aşçıyken: Lezzet hatıraları biriktiriyor, bir yerin lezzetlerini anlıyor ve bağlam anlayışı kazanıyorsunuz. Toulouse'da etli kuru fasulye yiyin, Kudüs'te humus, Kyoto'da erişte çorbası ve Lima'da seviche. Bu klasikler size rehber olsun, böylece kendi mutfağınıza dönüp bir tarifi değiştirdiğinizde, yemeğin aslından ne derece saptığını tam olarak anlayabilirsiniz.

Seyahat etmek harikulade bir nimettir: Dünyanın her yerindeki aşçıları seyredip onlardan bir şeyler öğrenmek ve iyi yemek pişirmenin evrenselliğini keşfetmek demektir.

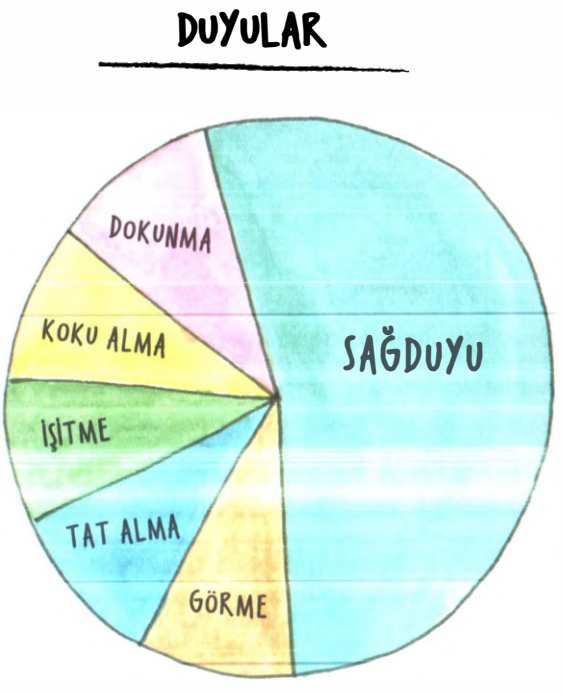
Yemek pişirmeye başladığım ilk yıllarda, Chez Panisse benim tek referans noktamdı. Nihayet merakımı daha fazla zapt edemez oldum. Avrupa'ya gidip bana öğretmenlik yapmış olan şeflere ilham veren mutfaklarda yemek pişirmem gerekiyordu. Toskana'ya vardığımda, Benedetta ile Dario'nun yanında yemek yapmanın ne kadar tanıdık geldiğine şaşırdım. Bazı alışkanlıklar bütün iyi aşçılarda ortaktı. Benedetta esmerleşen soğanlarına düşkündü ve Chez Panisse'deki şeflerin bana öğrettiği gibi rostolarını pişirmeden önce oda sıcaklığına getiriyorlardı. Kızartma için yağı kızdırırken ısıyı termometreyle ölçmüyor, yağın içine, tıpkı Chez Panisse'de ilk defa pırıl pırıl taze ançüezleri kızartırken öğrendiğim gibi, bayat bir ekmek parçası atıp renginin ne kadar çabuk altın sarısı kahveye döndüğüne bakıyordu.

Merakımdan, sevdiğim yemekleri yapanları seyretmeye başladım. Floransa'da en sevdiğim *pizzaiolo* (pizzacı) olan Enzo sadece üç klasik pizza servis ediyordu: Marinara, Margherita ve Napoli. Yalnız çalışıyordu. Hem müdavimlere hem de turistlere aynı huysuzlukla davranıyor ve her türlü lüksten uzak durarak posta pulu kadar küçük bir mutfakta gece boyunca pizza yapıyordu. Enzo'nun odun fırınının ısısını ölçmek için termometre kullandığını hiç görmedim. Bunun yerine gözü hep pizzalarının üzerinde olurdu. Üzerindeki malzemeler pişmeden hamur yandıysa, fırın çok sıcak demekti. Fazla açık renk çıktılarsa, ateşe bir odun daha atıyordu. Yöntemi hep işe yarıyordu: Hem gevrek hem elastik hamuru ve az erimiş peyniriyle bu pizzadan iyisini yemediğimi söyleyebilirim.

İtalya'dan ayrılıp dünyanın çeşitli yerlerindeki dost ve akrabalarımı ziyaret etmeye başladım. Bir gece geç vakit yol kenarında insan kaynayan bir seyyar kebapçıda leziz *Peşaver* çaplı kebabı (Pakistan'ın hamburgere ağız sulandıran cevabı) yedim. Aşçı, eti çili biber, zencefil ve kişnişle lezzetlendirdi; her köfteyi yassılaştırdı ve kızgın yağa attı. Fokurdayan yağı gözlemleyerek bir metre çapındaki demir tavanın altındaki ateşe kömür atıp atmayacağına karar veriyordu. Köpükler azaldığı ve et fincanındaki çay kadar karardıktan sonra kebabı yağdan aldı. Birini sıcak bir *nân*'a (*Fars.*) yani lavaşa sarıp üzerine yoğurt sosu dökerek bana verdi. Bir lokma aldım: Cenneti tattım.

Chez Panisse'de yeni işe başladığım zamanlarda, bir akşam tatlı dilli şef Amy'nin bir dansçı gibi zarif ve becerikli, yüz kişilik misafir grubuna biftek pişirişini seyrettiğimi hatırlarım. Amy bana her bifteğin yüzeyini nasıl takip ettiğini gösterdi. Eğer ızgaraya değdiği an cızırdamadıysa, metal ızgara çubuklarının arasına biraz daha kömür çekerek ateşi canlandırıyordu. Bifteklerin rengi kahveye fazla hızlı döndüyse kömürleri yayıp ızgaranın soğumasını bekliyordu. Amy bana bifteklerin, içleri orta-az pişene kadar dışları ağız sulandıracak şekilde kömürleştiği ve her bifteğin kenarındaki yağ şeridinin iyice eridiği ateşi ayarlamayı gösterdi. Ocak ateşini açıp kısmaktan farklı değildi.

Pakistan'dan ayrılıp büyükannemle babamın İran'da Hazar Denizi kıyısındaki çiftliğine gittim. Büyükannem bütün gününü mutfakta geçirirdi. Her ne kadar ailesi için yemek yapmayı çok sevse de bizim yemeklerimizin dünyanın en zahmetli yemekleri olduğundan şikâyet eder dururdu. Yığınla otu doğrar, kasalarla sebzeyi soyup hazırlar ve saatler boyunca ocakta fıkırdatarak *horeş*'ler (haşlama) yapardı. Büyükannem haşlamalar olana kadar fıkırdayan – ne durgun olacak ne de



fokur fokur kaynayacak – tencereleri devamlı gözler ve karıştırırdı. Amcalarım ise bütün gün filtresiz sigaralar içer ve hikâyeler anlatır, yemekten kısa bir süre önce ateşi hazırlardı. Tavuk ve kuzu etlerini yassı metal şişlere geçirip kollarının tüylerini yakacak kadar kızgın ızgaraların üzerinde çabucak kebap yaparlardı. Bir yemek pişirme türü bütün gün sürerken, diğeri birkaç dakika alıyordu. İkisi de lezzetliydi. Sofralarımız ne yumşak *horeş*'ler ne de lezzetli, kömür kebaplar olmadan tamam olurdu.

Seyahatlerim sırasında her ülkede, ister ev yemeklerinde isterse profesyonel mutfaklarda olsun, ister doğrudan ateşin isterse kamp ocağının üzerinde olsun, en iyi aşçıların *ateşin kaynağına değil, yiyeceğe baktıklarını* fark ettim.

İyi aşçıların zaman ve ısı ölçerlerden ziyade duyularından aldıkları işaretlere uyduklarını gördüm. Cızırdayan sosislerin değişen seslerine kulak kabartıyor, fıkırdamanın fokurdamaya dönüşmesini gözlüyor, etin sıkılaşmasını ve saatler geçtikçe gevşemesini dokunarak anlıyor, kaynayan sudan çıkardığı eriştenin *al dante* olup olmadığına tadına bakarak karar veriyordu. İçgüdülerimle yemek pişirebilmek için bu işaretleri tanımayı öğrenmem gerekti. Yiyeceklerin, iyi yemek pişirmenin dördüncü unsuru olan Isı'ya nasıl cevap verdiğini öğrenmem gerekiyordu.

ISI NEDİR?

Isı, dönüşüm meydana getiren unsurdur. Kaynağı ne olursa olsun, ısı yiyeceğimizi çiğden pişmişe, akışkan halden sabite, gevşekten sıkıya, düzden kabarığa ve açık renkten altın kızıl kahveye çeviren değişimleri tetikler.

Tuz, Yağ ve Asidin aksine, Isı tatsız ve soyuttur. Ancak sayılabilir etkileri vardır. Isıdan kaynaklı cızırtı, pıtırtı, çatırtı, buhar, baloncuk, rayiha ve esmerleşme gibi duyusal işaretler genelde termometreden daha önemlidir. Sağduyu da dâhil olmak üzere bütün duyularınız size ısının yiyecek üzerindeki etkilerini ölçmede yardım edecektir.

Isıya maruz kalan yiyecekler, çok çeşitli ama tahmin edilebilir şekillerde değişir. Yiyeceklerin ısıya nasıl tepki verdiğini bir kere öğrendiğinizde, artık çarşıda alışveriş yaparken, menü belirlerken ve yemeği pişirme yöntemine karar verirken daha iyi seçimler yapacaksınız. Dikkatinizi fırının zaman göstergesinden veya ocağın düğmesinden uzaklaştırıp pişirdiğiniz yiyeceğe yöneltin. İpuçlarına dikkat edin: Yiyecek esmerleşiyor mu, sıkılaşıyor mu, büzülüyor mu, gevrekleşiyor mu, dağılıyor mu, şişiyor mu yoksa bir yeri az bir yeri çok mu pişiyor?

Bu işaretler, yiyeceği elektrikli ocakta mı yoksa gazlıda mı, büyük bir mermer ocakta mı yoksa eğreti bir kamp ızgarasında mı pişirdiğinizden veya fırınınızı 175 dereceye mi yoksa 190'a mı ayarladığınızdan çok daha önemlidir.

Dünyanın her yerindeki aşçıları seyrederek öğrendiğim gibi, ne pişirirseniz pişirin veya hangi ısı kaynağını kullanırsanız kullanın amaç daima aynıdır: Isıyı doğru seviyede ve doğru oranda kullanmak. Böylece yiyeceğin hem dışı hem de içi aynı sürede pişer.

Izgara peynirli sandviç yaptığınızı farz edin. Amaç doğru seviyede ısı kullanarak ekmeği peynirin eridiği hızda kızartmaktır. Çok hızlı ısıtırsanız dış kısmı yanacak iç kısmı pişmemiş kalacaktır – yanmış ekmek, erimemiş peynir. Çok yavaş ısıtırsanız da dış kısım esmerleşmeden bütün sandviçi kurutursunuz.

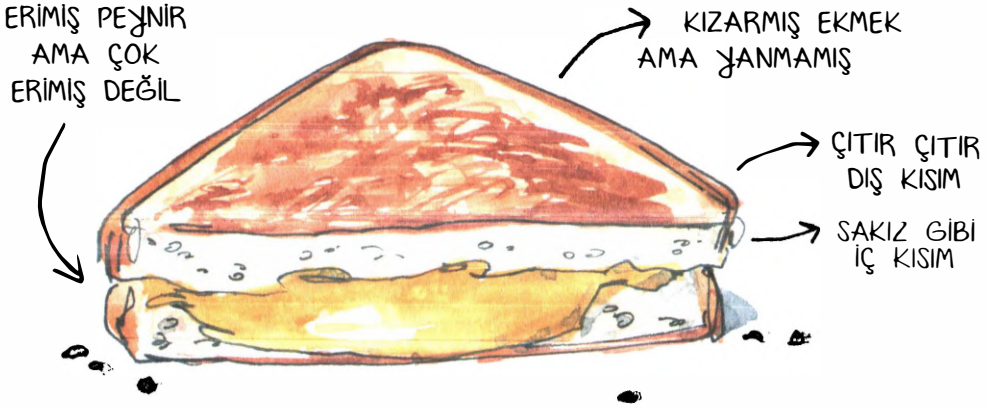
Tuz, Yağ ve Asitte olduğu gibi, Isıdan da istediğiniz sonucu almanızın ilk adımı *ne istediğinizi bilmektir.* Hangi sonuçlara ulaşmak istediğinizi bilirseniz, onlara giden yolda adımlar atabilirsiniz. Mutfaktaki hedeflerinizi lezzet ve kıvam bakımından ele alın.

Yiyecek esmerleşsin mi? Çıtır çıtır mı yumuşak mı yoksa elastik mi olsun? Karamelize? Katmerli? Nemli?

Sonra, geriye doğru çalışın. Sizi hedefinize geri götürecek duyusal işaretleri kullanarak kendinize bir plan hazırlayın. Örneğin bir kâse lezzetli, bembeyaz patates püresi istiyorsanız, son adımı düşünün: Patatesleri tereyağı ve kremayla ezip, tadına bakarak tuzunu ayarlamak. Oraya varmak için patatesleri tuzlanmış suda yumuşayıncaya kadar haşlamanız gerek. Oraya da varmak için patatesleri soyup kesmeniz gerek. İşte size tarif. Daha karmaşık bir şey için – diyelim ki, tavada kızarmış çıtır patates – iç kısmının yumuşak dış kısmının çıtır çıtır olması lazım. Öyleyse çıtırlık elde etmek için son adım sıcak yağda kızartmak olacaktır. O noktaya ulaşmak için de patates içlerinin yumuşak olmasını sağlamalısınız – tuzlanmış suda haşlayın. Bunun için önce soyup doğrayın. Alın size başka bir tarif.

İyi yemek pişirmek budur ve düşündüğünüzden daha kolaydır.

MÜKEMMEL
↓
BİR IZGARA PEYNİRLİ SANDVİÇİN ANATOMİSİ



ISININ KİMYASI

Isı Bilimi

Basitçe söylemek gerekirse, ısı enerjidir.

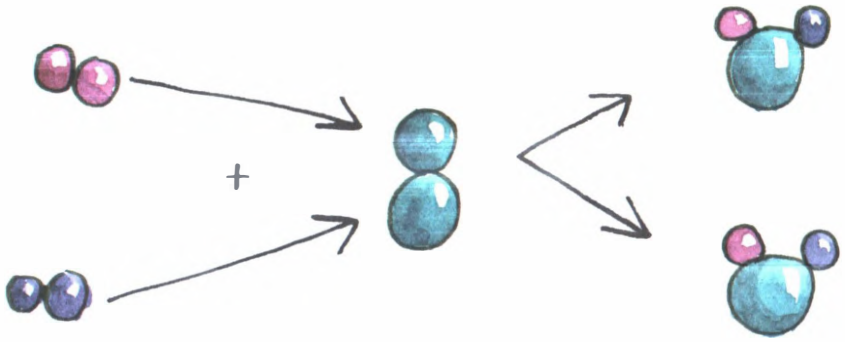
Yiyecek ise esasen dört temel molekül tipinden oluşur: Su, yağ, karbonhidratlar ve protein. Yiyecek ısıtıldığında içindeki moleküller de hızlanıp birbiriyle çarpışmaya başlar.

Moleküller hız kazanırken, atomlarını birleştiren elektrik kuvvetlerinden ayrılacak gücü de kazanırlar. Bu sürece **kimyasal reaksiyon** adı verilir.

Isının başlattığı kimyasal reaksiyonlar yiyeceğin tat ve dokusunu da etkiler.

Su, yağ, karbonhidrat ve protein moleküllerinin her biri ateşe farklı ama tahmin edilebilir tarzlarda tepki verir. Kafanız karışır gibi olduysa dert etmeyin. Isı bilimi neyse ki sağduyuyla doğru orantılıdır.

BİR KİMYASAL REAKSİYON



Su ve Isı

Su, hemen hemen her yiyeceğin temel unsurlarından biridir. Suyunu kaybedecek kadar pişirirseniz yiyecek gevrek ve kuru hale gelir. Suyunu içinde bırakır – veya pişirirken su eklerseniz – onu nemli ve yumuşak yaparsınız. Çırpılmış yumurtaları çok pişirirseniz kurur. Pirinç, mısır, patates ve diğer nişastalı yiyecekleri yeterince suyla pişirirseniz yumuşar. Suyunu kaybeden sebzeler gevşer. Yağmurlu dönemlerden ibaret olan senelerde meyveler de sulu olur. Domates fidelerinizi fazla sularsanız domateslerin tadı hafif olur. Yiyeceğin tadı zayıfsa, "sulandırılmış"tır. Çorba, et ve sebze suları ve sosların tadını kuvvetlendirmek için su miktarını azaltın. Aradığınız kıvam ve tadı elde etmek için yiyeceğin su içeriğini ısıyla ayarlayın.

Su donduğunda genişler. Bu yüzden dondurmayı planladığınız çorba veya sebze/et sularının kavanozlarının ağzında biraz boşluk bırakmalısınız. Soğuması için buzluğa konulan bira veya şarap şişesi unutulursa patlar. Çok çok daha küçük bir ölçekte – hücre seviyesinde – aynı olgu yiyeceklerin içinde meydana gelir: Yiyecekler donarsa hücre duvarları, tıpkı depolama kaplarınız gibi, su genleştiğinde patlayacaktır. O halde dondurucu yanığı veya dehidrasyon, suyun bir yiyeceğin hücrelerinin içinden kaçıp yiyeceğin yüzeyinde kristalleşmesi veya buharlaşmasının bir neticesidir. Hiçbir donmuş orman meyveleri veya et paketini açtığınızda gördüğünüz o Antarktika sarkıtlarının nereden geldiğini merak ettiğiniz oldu mu? Artık biliyorsunuz – yiyeceğin içinden.

Bu dehidrasyon, aynı zamanda maalesef üç yıl boyunca dondurucuda unuttuğunuz kayış gibi bifteği de açıklıyor ve bir yiyeceği dondurmanın ona zarar verip vermeyeceğini değerlendirirken de bunu hatırlamak faydalı olacaktır. Bir başka deyişle, biraz dehidrasyona dayanabilecek, hatta rehidre edilebilecek yiyecekleri dondurun – yani çiğ etleri, haşlamaları, çorbaları, sosları ve bunların suyunda pişmiş fasulyeleri.

Su, aynı zamanda diğer yiyecekleri pişirdiğimiz bir aracı olabilir. Düşük ısılarda su özellikle naziktir: Su banyoları özellikle muhallebi pişirmek için idealdir; tıkırdatmak, kendi suyunda düşük ateşte pişirmek ve buğulamak düşük ısıda sert yiyeceklere yumuşamak için ihtiyaç duydukları devamlı düşük ısıyı verir.

Suyu deniz seviyesinde 100 dereceye kadar ısıtırsanız kaynayarak bize en etkili – ve en hızlı – yiyecek pişirme yöntemlerinden birini verir. Kaynayan su mutfaktaki en eşsiz araçlardan biridir. Termometre kullanmadan ısıyı ölçmenin basit bir yoludur. Bir tencere suda kabarcıklar gördüğünüzde 100 dereceye ulaştığını anlarsınız. Bu sıcaklıkta su mikrobik bakterileri öldürebilir. Sulu yemeklerinizden artanları veya dondurucuda depoladığınız tavuk suyunu yeniden ısıtırken, geçen sürede üremiş olabilecek bakterileri öldürmek için kaynatın.

Buharın Gücü

Su 100 derecenin üzerinde ısıtıldığında buhara dönüşür. Bu da mutfağın en değerli görünür ipuçlarından bir başkasıdır. Buharın görüntüsü ısıyı tahmin etmenize yardımcı olabilir: Yiyecek ıslak olduğu ve buhar çıkardığı sürece, yüzey ısısı muhtemelen esmere dönmeye başlayacak kadar sıcak değildir. Unutmayın, yiyeceğin emerleşmesine yol açan reaksiyonlar – karamalleşme ve Maillard reaksiyonu – yiyecek çok daha yüksek ısılara çıkana kadar başlamaz. O yüzden, yiyeceğin yüzeyinde su varsa yiyecek kahverengi olmaz.

Buharla ilişkili kararlar vermeyi öğrenin. Isının artıp yiyeceğin esmerleşmesini istiyorsanız, buharın kaçmasına izin verin. Hapsedilmiş buhar yoğunlaşarak aşağı geri damlar ve yiyeceği nemli, ısıyı da 100 derece civarında tutar. Hapsolan buhar başta yiyeceğin yavaşça **solmasına**, sonra **terlemesine** yol açar. Bu da yiyeceği herhangi bir renge çevirmeden iyice pişirmenin bir yoludur.

Buhar sebzelerin içindeki havanın birazını suyla değiştirir. Bitkiler bu yüzden başlangıçta opaktan şeffafa geçer ve piştikçe küçülürler. Ayrıca tatları yoğunlaşmaya başlar – yeni yıkanmış ıspanak dağı solmuş yeşillik tepeciğine dönüşür ve bir yığın kıyılmış soğan pişerek İpeksi Tatlı Mısır Çorbası için haşlama gibi, lezzetli bir baza dönüşür.



Pazı yapraklarını bir tencerenin kenarlarının üzerine yığın ve buharla pişmeye bırakın. İsterseniz kapağı kapatın ama dengeli piştiğinden emin olmak için arada bir maşayla karıştırın çünkü buhar bile yeşilliklerin labirentinde umduğunuz kadar dengeli bir şekilde yolunu bulamayabilir. Isı kaynağına daha yakın olan tencerenin dibindeki sıcaklık daima yukarıdaki sıcaklıktan daha fazla olacaktır. Bir tepsi

sebzenin miktarı ve sıkışıklık ölçüsü de fırının ısısı kadar sebzelerin kızarmasında rol alır. Kabak ve biberleri tepsiye seyrek yerleştirerek, buharlarının kısa zamanda kaçmasını ve kızarmanın başlamasını sağlamak suretiyle güzel bir tatlılık ve lezzet kazanmalarına yardım edin. Enginar ve soğan gibi pişmeleri daha uzun süren nispeten sıkı sebzeleri, içleri pişmeden kızarmaktan korumak için tepsiye çok sıkışık biçimde dizip buharı hapsedin.

Pişirme aracınızı buharın içinde ve dışarı doğru nasıl hareket edeceğini göz önünde bulundurarak seçin. Kenarları eğimli ve kıvrık tavalar, düz kenarlı tavalara göre buharı daha iyi dışarı verirler. Tencere veya tavanın kenarı ne kadar yüksekse buharın dışarı çıkması da o kadar uzun sürecektir. Derin tencere ve tavalar soğanları terletmek ve çorbaları tıkırdatmak için daha iyiyken, çabucak kavurmak ve kahverengi yapmak istediğiniz istiridye ve biftek gibi yiyecekler için pek ideal değildir.

Tuzun başlattığı ozmosu hatırlayın; bunu buharı nasıl kullanacağınıza karar vermeyle birleştirin. Tavada buhar istediğinizde, tuzun temas ettiği yiyecekten su çıkarmak suretiyle size yardımcı olmasına izin verin. Hedef çabucak esmerleştirmekse yiyecek çıtırlaşana kadar tuzlamayın veya önceden ozmosa yol açacak kadar tuzlayın, yiyeceği kuruladıktan sonra da sıcak tavaya koyun. İlk yöntemi karnabahar çorbası için terletip şeffaflaştırmak istediğiniz soğanlarda uygulayın; ikincisini ise kızartacağınız veya fırınlayacağınız patlıcan ve kabak için.

Yağ ve Isı

Yağ bölümünde, iyi yemek üretmek için Isı ve Yağın birlikte nasıl çalıştığını anlamanıza yardımcı olacak esas kuralları anlatmıştım. Su gibi yağ da yiyeceğin temel bir bileşeni, ayrıyeten bir pişirme aracıdır. Ancak yağ ile su birbirine düşmandır: Bu ikisi birbirine karışmaz ve ısıya çok farklı tepkiler verir.

Yağlar esnektir; gerçekten de yağların dayanabildiği geniş ısı aralığı, bize Yağ ile Isının uygun ilişkisi olmaksızın ulaşılamayacak birçok farklı kıvamı elde etme imkânı sunar – çıtır çıtır, katmerli, yumuşak, kremsi ve hafif.

Yağlar soğuduğunda sertleşir ve sıvıdan katıya döner. Tereyağı gibi katı yağlar, katmerlilik elde etmek için onları hamura yediren veya hafiflik elde etmek için çırparak havalandıran hamur işi şefleri için büyük rahatlıktır. Fakat jambonla pişirilen yeşilliklerin tabakta bıraktığı yarı donmuş yağ izini düşündüğünüzde, oda sıcaklığında donan hayvansal yağ içeren yiyecekler servis edilirken bu özelliğin o kadar da arzu edilir olmadığını görürsünüz.

Uzun süreli hafif ısı, katı hayvansal yağları dana içyağı gibi saf sıvı yağlara dönüştürür yani **eritir**. **Adaçayı ve Ballı Tütsülenmiş Tavuk** gibi yavaş pişen etlerde yağların eritilmesi yiyeceği içeriden pişirir ve bu kendi kendine yağlarını eritme işlemi **Yavaş Pişmiş Somon**'un harikulade nemli dokusunu açıklar niteliktedir. Bu hafif ısı aynı zamanda tereyağının emülsiyonunun bozulmasına, sonra da berraklaşmasına yol açar.

Orta ısılarda yağ ideal hafif bir pişirme aracı, suda pişirmenin yağ versiyonu olan **konfit**'te kullanmak için idealdir. Bu tekniği uygulamak için **Domates**, **Ton Balığı** ve **Tavuk Konfit** tariflerine bakın.

Su 100 °C'de kaynayıp buharlaşırken yağlar dumana dönüşmeden bu derecelerin çok üzerinde ısılara çıkabilir. Sonuç olarak, suyla yağ birbirine karışmayacağı için su içeren yiyecekler (hemen bütün yiyecekler) yağın içinde çözülmezler; bunun yerine, yiyeceklerin çok kızgın yağlarla temas eden yüzeyleri su buharlaşırken çıtır bir doku meydana getirecek kadar yüksek ısılara çıkabilir.

Yağlar yavaş soğur ve ısınır – bir başka deyişle, bir birim yağı birkaç derece de olsa ısıtmak veya soğutmak için epey enerji gerekir. Amatör kızartmacılar için bu bir nimettir; **Biralı Hamurla Kaplı Balık** kızartırken, yağın ısısı yükselir veya düşerse yıldırım hızıyla davranmak zorunda olmadığınızı hatırlayarak için rahat olabilirsiniz. Yağ aşırı ısınırsa, ateşi kapatın veya biraz daha oda ısısında yağ ilave edin. Tencere fazla soğursa ateşi yükseltin ve yiyecekleri eklemeden önce biraz bekleyin. Yine bu olgu sığırın orta kaburgasının etrafındaki et (*prime rib*) gibi çok yağlı etlerin (veya yukarıda bahsettiğim herhangi

bir konfit gibi yağ içinde oturan etlerin) ateşten alındıktan sonra dahi ağır ağır pişmeye devam etmelerine neden olur.

Karbonhidratlar ve Isı

Başta bitkisel kaynaklardan yapılan yiyeceklerde bulunan karbonhidratlar yiyeceğe hem hacim hem de lezzet katarlar. Asit bölümünde üç çeşit karbonhidratı (selüloz, şekerler ve pektin) anlatmıştım. Dördüncü çeşit bir karbonhidratla - nişastalar - beraber selüloz, bitkisel yiyeceklerin hacim ve dokularının büyük kısmını meydana getirir. Karbonhidratlar ısıtıldıklarında genellikle suyu emer ve bozulurlar.

Temel **Bitki Anatomisi**'ni bir parça anlamak, çeşitli bitkisel yiyecekleri (bkz. sf. 146'daki) nasıl pişireceğinize karar vermenizde size yardımcı olacaktır. Belli bir meyve veya sebzeyi düşündüğünüzde aklınıza gelen sözcük *lifli* veya kılçıklı ise, ısıyla bozulmayan bir karbonhidrat çeşidi olan selüloz bakımından zengin demektir. Karalahana, kuşkonmaz veya enginar gibi selüloz zengini sebzeleri yumuşatmak için, içlerine yeterince su çekene kadar pişirin. Yapraklarda kök veya saplarda olduğundan daha az selüloz lifleri bulunur, bu nedenle karalahana ve pazı sapları yapraklardan farklı sürede pişerler ve saplarının ayrılıp ayrıca pişirilmesi veya tencerenin içine gelişigüzel dağıtılması gerekir.

Nişastalar

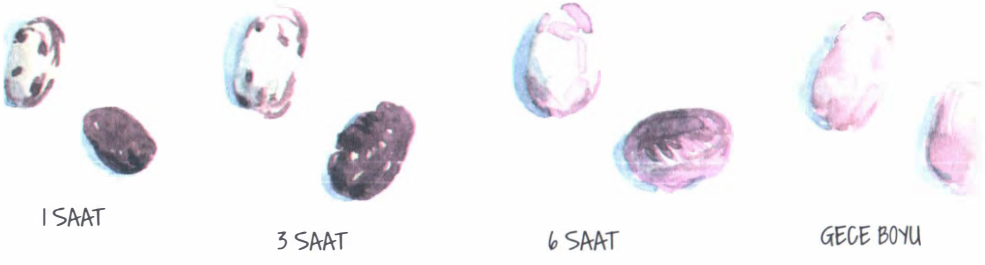
Patates gibi kökler ve kuru fasulye gibi tohumlar da dâhil olmak üzere bitkilerin en nişastalı kısımlarına, yumuşaklıklarını ortaya çıkarmak için hafif ısının üstünde bol su ve zaman verin. Nişastalar sıvıyı emer ve şişer veya dağılırlar. Bu yüzden sert patatesler hoş bir kremsilik kazanır, taş gibi nohutlar tereyağı kıvamında lokmalara dönüşür ve hazmı zor pirinç taneleri puf puf ve yumuşak hale gelir.

Pirinç, fasulye, arpa, nohut ve buğday gibi kuru tohumlar, tahıllar ve bakliyat, yenilebilir hale gelmek için ekseriya su ve ısıya ihtiyaç duyarlar. Tohumlar, içerdikleri hayat potansiyelini korumak amacıyla onları bir şekilde dönüştürmediğimiz müddetçe, onları yenmesi imkânsız hale getiren sert kabuklar geliştirmişlerdir. Bazen kabak ve ay çekirdeğinde olduğu gibi kabuktan çıkarmamız yeterli olur. Yenilebilir hale gelmesi için pişirilmesi gereken tohumlar için ise genellikle su eklemek ve yumuşayıncaya kadar ısıya maruz bırakmak gerekir. Kuru barbunya ve nohut gibi nişasta zengini bazı tohumlar ile arpa gibi diri tahıllar, bir gece suda bekletildiğinde suyu daha iyi emerler. Bunu bir çeşit pasif pişirme olarak düşünün.

Bazı tahıllar dış kabuğunun tamamı veya bir kısmı çıkarılarak işlenir – tam buğday ile rafine un veya esmer ile beyaz pirinç arasındaki fark buradan gelir. Sert dış kabuğu çıkarılan işlenmiş tahıllar çok daha çabuk pişer ve tam tahıl muadilinden daha uzun raf ömrüne sahip hale gelir. Öğütülmüş tahıllar suyla birleştirilerek hamur haline getirilebilir; bunlar ateşe maruz kaldıklarında sıkılaşıp sertleşirler.

Nişastaları uygun şekilde pişirmenin sırrı yeterli su ve ısı kullanmaktır. Çok az su kullanır veya nişastaları az pişirirseniz kuru olurlar ve orta kısımları sert kalır. Çok az suyla pişirilen kek veya ekmekler kuru olur ve ufalanır. Fakat çok fazla su ve ısı kullanılırsa, yani nişastalar az pişerse o zaman da lapa gibi olurlar (lapa olmuş erişte, kek ve pilavı düşünün). Nişastalar fazla pişirilir veya çok fazla ısıya maruz kalırsa, kolayca esmerleşmeye ve yanmaya yatkın olurlar. Böyle bir şey olursa kendime çok kızıyorum. Sonuç: takip edilmeyen bir tencerede kavruluveren mısır lapası veya sıcak fırında sadece 90 saniye ihmal edildikten sonra kararan ekmek kırıntıları.

Kuru bakliyatın suda bekleme aşamaları



Şekerler

Renksiz ve kokusuz **sukroz**, yani şeker tatlılığın saf göstergesidir. Ateşe maruz kaldığında erir. Granül şekeri suyla birleştirip yüksek ısılarda ısıtarak çeşitli dokularda sayısız şekerlemeler elde edebilirsiniz: Marshmallow, beze, fudge şeker, krema, kozhelva, karamela, krokan, bonbon, pralin ve karamelli şekerler gibi örnekler çoğaltılabilir.

Sıcak şekerle çalışmak mutfaktaki ısı odaklı uğraşlardan biridir ama özellikle zor değildir. Yaklaşık 145 °C'de erimiş bir şeker şurubu sıkı kozhelvaya, sadece on derecelik bir artışla da bonbon şekere dönüşecektir. İlk defa karamel şeker yaptığım zaman, on iki dolarlık şeker termometresi almayacak kadar cimriydim. Isıya göz atmanın yeterli olacağını düşündüm. Sonuçta karamellerim o kadar yapışkan oldular ki dişçiye yüzlerce dolar ödemek zorunda kaldım. Benim inatçılığımdan ders çıkarın; şekerle çalışırken bir şeker termometresi edinin (ve fritözde kızartma yaparken de kullanın!) Uzun vadede tasarruf edeceğinizden şüpheniz olmasın.

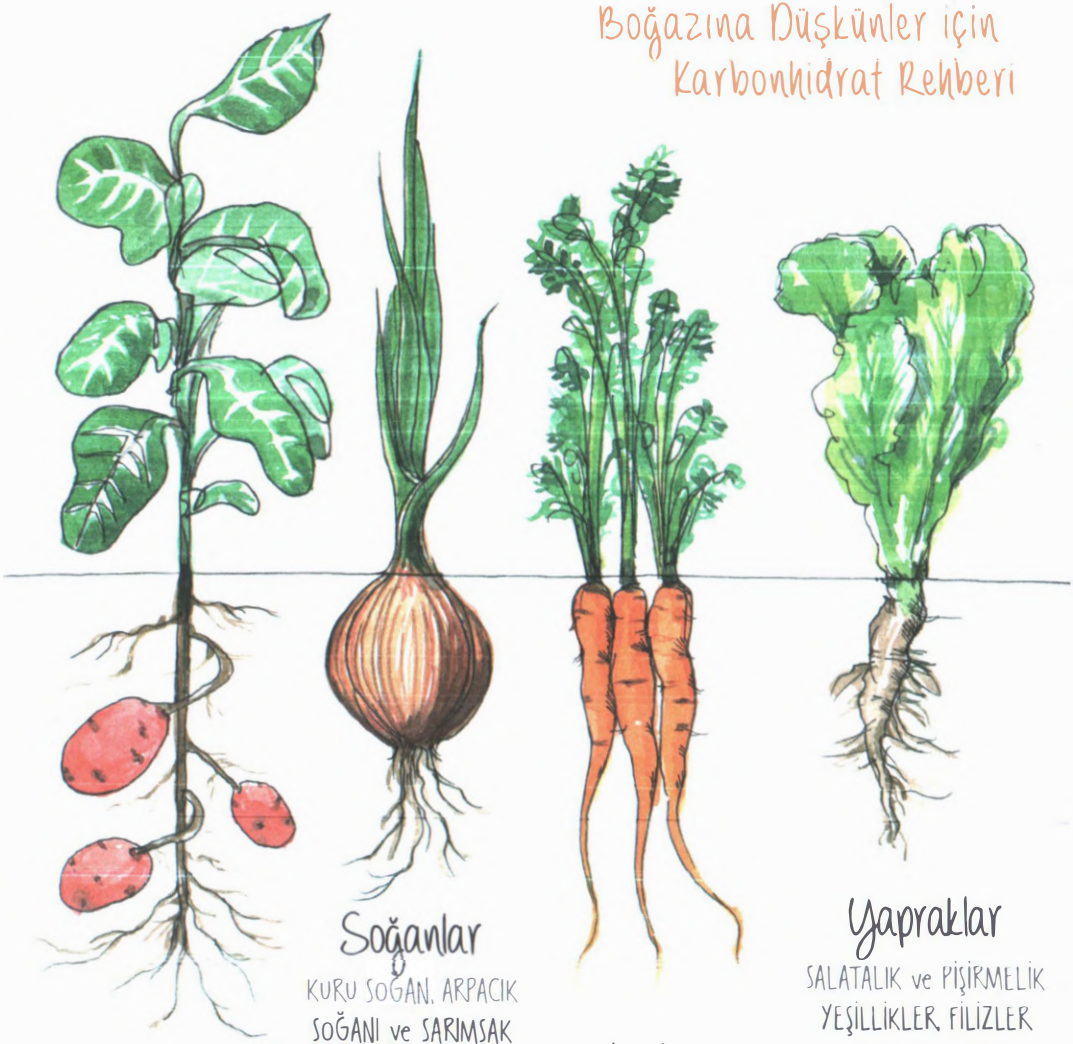
Aşırı yüksek ısılarda (170 °C) şeker molekülleri birbirlerinden ayrılıp yeniden birleşerek yüzlerce yeni bileşene dönüşür; bolca yeni lezzet meydana getirirken, renkleri de tamamen anlaşılmayan bir süreç içinde koyulaşmaya başlar. Bu **karamelizasyon**dur ve ısının lezzete tesir etmesinin en temel yollarından biridir. Karamelize şekerler asidik lezzet bileşenleri meydana getirmenin yanı sıra; acı, meyveli, karamel, fındıklı, şeri (güçlendirilmiş şarap) ve butterscotch şeker gibi birçok yeni nitelik ve tat açığa çıkarır.

Şekere dönüşen nişastalara ilaveten meyve, sebze, süt ürünleri ve bazı tahıllar da piştiklerinde sofra şekeri gibi aynı tepkimelere girebilen doğal (tek molekül halindeki) basit şekerler içerirler. Bunlar ısıyla tatlılaşır hatta karamelleşebilir. Isı, örneğin, kaynayan bir havuca nüfuz ettikçe, havucun nişastaları parçalanarak basit nişastalara dönüşmeye başlar. Bu şekerleri kaplayan hücre duvarları yıkılmaya başlar. Bu da şekerlerin serbest kalarak tat alma duyargalarımıza daha kolay ulaşmalarına yardımcı olur; yani pişmiş havucun çiğ olandan daha tatlı olmasına yol açar.

Çoğu sebzede az miktarda bulunan şekerler, sebzenin toplandığı andan itibaren azalmaya başlar; bu nedenle yeni toplanmış ürün markette satılandan daha tatlıdır. Orta batılı babaannelerin su dolu tencereleri ocağa kaynamaya koyup çocukları bahçeye mısır toplamaya gönderdiklerini çok işittim. Çocuklara birkaç dakikada azımsanmayacak bir tatlılık kaybı olacağını söylerlermiş. Meğer haklılarmış: Oda ısısında birkaç saat kalan mısır ve bezelye gibi nişastalı sebzeler şekerlerinin yarısını kaybedebilirmiş. Patatesler de ilk toplandıklarında daha tatlıdır – taze patatesi haşlayıp üzerine tereyağı koyduğunuzda bu yüzden yemesi tarifsiz bir şekilde zevkli olur. Topraktan yeni çıkarılmış, şeker dolu patatesleri kızartırsanız tamamen pişmeden yanmaya başlarlar. Bunun için patates kızartması yaparken nişastalı eski patatesler kullanın; patatesleri doğradıktan sonra suya batırın; su berraklaşana kadar nişastasından arındırın. Patatesleriniz ancak bu şekilde fritözün kızgın yağından çıtır çıtır ama yanmamış olarak çıkabilir.

Toprağın Altındaki & Üstündeki Bitkiler

Boğazına Düşkünler için Karbonhidrat Rehberi



Yumru Kökler

PATATES, TATLI PATATES ve YER ELMASI (NİŞASTALAR)

Soğanlar

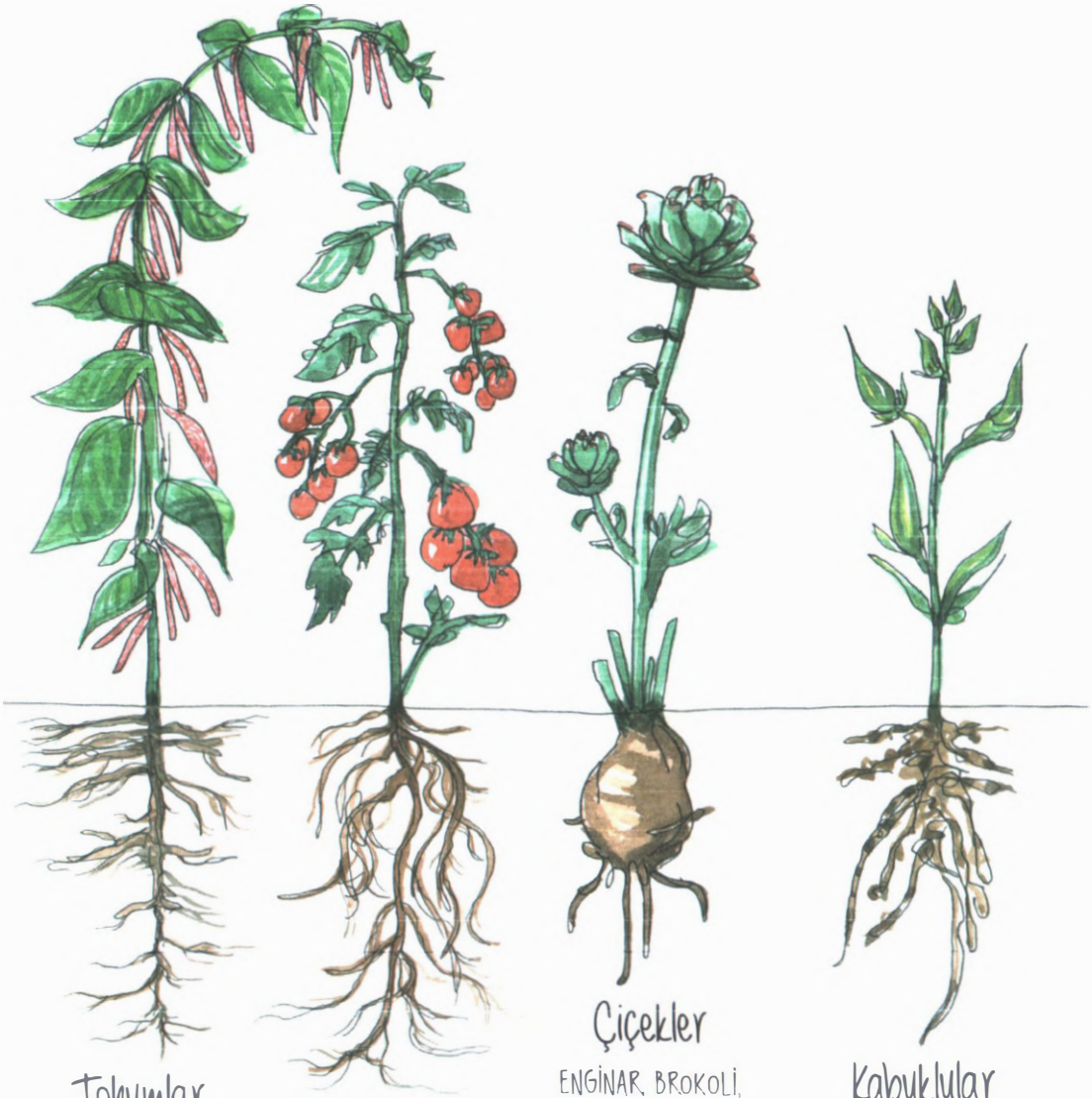
KURU SOĞAN, ARPACIK SOĞANI ve SARIMSAK (ŞEKERLER)

Kökler

TATLI PATATESLER, ŞALGAM, TURP, HAVUÇ, KEREVİZ KÖKÜ, PANCAR ve YABANİ HAVUÇ (NİŞASTALAR & ŞEKERLER)

Yapraklar

SALATALIK ve PİŞİRMELİK YEŞİLLİKLER, FİLİZLER (SELÜLOZ & TAZE OLDUKLARINDA ŞEKERLER)



Tohumlar

TAZE ve KURU BAKLİYAT, TAHILLAR – TAM ve OĞÜTÜLMÜŞ, SERT KABUKLU YEMİŞLER, BEZELYE, NOHUT, MISIR LAPASI, KINOA (NİŞASTALAR & SELÜLOZ)

Meyveler

KABAK, DOMATES, PATLICAN, BALKABAĞI (ŞEKERLER)

Çiçekler

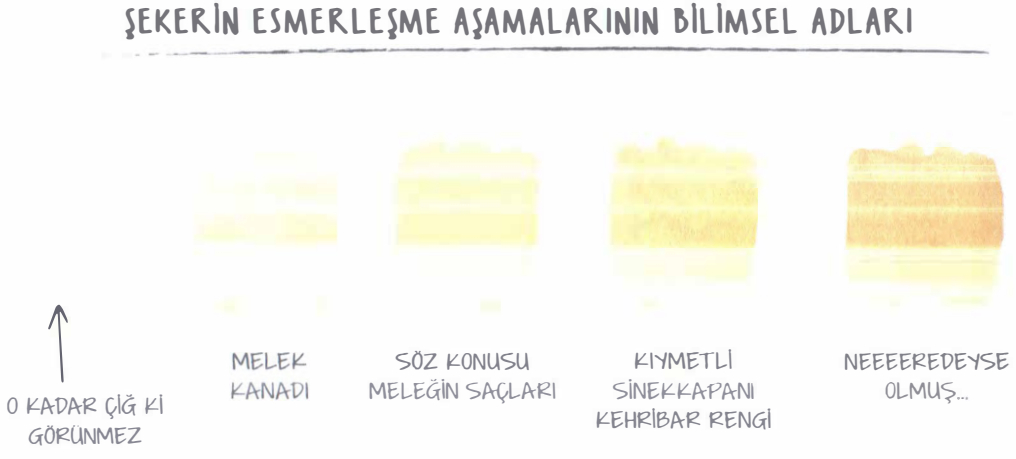
ENGİNAR, BROKOLİ, KABAK ÇİÇEĞİ, KARNABAHAR (TAZEYKEN SELÜLOZ& ŞEKERLER)

Kabuklular

BAMYA, BEZELYE, BAKLA (ÇOK TAZEYKEN SELÜLOZ& ŞEKERLER)

Pektin

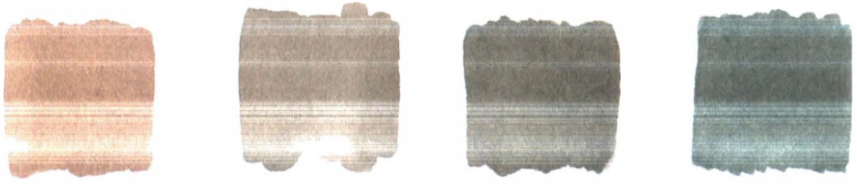
Diğer bir karbonhidrat, **pektin,** sindirilemeyen bir liftir; ben pektini sebze veya meyveden elde edilen bir çeşit jelatin olarak düşünmeyi yeğliyorum. En çok tohumlarda ve narenciye kabuğunda, çekirdekli meyvelerde ve elmada bulunan pektin; şeker ve asitle birleştiğinde ve ateşe maruz kaldığında jöle yapma aracı olarak iş görür. Katılaşma özellikleri meyve reçeli ve İspanyol armut jölesi *membrillo* gibi meyve jölesi yapmaya imkân verir. Geleneksel İngiliz meyve reçeli yapma yöntemlerinin şampiyonu June Taylor'dan marmeladım için narenciyeden pektin çıkarmayı öğrendim. Bana iki avuç kabukla çekirdeği bir peynir süzme torbasına koyup meyveyle beraber pişirmeyi göstermişti. Meyveler kısmen piştiklerinde torbayı çıkarıp soğutuyor sonra da masaj yaparak pektini çıkarıyordum. Bunu ilk yaptığımda süt beyazı bir sıvı olan pektini *görebilmek* beni şaşırtmıştı. Aylar sonra marmelat kavanozunu açtığımda pektinin etkileri açıktı: Marmelat akışkan değil, katıydı ve tereyağlı, sıcak ekmeğimin üzerine güzelce yayılıyordu.



Proteinler ve Isı

Proteinleri suda yüzen sarmal iplikler olarak düşünmek yardımcı oluyor; özellikle de ısının proteinleri nasıl etkilediğini gözümde canlandırırken. Asitte olduğu gibi tutamlar da ısıya maruz kaldıklarında önce **denatüre** olurlar, yani çözülürler; sonra daha sıkı bir şekilde birbirilerine geçer, yani **koyulaşırlar**. Bu sırada da suyu hapsederek yiyeceği sıkılaştırırlar. Isının bir tavuk göğsünü, iyi pişirildiğinde gevşek ve sulu bir halden sıkı, yumuşak ve nemli hale getirişini düşünün. Ancak çok fazla ısı uygularsanız protein kümeleri sıkılaşmaya devam ederek hapsettiği suları dışarı atarlar. Suyu atılan tavuk kuru, tel tel ve sert hale gelir.

Bu olay çırpılmış yumurtada da gözlemlenebilir. Çırpılmış yumurtaları çok uzun veya yüksek ısıda pişirirseniz kururlar. Tabağa koyduğunuzda zayıf, aşırı sıkılmış proteinlerinin suyu dışarı atmaya devam ederek geride bir su birikintisi bıraktığını görürsünüz. İpeksi çırpılmış yumurtalar için Alice B. Toklas'ın tavsiyesine uyup yumurtaları çok kısık ateşte pişirin. Sanıyorum ki Alice, 20. yy avangart akımının bir parçası olduğu memleketi Paris'teyken yemek yapmaya dair bir şeyler öğrenmiş olmalı. Bir kâseye 4 yumurta kırın; biraz tuz ve birkaç damla limon suyuyla çeşnilendirip iyice çırpın. Mümkün olduğunca kısık ateşin üzerinde biraz tereyağını eritip yumurtaları dökün. Bir çırpıcı veya çatalla karıştırmaya devam ederek dört veya daha fazla kaşık parmak kadar tereyağını teker teker ekleyip eritin. Karıştırmayı hiç bırakmayın ve sabırlı olun. Yumurtaların bir araya gelmeleri biraz zaman alacak, bir araya geldiklerinde ocaktan alın, biraz da tavada kalan ısıyla pişmeye devam etsinler. Neyle servis edebilirsiniz? Tabii ki tereyağlı kızarmış ekmekle.



TAM AYARI

SAMİN'İN TAM AYARI

YANGIN TEHLİKESİ

BİLDİĞİN KİMYASAL SİLAH

Biraz tuz, proteinlerin kurumasını engelleyebilir. Eti önden tuzlamanın sayısız faydalarını hatırlayın. En güzel sonuçlarından bir tanesi, yeterli zaman tanındığında tuzun etin proteinlerinin yapısıyla oynayarak su salma kapasitelerini azaltmasıdır. Nihayet, erkenden tuzlanmış et uygun şekilde pişirildiğinde inanılmaz derecede nemli olacak, biraz fazla pişirilmeye bile tahammül gösterecektir.

Her protein türündeki tutam sarmalı eşsizdir. Bu yüzden proteinlerin koyulaşma aralığı da geniştir. Yumuşak etleri genellikle bir ızgaranın yoğun ateşi üzerinde, önceden ısıtılmış kızartma tavasında veya sıcak fırında dikkatlice ve hızlıca pişirin. İç ısısı 60 °C'yi aşacak şekilde pişirilirse, yumuşak kırmızı etlerdeki proteinler tamamen koyulaşarak içlerindeki sıvıyı dışarı atacak, sert, elastik, fazla pişmiş biftek veya kuzu pirzolalara yol açacaktır. Öte yandan, tavuk ve hindi göğsü 70 °C'ye kadar kurumaz.

Sinirli bağ dokuları olan sert etlerde yumuşaklık elde etmek için, daha incelikli bir pişirme yöntemi kullanmak gerekir. Uzun ve kısık ateşte pişirmede, yani haşlamada düşük ısı, zaman ve su önemlidir. Isı, **kolajen**i, yani hayvan bağ dokusundaki ana yapısal proteini jelatine dönüştürür. Az pişmiş kısa kaburgayı çiğnemesi imkânsız ve yemesi hoş olmayan bir hale sokan sert ve elastik proteinler; su, zaman ve daha uzun pişirme faktörleriyle jelatine dönüşerek ızgara döş, haşlama et ve uygun bir şekilde pişirilmiş kısa kaburgalar sağlayacaktır. Asit kolajenin dönüşümünü kuvvetlendireceği için de marine, kuru ovalama veya düşük ısıda uzun pişirme işlemlerine asidik bir malzeme eklemek suretiyle bu işlemleri destekleyebilirsiniz.

Bu dönüşümün püf noktası düşük ısıdır. Yumuşak etleri pişirmenin gereği olan dikkatli uygulanmış hızlı ısının aksine, zaman ve devamlı ısı koyu etin kasları arasındaki yağı eritir ve eti içeriden yağlarken, sinirli bağ dokularını jelatine dönüştürmek için şarttır.

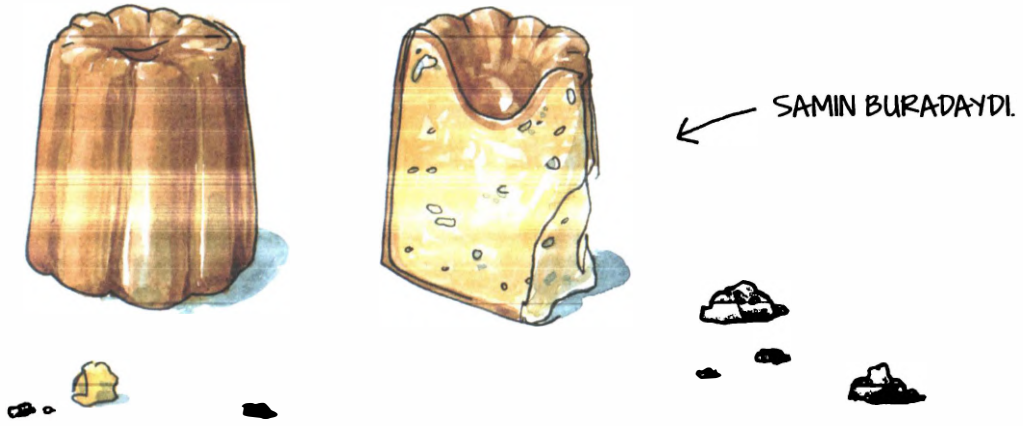


Esmerleştirme ve Lezzet

Proteinleri karbonhidratların olduğu yerde esmerleştirmeye devam ederseniz, dikkate değer bir şey meydana gelir: Isının lezzete en önemli katkısı, **Maillard reaksiyonu**. Ekmeği kızarmış ekmekle, çiğ ton balığını kurumuşla, haşlanmış et veya sebzeleri ızgara yapılmışla karşılaştırın. Her birinde esmerleştirilen versiyon, Maillard reaksiyonunun bir sonucu olarak lezzet açısından daha zengin ve karmaşıktır.

Bu dönüşüm aromatik bileşenleri bütünüyle yeni lezzetler olacak şekilde yeniden düzenler. Bir başka deyişle, yiyeceklerin beyaz versiyonunda bulunmayan lezzetlerini esmerleşmiş hallerinde tecrübe edebiliriz! Asit bölümünde Maillard reaksiyonunun bir yiyecekte ekşi tatlar ortaya çıkardığı yolları tarif etmiştim. Maillard reaksiyonuna giren tüm yiyecekler – esmerleştirilmiş etler, sebzeler, ekmekler – karamelizasyonun kattığı lezzete ilaveten çiçekli, soğanlı, etli, otlu, çikolatalı, nişastalı ve topraklı tatlar da geliştirebilir. Yüzey esmerleştirmeye dehidrasyon ve çıtır çıtırlık da eşlik ettiğinden, lezzetin yanı sıra dokuda da zıtlık meydana getirerek damaklarımıza bayram ettirir. En sevdiğim Fransız hamur çöreği *canelé* bu birlikteliğin doruk noktasıdır: Yumuşacık, muhallebi gibi iç kısım, karamelleştirme ve Maillard reaksiyonuyla değişime uğrayan koyu, sert kabuk tarafından çevrelenir.

Esmerleşme yaklaşık 110 °C'de – suyun kaynama ısısıyla proteinlerin koyulaşma noktasının epey üstünde – başlar. Lezzetli bir esmerleştirme için gereken ısı proteinleri kurutacağından dikkatli olmalısınız. Öte yandan, döş gibi daha sert et parçalarını esmerleştirdikten sonra iç kısmın yumuşaklığının kurumasını önlemek için hafif ısı kullanın veya baştan sona hafif ısıda pişirerek tersini yapın. Sonra, et yumuşayınca ısıyı yükselterek yüzeyini esmerleştirin.



Esmerleştirme paha biçilemez ama özenle yapılması gereken bir lezzet katma tekniğidir. Dengesiz veya çok harlı ısı, yiyeceği altın sarısı lezzetine ulaşmadan doğrudan yakabilir. Aksine bifteği fazla ürkekçe kızartırsanız, esmerleştirmeden fazla pişirmiş olursunuz.

Esmerleştirme işini korkmadan sınır noktasına getirmeyi öğrenin çünkü en derin lezzetler bu noktada yatar. Bir küçük deneme daha yapın: İki tane yarım ölçü **Tuzlu Karamel Sosu** yapın. Birinin altını normalde kapatacağınız an kapatın, diğerini birkaç ton fazla kararttın. İkisini de yan yana vanilyalı dondurmanın üzerine damlatın ve tadın. Ateşin üstünde birkaç dakika daha fazla durmanın ne büyük bir lezzet farkı meydana getirdiğini anlayacaksınız. Bir dahaki sefere kısa kaburga veya tavuk budu haşlaması yapacağınız zaman etin yarısını fırında, diğerini ocakta esmerleştirmeyi de deneyebilirsiniz. Her iki yöntemdeki farklı ateş formlarının nasıl farklı sonuçlar verdiğini görebilirsiniz. (Bu konuyla ilgili bir ipucu için **Kızartma** bölümünü okuyun).

Tuz da dâhil tüm lezzetli şeylerde olduğu gibi esmerleştirmede de aşırıya kaçabilirsiniz. Bir daha yanmış jambon veya fındığa "çıtır çıtır" diyecek olursanız; Eccolo'daki meslektaşlarımdan birinin de böyle yaptığını, sonra Alice Waters'ın barda oturmuş salatasından bu fazla kararmış fındıkları çıkarışını gördüğünü hatırlayın. Bir mutfak efsanesine göre güzel olmadığını bildiği bir tabak servis ettikten hemen sonra soğuk hava deposunun içine girdi ve yere uzanıp ağladı. Bunu öğrenince çok üzülmeme rağmen elimden gelen tek şey gülmek ve hatasından ders çıkarmasını söylemekti. Çoğu zaman bir şeylerin doğru olmadığını anlamak için başkalarının söylemesine gerek yoktur; kendi Alice Water'ınız olun.

Isının Lezzet Üzerindeki Etkileri

Pişmenin ocağın yanmasıyla veya fırın düğmesinin çevrilmesiyle başladığı düşünülür. Ama böyle olmaz. Pişme süreci çok daha önce, malzemelerinizin ısısıyla başlar.

Öncelikle, bir malzemenin ısısı – yani ısının ölçüsü veya ısının yokluğu – onun *nasıl* pişeceğine etki eder. Oda ısısındaki yiyecekler dosdoğru buzdolabından çıkan yiyeceklerden farklı pişer. Aynı yiyecek pişirmenin başındaki ısısına bağlı olarak, dengeli veya dengesiz, yavaş veya hızlı pişecektir. Bu özellikle protein ve yağları ısı değişimlerinden çok etkilenen et, yumurta ve süt için geçerlidir.

Söz gelişi, akşam yemeği için kızartmayı düşündüğünüz tavuğu ele alalım. Tavuğu buzdolabından alıp doğruca fırına verirseniz, ısı butların içine nüfuz edene kadar göğüs eti fazla pişecek ve kuru, sert bir et ortaya çıkacaktır. Ancak tavuğu oda ısısına gelene kadar dışarıda beklettikten sonra kızartırsanız, tavuk fırında daha kısa süre kalacağı için fazla pişme ihtimali de azalacaktır.

Tavuk eti sıcak fırın havasından çok daha yoğun olduğu için pişirmeye başladığınızda tavuğun ısısındaki on beş derecelik fark – buzdolabı ile oda ısısı arasındaki yaklaşık fark – esasında fırının içindeki on beş derecelik farktan daha önemlidir. Oda ısısındaki bir tavuğu 200 °C veya 215 °C'de pişirmeniz pişirme süresi veya netice açısından çok şey değiştirmez. Soğuk bir tavuğu pişirirseniz pişirme süresi hayli artacak ve kuru, sert göğüs eti ilk lokmadan itibaren belirgin olacaktır. Çok ince dilimler hariç bütün etlerin pişmeden önce oda ısısına gelmesine izin verin. Kızartılacak et ne kadar büyükse buzdolabından o kadar erken çıkarın. Bir kaburganın saatlerce dışarda beklemesi gerekirken tavuğun iki saat dışarda kalması yeterlidir. Ancak amaç eti yumuşatmak ise birazcık bile bekletmek hiç bekletmemekten iyidir. Akşam yemeği için et yapacağınız zaman eti işten eve gelir gelmez dolaptan çıkarmayı (ve henüz tuzlamadıysanız, tuzlamayı) alışkanlık haline getirirseniz, zamanın pişirmenin bir kısmını fırından iyi yapabildiğini göreceksiniz.

Nasıl ki pişme süreci ocağın ateşiyle başlamıyor, ateş söndüğünde de sona ermez. Isının meydana getirdiği kimyasal tepkimeler bir ivme kazanır ve ateşi söndürdüğünüz anda durmazlar. Özellikle proteinler, yiyeceğin içine hapsolan ısı kalıntılarıyla **pişmeye devam etmeye** yatkındır. Kızarmış etlerin, kuşkonmaz gibi bazı sebzelerin, balıkların, kabuklu deniz ürünlerinin ve muhallebinin ısıdan uzaklaştırıldıktan sonra bir süre birkaç dereceyi koruyacaklarını bilerek hareket edin.

Isı yemeğin pişmesinden başka tadını da etkiler. Söz gelimi bazı tatlar sıcakken beynimizde haz tepkileri uyandırır.

Yiyeceğin en aromalı moleküllerinin çoğu **uçucu**dur, yani uçup havaya karışabilirler. Yiyeceğin soluyabileceğimiz aromatik molekülleri ne kadar çoksa, lezzetini o kadar çok algılarız. Isı diğer lezzet moleküllerinin hücre duvarlarını yıktıkça onlar da serbest kalarak bize lezzet sunarlar. Isı, uçuculuklarını arttırmak suretiyle daha çok aromatik molekülü serbest bırakarak çevreye daha iyi yayılmalarını sağlar. Bir tepsi damla çikolatalı sıcak kurabiyenin kokusu koca bir odayı doldurabilirken, henüz aromatik bileşenlerini tutmakta olan kurabiye hamurunun ne kokusu ne de tadı çekicidir.

Tatlı, acı ve umami lezzetler sıcakken daha yoğun olur ve beyne daha kuvvetli sinyaller gönderir. Bütün üniversite öğrencilerinin bildiği gibi bir bardak bira soğukken daha lezzetliyken oda sıcaklığında acılaşır. Buzdolabından bir lokma peynir alın. Tadı pek bir şeye benzemez. Peyniri oda sıcaklığına getirin. Isınırken yağ molekülleri gevşeyerek hapsolmuş lezzet bileşenlerini salacaktır. Peyniri tekrar tadın, daha önce ulaşamadığınız yeni lezzet boyutlarını algılayacaksınız. Meyve ve sebzeler de çeşitli ısılarda farklı tatlar verir. Domates gibi bazı meyvelerdeki uçucu bileşenler o kadar hassastır ki buzdolabının soğuğu onları bastırabilir – bu da domatesi oda sıcaklığında saklayıp yememiz için iyi bir sebeptir.

Yemeği çok sıcak değil ılık veya oda sıcaklığında servis etmenin de gerekçesi vardır. Araştırmacılar, aşırı ısının yiyeceğin lezzetinden zevk alma becerimizi sakatladığını öne sürüyorlar. Tat algısı bir yiyeceğin ısısı 35 °C'nin üzerine çıktığı zaman azalıyor. Makarna ve balık kızartması gibi bazı yiyecekler tavadan alındıktan hemen sonra servis edilmezse lezzetini biraz kaybederken, diğer çoğu yiyecek bu konuda daha affedicidir.

Yıllar içinde yemeklerde ılık ve oda ısısında yiyecekler servis etmeyi tercih eder oldum. Sıcak hiçbir şey servis etmediğiniz bir akşam yemeği vermeyi deneyin. Fırında veya ızgara marine edilmiş sebze; fırında dilimlenmiş et, tahıl, erişte veya bakliyat salatası, frittata ve haşlanmış yumurta hazırlayın. Böylelikle hem yemekler daha lezzetli olur hem de siz bir yandan misafirlerle diğer yandan da sufleyle ilgilenme stresinden kurtulmuş olursunuz.

Dumanın Lezzeti

Isının o ufak neticesi duman, yiyeceğe güçlü bir lezzet taşır. Dumanın lezzetinin çoğu aromasındadır ve bize atalarımızın yemek pişirme yöntemlerinden birini hatırlatır: Ateş üzerinde pişirme.

Gazlar, su buharı ve yanmaktan kaynaklanan küçük parçacıklardan meydana gelen duman, yanan odunun bir yan ürünüdür. Bu yüzden ben daha fazla zaman ve emek istese de gazdan ziyade canlı ateşin üzerinde ızgara yapmayı tercih ederim. Elinizde sadece gazlı ızgara varsa ve ızgara et ve sebzelerinize biraz tütsü tadı vermek istiyorsanız talaş kullanabilirsiniz – ben meşe, badem ve meyve ağaçlarının tadını severim. Tek kullanımlık bir alüminyum fırın tepsisinde iki avuç odun parçasını ıslatıp süzün ve üzerini folyoyla kaplayın. Dumanın çıkması için folyoda delikler açın. Bazı ocakları açın ama hepsini değil; tavayı yanmayan bir ocağın üzerine yerleştirin ve kapağını kapatın. İlk iştah açıcı duman şeritlerini yakaladığınızda pişirmeye başlayın. Et ve sebzelerinizi, esmerleşme de dâhil birçok kimyasal tepkimeden kaynaklanan tütsülü lezzetlerde yıkamak için kapağı kapatın. Isı, odun lezzetini dumanın harikulade lezzetlerine dönüştürür. Bunların arasında vanilya ve karanfilde bulunanlara benzer aromatik bileşenler de bulunur. Yiyecek dumana maruz kaldığında tat, meyveli, karamelli, çiçekli ve ekmeksi lezzet bileşenlerini emer. Göreceksiniz; gerçek odun dumanının lezzetiyle hiçbir şey kıyaslanamaz.



ISI KULLANIMI

İyi yemek yapmanın temelinde iyi karar verme yatar. Isıyla ilgili verilen ilk karar, yiyeceği *hafif ısıda yavaş* mı yoksa *yüksek ısıda hızlı* mı pişireceğinizdir. Kaç derece ısı uygulayacağınıza karar vermenin en kolay yolu, yumuşaklığı göz önünde bulundurmaktır. Bazı yemeklerde amaç yumuşaklık *yaratmak*, bazılarında ise mevcut yumuşaklığı *korumak*tır. Genelde zaten yumuşak olan yiyecekler – bazı etler, yumurta, narin sebzeler – yumuşaklıklarını koruyabilmeleri için mümkün olduğu kadar az pişirilmelidir. Sert veya kuru olan ve yumuşatılması veya nemlendirilmesi gereken – tahıllar ve nişastalı gıdalar, sert etler, sıkı sebzeler – gibi yiyecekler daha uzun ve daha nazik pişirme isterler. Yiyecek ister yumuşak ister sert olsun esmerleştirmede yoğun ısı kullanmak gerekeceği için, bazen yiyeceğin içiyle dışında farklı neticeler elde etmek adına pişirme yöntemlerini birleştirmeniz gerekir. Örneğin, etleri önce esmerleştirip sonra ağır ateşte kaynatın veya hash (patates ve kuşbaşı et veya kıymayla yapılan yemek) için patatesleri önce kaynatın sonra esmerleştirin. Bu şekilde iki yemekte de hem esmerleşmeyi hem de yumuşaklığı elde edebilirsiniz.

Fırın Hakkında Bir Not

Fırınlama, yani mutfaktaki en hassas iş, gücünü ısının en oynak kaynağından alır: Fırın. Yerdeki odun ateşiyle ısıtılan deliklerden ibaret olan ilk fırınlar olsun, günümüzün lüks gazlı modelleri olsun, insanlar hiçbir zaman tam olarak fırın ısısını kontrol edememiştir. Tek fark şu; fırınlar canlı ateşle yakılırken kimse bir düğmeyi çevirerek ısıyı kontrol edeceğine inanmıyordu. Zira gerçek şu ki zaten kimse kontrol edemez.

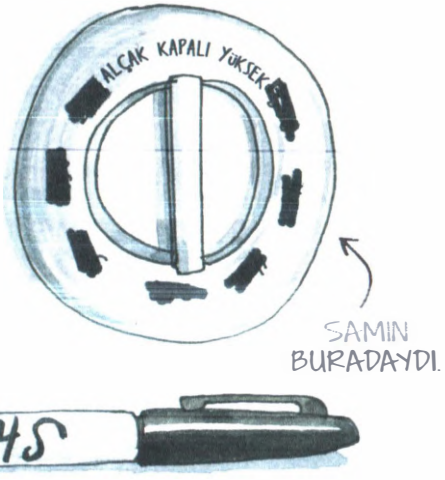
Sıradan bir ev fırınını 175 °C'ye ayarlarsanız ısıtma unsurları kapanana kadar ısı 185 °C'ye çıkacaktır. Termostatın hassasiyetine bağlı olarak ısı ısıtma unsuru tekrar açılana kadar 165 °C'ye düşecektir. Kurabiyeleri yoklamak için fırının kapağını açarsanız serin hava içeri dolarken sıcak hava dışarı kaçarak ısıyı daha da düşürecektir. Termostat harekete geçince ısı yeniden 185 °C'ye çıkacak ve kurabiyeler pişene kadar bu döngü böyle

devam edecektir. Fırının 175 °C'de geçirdiği zaman çok azdır. Hele de fırınınızın ayarı bozuksa, 175 °C aslında ısıtma devri daha başlamadan evvel 150 ila 200 °C arasında bir derece anlamına gelebilir. Bu akıl almaz ölçüde bir oynamadır.

Fırının bu rastgele tabiatı sizi yıldırmasın. Aksine, cesur olun: Fırının düğmesine güvenerek iş yapmayın. Yiyeceğin *nasıl* piştiğini gösteren duyusal ipuçlara dikkat etmek, rastgele dereceleri dikkate almaktan daha önemlidir. Ben bu anlayışı Eccolo'daki odun ateşli ızgarada ilk defa çalıştığımda benimsedim. İtalya ve diğer seyahatlerimden Kaliforniya'ya döndüğümde hâlâ genç bir aşçıydım. Devamlı kendimden şüphe duyduğum için, mutfakta birlikte çalıştığım aşçıların da benden şüphe duymalarını kolaylaştırıyordum. Hiçbiri ızgarayı çalıştırma konusunda çekingen davranmıyordu ama ben çok korkuyordum. Onlar benim bilmediğim neyi biliyorlardı?

Çoğu geceler meşe ve badem odunu ateşinin üzerinde şişe geçirilmiş tavuk pişirirdik. Benim birçok sorum vardı: Ateşi nerede yakacağımı nasıl anlayacaktım? Ne kadar ve ne zaman odun ekleyeceğimi nereden bilecektim? Ateşin çok mu harlı, çok mu az olduğunu ve tavukların ne zaman piştiklerini nasıl anlayacaktım? Benden herhangi bir kontrol düğmesi veya termostatı olmayan bu çılgın şeyin üzerinde bir şey pişirmemi nasıl beklerlerdi?

Sinir krizi geçirmek üzere olduğumu hisseden şef Christopher Lee, beni bir kenara çekip daha önce hiç şiş ızgarası kullanmamış olsam da aslında hazır olduğumu sabırla anlattı. Yıllarca yüzlerce tavuk kızartmamış mıydım? Fırında tavuk kızartmanın yaklaşık 70 dakika sürdüğünü bilmiyor muydum? Tavuğun buduna şişi batırdığımda berrak su çıkıyorsa tavuğun pişmiş olduğunu bilmiyor muydum? Biliyordum. Isının gazlı fırında olduğu gibi şiş çevirme ızgarasında da duvarlardan nasıl aksettiğini, tıpkı fırındaki gibi arkaların daha sıcak, ön tarafın daha soğuk olduğunu ve tavukları büyük siyah bir kutuda pişiriyormuş gibi düşünmeyi bana öğretti. Kısa süre sonra şiş kebabın göründüğü kadar karmaşık olmadığını anladım ve çabucak en sevdiğim pişirme şekli haline geldi.



Tıpkı benim şiş ızgarasında yaptığım gibi, fırın üzerindeki sahte kontrol hissini bırakın. Bunun yerine yemeğinizin nasıl piştiğine dikkat edin. Kabarıyor mu? Esmerleşiyor mu? Koyulaşıyor mu? Dumanı tütüyor mu? Köpürüyor mu? Yanıyor mu? Titriyor mu? Tarifleri okurken ısıları ve pişirme sürelerini sabit kurallardan ziyade kuvvetli tavsiyeler olarak düşünün. Saatinizi bir tarifin önerdiğinden birkaç dakika öncesine kurun, sonra da olup olmadığını anlamak için bütün duyularınızı kullanın. Yiyeceğinizde aradığınız özellikleri hiç aklınızdan çıkarmayın. Bunlara ulaşmak için devamlı ve gereğine göre ayarlamalar yapın. İyi yemek pişirme dediğimiz şey budur.

Yoğun Isıya Karşı Hafif Isı

Düşük ısıda yemek pişirmenin amacı daima aynıdır: Yumuşaklık. Nazik pişirme yöntemlerini hassas yiyeceklerin – söz gelimi yumurta, süt, balık ve kabuklu deniz ürünlerinin – nem ve hassas dokularını korumaları için uygulayın. Nazik ısıyla kuru ve sert yiyeceklerin nemli ve yumuşağa dönüşmelerine yardım edin. Yiyeceği esmerleştirmek istediğinizde **yoğun** ısı yöntemlerini kullanın (yine bir yoğun ısıyla pişirme yöntemi olan kaynatma hariç). Yoğun ısıda pişirme yöntemleri yumuşak etlere dikkatle uygulandığında, sonuç esmer bir yüzey ile nemli ve lezzetli bir iç kısım olur. Sert etler ve nişastalı yiyecekler için bu yöntemleri daha nazik yöntemlerle birleştirmek suretiyle dış yüzeyde arzu ettiğiniz esmerleşmeyi elde ederken, düşük ısıyla da iç kısmın yavaş yavaş pişmesini sağlayın.

Hafif Pişirme Yöntemleri

- Ağır Ateşte Kaynatma, Buğulama
- Buharda Pişirme
- Az Suda Haşlama ve Bol Suda Haşlama
- Konfit
- Terletme
- Benmari
- Düşük Isılı Fırında Pişirme ve Kurutma
- Yavaş Kızartma, Izgara ve Tütsüleme

Yoğun Pişirme Yöntemleri

- Şok Haşlama, Kaynatma ve Koyulaştırma
- Soteleme, Tavada Kızartma, Az yağda kızartma ve Bol yağda kızartma
- Mühürleme
- Izgarada Pişirme ve Kavurma
- Yüksek Isılı Fırında Pişirme
- Ekmek Kızartma
- Fırında Kızartma

Suyla Pişirme

Hafif Kaynayan Suda Pişirme (Simmering)

Kaynama noktası çok önemli bir mutfak işareti olduğundan, kaynamanın daima en dolaysız pişirme yöntemi olduğunu düşünürdüm: Yiyeceği fokurdayan suyun içine bırak, pişince de çıkar. Derken, mutfakta bir yıl geçirdikten sonra bir gün, yüzüncü tencere tavuk suyunun altını kısarak tıkırdamaya bırakırken kafamda bir ampul yandı: Konu yiyeceği sıvıda pişirmeye gelince, *yiyeceği haddeleme kaynayan suda pişirmek bir kuraldan ziyade istisnadır*.

Kaynatmanın sadece sebze, tahıl ve makarna pişirirken; sosu koyulaştırırken ve yumurtayı haşlarken gerekli olduğunu fark ettim. Bunun dışında ister canlı ateşin üzerinde ister ocakta ister fırında olsun, her şeyi – ama *her şeyi* – kaynama noktasına getirip sonra her yanını pişirmek için hızla hafif kaynama seviyesine getirebilirim. Hafif kaynayan su, fokurdayan sudan daha nazik olduğu için, hassas yiyecekleri parçalayacak kadar hırpalamayacaktır veya sert yiyecekleri içleri pişmeden dışları fazla pişecek kadar itip kakmayacaktır.

Bakliyat. Haşlama. Paella. Yasmin Pirinç. Tavuk Vindaloo. *Pozole*. Kinoa. Güveç. Risotto. Çili. Beşamel sos. Patates graten. Domates sosu. Tavuk suyu. Polenta. Yulaf lapası. Thai curry. Fark etmez – sıvıda pişen her şey için bu geçerli. Bu keşif benim hayatımı değiştirdi!

Kime sorduğunuza bağlı olarak, hafif kaynayan suyun ısısı 80 ila 96 °C arasındadır. Tencereye bakın – en sevdiğiniz maden suyu, bira veya şampanyanın bardağa yeni konduğunda fıkırdadığı gibi oynuyor mu? Öyleyse şerefe – hafif kaynıyor demek.

Soslar

Domates sosu, köri, sütlü et sosu ve *mole poblano* sosunu önce kaynama noktasına getirin, daha sonra iyice özleşmeleri için hafif kaynama noktasına indirin. *Ragù Bolognese* gibi sosları yapmak bütün gün*ünüzü alır*. Tava sosları veya Hint tereyağlı tavuğu gibi soslar ise çok daha hızlı pişmekle beraber işlem aynıdır.

Genel olarak, süt içeren sosları hafifçe kaynatmalısınız çünkü sütün içindeki bazı proteinler 80 °C'nin üzerindeki ısıda pıhtılaşarak topaklanmaya yol açabilir. Kremadan yapılan soslar ya çok az protein içerir ya da hiç içermezler; böylece pıhtılaşma riski ortadan kalkar. Beşamel veya hamur işi kreması gibi unlu soslar bu kuralın istisnasıdır, zira un pıhtılaşmaya

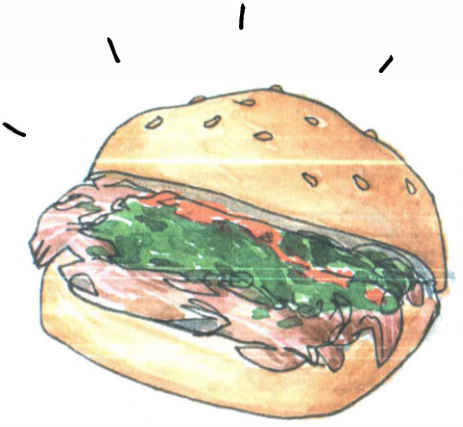
müdahale eder. Yine de sütle kremanın içindeki doğal şekerlerin kavrulmaya hevesli olduklarını unutmayın; yani bu soslar kaynamaya başladıklarında yanmayı önlemek için hafif kaynama seviyesine getirin ve sık sık karıştırın.

Etler

Haşlanmış ete eskiden burun kıvırırdım. Tabii bu Floransa, Mercato Centrale'deki sandviç büfesi Nerbone'yi keşfetmeden önceydi. Çarşıdaki en uzun yemek kuyruğu Nerbone'nin önünde olurdu, bu yüzden araştırmaya karar verdim. Kuyrukta beklerken önümdeki herkes sipariş verirken kulak kabartarak sözcüklerini deşifre etmeye çalıştım. Makarna ve ana yemeklerle dolu bir öğle yemeği menüsü olmasına rağmen herkes onu göz ardı ederek *panini bolliti* sipariş ediyordu. *Panini bolliti,* çili yağı ve otlu salsa verde sosuyla çeşnilendirilmiş haşlanmış etli sandviçti.

Sıra bana geldiğinde İtalyanca olarak siparişimi özenle verdim: "*Un panino bollito con tutte due le salse.*" Her iki sosla birlikte haşlanmış et sandviçi. İtalya'ya geleli bir hafta olmamıştı ama gelmeden önce epey İtalyanca çalışmıştım. Dili kavradığımı düşünüyordum. Tezgâhtaki adam bana Toskana aksanıyla bir şey söylediğinde dondum kaldım. Ne dediğini anlamadığımı kabul etmek istemedim. Hararetle başımı sallayıp kasaya ücreti ödedim. Adam bana sandviçimi verdi, ben de alıp çarşının merdivenlerine oturdum. Adamın diğerlerine kestiğini gördüğüm yumuşak, lezzetli döşü tatmayı bekleyerek bir lokma ısırdım, ama bendeki o değildi. Benimki hiç iyi değildi, ama sorunun ne olduğunu bilmiyordum. Eğer bu gerçekten döşse kesinlikle yediğim en tuhaf döştü. İnsanlar bu tuhaf dokulu, lezzetsiz şeyi yemek için nasıl sıraya girerdi? Kısa bir paniklemenin ardından kendimi çiğnemeye ve yutmaya zorladım. Geri gidip sandviç standının etrafında dolaşarak yazıları inceledim. Nihayet tezgahtaki adamın bana döşün bittiğini söylemeye çalıştığını anladım. Elinde sadece Floransa spesiyali *lampredotto* kalmıştı. Başımı hararetle sallayarak döş yerine işkembe alabileceğimi belirtmiştim. Daha önce işkembeden hoşlanmasam da – daha sonra da hiç hoşlanmadım – kendimi zorlayarak sandviçi bitirdim. Benim damak zevkime tam olarak uymuyor olabilirdi ama yediğim en yumuşak etti. Nerbone'ye bir dahaki gidişimde öğle yemeği kalabalığına kalmamak için erkenden oradaydım. Döş sandviç yediklerimin en iyisiydi. Nihayet, dil becerilerim geliştiğinde tezgâhtara eti nasıl bu kadar yumuşak ve nemli yaptığını sordum. Bana şaşırarak baktı. "*È semplice. Arrivo ogni mattina alle sei e lo cuoco a fuoco lento*— Çok basit. Her sabah altıda kalkıp hafif ısıda kaynatıyorum."

Sonra da ekledi: "*L'acqua non dovrebbe bollire mai* — Su asla fokur fokur kaynamamalı."



NERBONE BOLLITO PANINO

Haklıydı – "Tuzlu suda hafifçe kaynatın" ifadesinden daha açık bir et tarifi yok. Bu kadar basit bir hazırlık, egzotik ve iştah açıcı garnitürlere bolca yer bırakır. İşin güzelliği de burada. Vietnam'ın berrak çorba örneği tavuk erişte çorbası ***Pho Gà***'nın yanına taze soğan, nane, kişniş, çili ve lime gibi birçok garnitür pek yakışır.

Birçok bağ dokusuna sahip et parçaları, örneğin tavuk budu ve göğüs eti, hafif ısıda kaynatmaya çok elverişlidir çünkü su ve hafif ısı, etin dışını kurutmaksızın kolajeni zaman içinde jelatine çevirir. En lezzetli eti elde edebilmek için tuzlanmış, kaynayan suyun içine koyup sonra da kısık ateşte kaynatın. Lezzetli et *ve* et suyu için suyu hafifçe kaynatmayla başlayın. Birkaç aroma verici yiyecek ekleyin – yarım soğan, birkaç diş sarımsak, defne yaprakları veya bir kuru çili biber – bunun dışında karatahtayı boş bırakın. Bütün hafta boyunca **Lezzet Dünyası**'na (bkz. sf. 194) başvurarak eti her gece farklı bir yemek haline getirin. Etin piştiğini nasıl anlayacaksınız? Et pişmişse kemiklerden ayrılır; kemiksizse ağız sulandıracak kadar yumuşak olur.

Nişastalar

Nişastalı karbonhidratlar, sert kabuklarını döven ve suyun içeri girmesini sağlayan hafif ısıda kaynatma yöntemine müsaittir. Patates, bakliyat, pirinç ve her türlü tahılı hafifçe kaynatarak, içlerine yeterince su çekip yumuşamalarını sağlayın.

Kaynamış ette olduğu gibi, tüm nişastalıların tadını iştah açıcı bir sıvıda hafifçe kaynatma suretiyle arttırabilirsiniz. Pirinci yağı alınmamış tavuk suyunda pişirin, tıpkı Taylandlı aşçıların *khao man gai*'da yaptıkları gibi. Böylelikle sıradan bir pirinç, yeşillik ve yumurta yemeğine biraz et tadı katmış olursunuz. Büyük annemle büyük babam beni İran'ın kuzeyindeki köylerinin arkasında yükselen dağlara götürdüklerinde, her sabah kahvaltıda halîm yemeyi dört gözle beklerdim. Et suyunda veya sütte beraberce hafifçe kaynayan bu doyurucu, besleyici buğday, yulaf ve hindi lapası dağ ayazında beni ısıtırdı.

Polenta, yulaf tanesi ve yulaf ezmesi de dâhil olmak üzere lapalar bu tema üzerine çeşitlemelerdir – bu nişastaları su, süt veya yoğurtun üzerinde biriken berrak su olan peynir altı suyu içinde yumuşayana kadar hafifçe kaynatın. Çok nişastalı olduklarından yanmamaları için sık sık karıştırmalısınız.



POŞE



HAFİFÇE KAYNATMA



KAYNATMA

Risotto, paella ve *fideus* da aynı şekilde tepki verir. Dağılmadan epey su emebilen bir çeşit olan arborio pirinciyle risotto yapın. Yağda soğanları kavurup pirinçleri esmerleştirdikten sonra şarap, et suyu veya domates gibi lezzetli sıvılar ilave edin. Tencere hafif tıkırdarken pirinç lezzetli sıvıyı emer ve nişastasını bırakır. Pişirme sıvısı ne kadar lezzetli pişmişse, yemeğiniz de o kadar lezzetli olur. Yine İspanya'dan benzer bir yemek olan *fideus*, pirinç yerine kavrulmuş erişteyle yapılır. Paella da lezzetli bir et suyunu emen susamış bir nişasta fikrine dayanır. Paella, geleneksel olarak pişirilirken karıştırılmaz; bunun sonucu olarak tencerenin dibinde kıtır pirinç taneleri yani *soccorat* meydana gelir.

Makarna da lezzetli sıvıları emer. ***Pasta alle Vongole*** için verdiğim tarifte izah ettiğim gibi, en sevdiğim numaralardan biri erişteleri kaynayan sudan bir iki dakika önce alıp, pişmelerini hafifçe kaynayan sos içinde tamamlatmaktır. Erişteler bu şekilde sola bir bütün haline geliyor – çünkü makarna pişerken nişastasını koyuverip sıvıyı içine çeker. Sonuç olarak, sos makarnanın nişastasını emerek koyulaşır; makarna da sosun lezzetini içine çeker. Bundan daha güzel bir şey olamaz.

Sebzeler

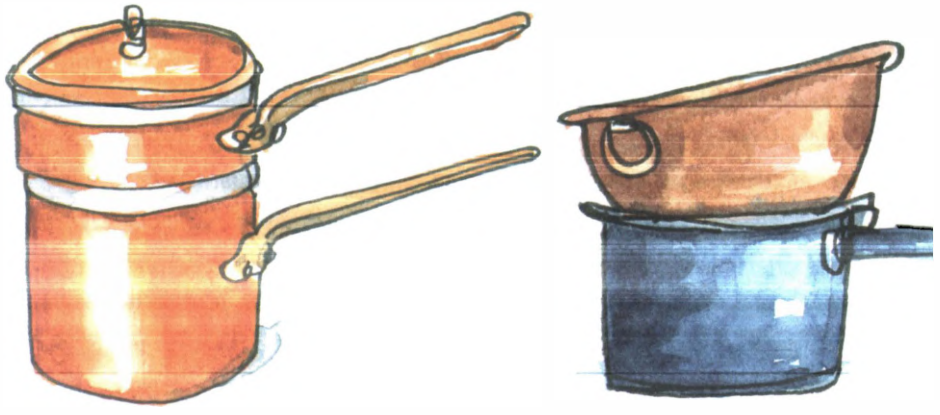
Yenilebilir hale gelmesi için uzun süre pişmesi gereken lifli veya sert sebzeleri – özellikle selüloz içerenleri – hafif ısıda kaynatın. Kerevize ve enginarı (ve onun kuzeni yabanenginarı) kaynatmaktan kaçının, zira bu sebzeler dağılırlar. Zeytinyağı, sirke ve aromatiklerle canlandırdığınız suda veya şarapta hafifçe kaynatarak *à la grecque* pişirin.

Kaynama Noktasının Hemen Altında Pişirme Yöntemleri: Temassız Poşe (Coddling) ve Poşe (Poaching)

Hafif ateşte kaynatma (simmering) suyu bir kadeh şaraba benziyorsa, kaynatmadan pişirme suyu önceki gece kadehe koyduğunuz ama (nasıl olduysa!) içmeyi unuttuğunuz şampanyaya benzer. Suyun **ağır ağır kaynatmakta** kullanılan aşırı hafif ısısı, narin proteinler – yumurta, balık, kabuklu deniz ürünleri ve yumuşak etler – için çok uygundur. Su, şarap, zeytinyağı veya bu üçünün herhangi bir kombinasyonunda ağır ağır kaynayan balık, pişti-ğinde son derece yumuşak bir doku ve temiz bir lezzet elde edecektir. Ağır ateşte kaynayan yumurta; bir ekmeği, salatayı veya çorbayı yemeğe çevirecektir. Yumurtaları domates sosunun içinde pişirirseniz sevilen Kuzey Afrika yemeği şakşuka olur. Biraz kötü bir ismi olan İtalyan versiyonu *uova al purgatorio* (arafta yumurta) için ise, makarnadan kalan marinara sosunu bol Parmesan veya pecorino Romano peyniri ile süsleyebilirsiniz. İkisi de günün her saati yenebilecek şahane yemeklerdir.

Benmari

Benmari (bain-marie), yani Fransızca su banyosu, krema, ekmek tatlısı ve sufle pişirirken ve çikolata eritmek gibi hassas işlerle uğraşırken hata yapma ihtimalini azaltmaya yardımcı olur. Birkaç saniyelik dalgınlığın ipeksi ile topaklı arasındaki fark anlamına gelebileceği bu değişken yemeklerde su banyolarından faydalanabilirsiniz.



Benmari veya su banyosu, genellikle fırında ısıyı ayarlamak için kullanılır; fırının ısısı 175 °C olsa bile, banyonun ısısı suyun kaynama noktası olan 100 °C'yi geçmeyecektir. Ancak kremayı fazla pişirirseniz veya fırını kapattıktan sonra daha ne kadar ısınacağını yanlış hesaplarsanız, sonuçta topaklı bir *pot de crème*, katı *crème caramel* veya *çatlamış cheesecake* elde edebilirsiniz. Arta kalan ısının yumurta proteinleri soğuduktan sonra bile koyulaşmayı devam ettireceğini aklınızdan çıkarmayın: Krema çeşitlerini *fırından ve su banyosundan* erkenden *çıkarın. Bir keresinde hâlâ titreyen cheesecake'imi fırında*n *çıkar*mıştım. Tezgâhın üzerinde soğurken o kadar güzel görünüyordu ki bir bahane bulup devamlı önünden geçerek kontrol ediyordum. Yirminci kez mutfağa uğradığımda – yaklaşık dört saat sonra – orta yerinde fazla pişirdiğimin kanıtı olarak kocaman bir çatlak belirmişti. Fırından çıktıktan sonra devam eden sıcaklığı hesaba katmamıştım; demek ki titreme yeterince titrek değilmiş!

Fırında benmari usulü pişirmek için krema bazını hazırlarken çaydanlıkta suyu kaynatın. Tel rafınız varsa boş – tercihen metal – bir fırın tepsisinin içine yerleştirip, üzerine küçük kâselerinizi veya kek tepsisini koyun ve kremayı bunlara dökün. Tel rafınız yoksa da olur ama bu sefer kremalarınızı kontrol ederken biraz daha ihtiyatlı davranmanız gerekir. Tavayı dikkatlice götürün. Hızlıca fırının kapağını açıp tavayı kısmen rafın üzerine yerleştirin ve kâselerin kenarlarının üçte birini kapatacak kadar kaynar su dökün. Tavayı fırının içine itin, kapağı kapatın ve saat kurun. Fırındaki kremanın pişip pişmediğini kenarına hafifçe vurduğumuzda hafifçe titremesinden ama ortasının artık sıvı olmayışından anlarız. Tavayı fırından çıkardıktan sonra kaseleri dikkatli bir şekilde sudan alın.

Ocakta hafif ısı için, kaynar sudan ziyade buharla ısınan biraz daha farklı bir benmari türü kullanın. İkili tencere denen tertibata ihtiyacınız yok; yumurta ve sütü oda sıcaklığına getirmek, çikolata eritmek, béarnaise ve hollandaise gibi bazı yumurtalı sosları veya klasik ocak kreması *sabayon* yapmak için bir tencere hafifçe kaynayan suyun üzerine geniş bir kâse koyabilirsiniz. Benmarinin ısısı kremayı fırında nasıl koruyorsa ateşin üstünde de koruyacaktır.

Benmarinin nazik ısısı; patates püresi, kremalı çorba, sıcak çikolata ve et suyu gibi nişastalı veya değişken yapılı yiyecekleri yakmadan sıcak tutmak için de kullanılabilir.

Yahni – Bol Suda Haşlama (Stewing) ve Esmerleştirme Sonrası Az Suda Haşlama (Braising)

Yirminci yüzyıl şairi Mark Strand, "Etli Güveç (Pot Roast)" adlı şiirinde haşlama etlerde zaman-lezzet sürekliliğine değiniyor. Tabağındaki haşlanmış dana eti dilimlerini ağzı sulanarak inceleyip, "Ve bir kere olsun üzülmedim / zamanın geçmesine," diyor.

Şiiri okuduğumda, yumuşak etin fırından çıkmasını saatlerce bekleyen şairin nasıl hissettiğini çok iyi anladım. Gerçekten de iyi bir haşlamanın anahtarı zamandır. Yemek pişirmeye – veya herhangi bir işe – ayrılan zaman bazı insanları işten soğutabilir; oysa haşlama bizden az bir emek ister ama büyük neticeler için yatırım niteliğindedir.

Büyükannemin iştah açıcı *horeş*'leriyle gösterdiği gibi; su ve tabii ki hafif ısının yanında, haşlama esnasında sert etlerdeki bağ dokularını jelatini çevirerek eti yumuşak, nefis ve nemli yapan faktör, *zaman*dır. İki yöntem arasındaki fark çok küçüktür: Az suyla pişirilen etler büyük parçalıyken, yahnilerde yani bol suda pişirilen daha küçük et parçaları sebzeyle beraber pişirilir ve suyuyla servis edilir. Yeşillikler, sıkı sebzeler, çekirdekli meyveler ve tofu da az suda güzel haşlanır.

Chez Panisse'deki şefler olarak, bütün hayvanlar satın alıp sert ve sinirli parçalarının hepsini kullanmanın yaratıcı yollarından istifade ediyorduk. Bazısını kurutuyor, bazısını çekip sosis yapıyor, gerisini ise az suda ve bol suda haşlıyorduk. Aşçıların birkaç demir döküm tavası çıkarıp orta ateşin üzerinde ısıtışlarını, sonra tavaya bir miktar nötral zeytinyağı ekleyip büyük dana, kuzu etlerini koyup esmerleştirmeye başlayışlarını aylarca huşuyla seyrettim. Onca farklı tavayı, onca farklı eti nasıl takip edebiliyorlardı? Nasıl oluyordu da pişmekte olan altı tava ete sırtlarını dönerek, soğan, sarımsak, havuç ve kereviz gibi aromatik lezzet malzemeleri soyup doğrayabiliyorlardı? Ocağı hangi ısıda açacaklarını ve etin pişmesinin ne kadar süreceğini nereden biliyorlardı? Dahası ben ne zaman deneyebilecektim?

Epey sonra öğrendim ki ağır ateşte ve az suda yapılan haşlamaları heba etmenin imkânı yok. Geri dönüp on dokuz yaşındaki halime rahat olmasını söyleyebilseydim öyle yapardım. Sonra da kendimi az suda veya bol suda haşlamayı hazırlamanın ve pişirmenin birkaç önemli noktasında gezintiye çıkarırdım.

Dünyanın bütün mutfakları, kıkırdaklı, kemikli ve sinirli etlerle lezzetli haşlamalar yapmanın yollarını bulmuştur. İtalyan *ooso buco*, Japon *nikujaga* ve Hint kuzu köri, Fransız *boeuf bourguignon* ve Bay Strand'ın tencere rostosu bunlardan birkaçıdır. Kullanmak istediğiniz sebze ve otları belirlemek için dünya aromatik lezzet malzemeleri çarkını kullanın ve lezzet vericilerinizi seçmek için **Lezzet Dünyası**'na danışın.

Bu tür uzun pişen yemekleri, çeşitli lezzetlerin *ahengi* için birer fırsat olarak düşünün. Her adımda yemeğe en fazla lezzeti nasıl katacağınıza ve her malzemeden en derin lezzeti nasıl elde edeceğinize kafa yorun. Az ve bol suda haşlamanın ilkelerini tüm sert etlere uygulayın. Lezzeti korumak için mümkünse eti kemik üzerinde ve büyük parçalar halinde bırakın. Ayrıca tuzun eti içeriden lezzetlendirme görevini tamamlaması için eti önceden tuzlayın.

Sıra pişirmeye geldiğinde tavayı orta ateşte ısıtın, içine ince bir kat nötral yağ dökün ve et parçalarını dikkatlice yerleştirin. Buharın dışarı çıkması ve etin her yerinin eşit esmerleşmesi için parçaların birbirine değmemesine dikkat edin. Sonra da bir zamanlar benim yapmakta çok zorlandığım şeyi yapın; ocağın yanından uzaklaşın. Güzel ve eşit esmerleşmenin sırrı devamlı ısı ve sabırdır. Eti çok sık hareket ettirir veya altına bakmak için ikide bir kaldırırsanız esmerleşmesi aşırı uzun sürecektir. Bu dürtünüze hâkim olun; bunun yerine aromatik lezzet malzemeleriniz üzerinde çalışın.

Ayrı bir tavada veya belki eti haşlamayı düşündüğünüz kalın ve kapalı tavada sebzelerinizi pişirip hafif esmerleştirerek lezzet oluşturmaya koyulun. Zencefil ve kişnişle uğraşmak istemiyorsanız, bir kuru soğan ve bir iki diş sarımsakla da yetinebilirsiniz. Sebzeler pişerken eti kontrol edin, parçaların altını üstüne çevirerek ve tavayı döndürerek etlerin her yerinin eşit esmerleşmesini sağlayın. Eğer etten kavrulmaktan ziyade kızarmasına yol açacak kadar yağ çıkıyorsa, eti tavadan alın ve tavadaki sıcak yağın birazını dikkatlice metal bir kâseye döküp kenara koyun. Eti tavaya yeniden koyun ve her yanını esmerleştirmeye devam edin. Bir parça dana etinin her yanını esmerleştirmek yaklaşık on beş dakikanızı alabilir. Bu adımı aceleye getirmeyin – etin Maillard tepkimesinin ağız sulandıran faydalarının tamamını kazanmasına izin verin.

Eti esmerleştirdikten sonra fazla yağların hepsini atıp tavanın dibine yapışan parçaları, su veya et suyu gibi tercih ettiğiniz bir sıvının içinde sulandırın. Unutmayın, tam bu anda yemeğe bir pişirme asidi ekleyebilirsiniz, örneğin şarap veya bira. Bir tahta kaşık ve kol gücü kullanarak tavaya yapışan bütün lezzetli esmer parçaları ayırıp haşlama tavasına ekleyin. Sebzelerle otları tavanın dibine döşeyip üzerine eti yerleştirin – burada tek kat halinde olmaları şartıyla etlerin birbirine değmelerinde sakınca yok çünkü artık esmerleştirmeyle işimiz bitti sonra sulandırmak için su ekleyin. Etin üçte birini veya yarısını kapatacak kadar su ilave edin – daha fazla koyarsanız haşlamadan ziyade poşe yapmış olursunuz. Tencerenin üzerini bir kapakla veya pişirme kâğıdı ve folyoyla kapatın ve kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca tıkırdaması için ateşi kısın. Ocağın üstünde bu işlem kolaydır ama fırında ısıyı önce yükseltip (220 °C ve üzeri) sonra orta-düşük dereceye (135 ila 175 °C) düşürmek gerekir. Isı ne kadar düşük olursa, haşlama süresi o kadar uzayacaktır ama etin

kuruma ihtimali de düşük olacaktır. Eğer sıvı fokurdarsa kapağı hafif aralayın veya folyoyu kenardan biraz yırtın ki tavanın içindeki ısı azalsın.

Yine burada da işin sırrı sabır, ancak bunun rahatlığı pasif pişirme zamanı olmasıdır. Yemeği zaman zaman yoklayıp kapağının aralık olduğundan ve yemeğin hafifçe tıkırdadığından emin olduğunuz müddetçe başka işlerinizi görmeye devam edebilirsiniz. Haşlama yapmak, her şeyi hazırlayıp ocağa (veya herhangi bir sürekli ve hafif ısı kaynağına) koymaktan ibarettir. Ondan sonra rahat nefes alabilirsiniz.

Etin piştiğini nasıl mı anlarsınız? Aynı şeyi ben de on dokuz yaşında Chez Panisse mutfağında çalışırken merak ederdim. Ne var ki, kısa zamanda etin en hafif bir dokunuşla kemikten ayrılması gerektiğini anladım. Kemiksiz haşlamalarda ise et çatala yumuşak gelmelidir. Tencereyi ateşten alıp soğuttuktan sonra pişirme sıvısını süzün. Sıvının içindeki katı parçaları bir gıda öğütücüden geçirerek daha koyu bir sos elde edin ve tuz eklemeden önce lezzeti arttırmak için koyulaştırmak isteyip istemediğinize karar verin.

Bu teknikler yemeği önden hazırlamak için idealdir. Yahni ve az suda haşlama yapımında zaman önemli bir rol oynar; bir iki günlük dinlenme pişen yemeğin lezzetini arttırır. Aşçıyı son dakika işlerinden kurtardığı için bu tür yemekler yemek davetleri için idealdir. Sonrasında arta kalan yiyeceği dondurmanız da mümkündür. Az suda haşlama, basit tekniği sayesinde üstün lezzetli yiyeceğe giden en zahmetsiz yol olabilir.

BRAISE

1. TUZ

TUZLAYIN yani ÖNCEDEN ÇEŞNİLENDİRİN

(İDEAL OLARAK) DÜN*



HER YERİNİ BOLCA TUZLAYIN
ve BİR GECE BEKLETİN

*veya EN AZINDAN 30 dakika - 3 SAAT BEKLETİN

NE KADAR UZUN BEKLERSE O KADAR İYİ.

2 ESMERLEŞTİRİN

BUGÜN

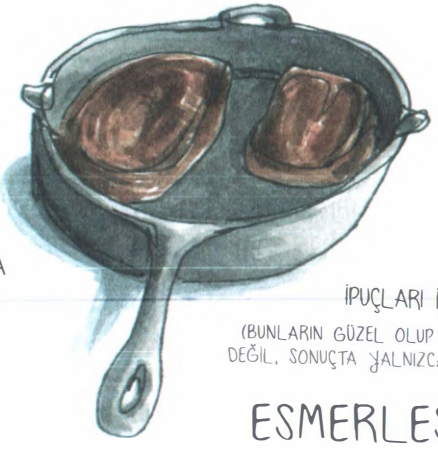
TAVAYI ORTA-YÜKSEK ATEŞTE ISITIN.

2A. ET

ETİN HER YANINI ESMERLEŞTİRİN - ETLERİN ARASI NE KADAR AÇIK OLURSA O KADAR ESMER OLURLAR ETİ KENARA ALIN, YAĞINI SÜZÜN.

SICAK TAVAYI (ASİDİK) SIVI ile SULANDIRIN

("ASİT" DÜNYASI"NA DANIŞIN) ve SIVIYI KENARA ALIN.



2B. AROMATİKLER

YANİ LEZZET ARTTIRICILAR



İPUÇLARI İÇİN BAHARAT ÇARKI'NA & AROMATİK TABLOSU'NA BAKIN.

(BUNLARIN GÜZEL OLUP OLMAMASI ÖNEMLİ DEĞİL, SONUÇTA YALNIZCA SİZ GÖRECEKSİNİZ)

ESMERLEŞTİRİN ve PİŞİRİN

3. İNŞA EDİN

MALZEMELERİ TAVAYA YERLEŞTİRİN

SIVI** — SULANDIRMA SIVISINI AKTI — İHTİYAÇ OLURSA SU VE ET SUYU KULLANIN

ET — 2A'YA BAKIN.

AROMATİKLER — 2B'YE BAKIN

OTLAR — YAKMAK İSTEMEYECEĞİNİZ LEZZET DOLU ŞEYLER

* BUNUN BİR TAVA, TENCERE VS. OLDUĞUNU FARZ EDİN

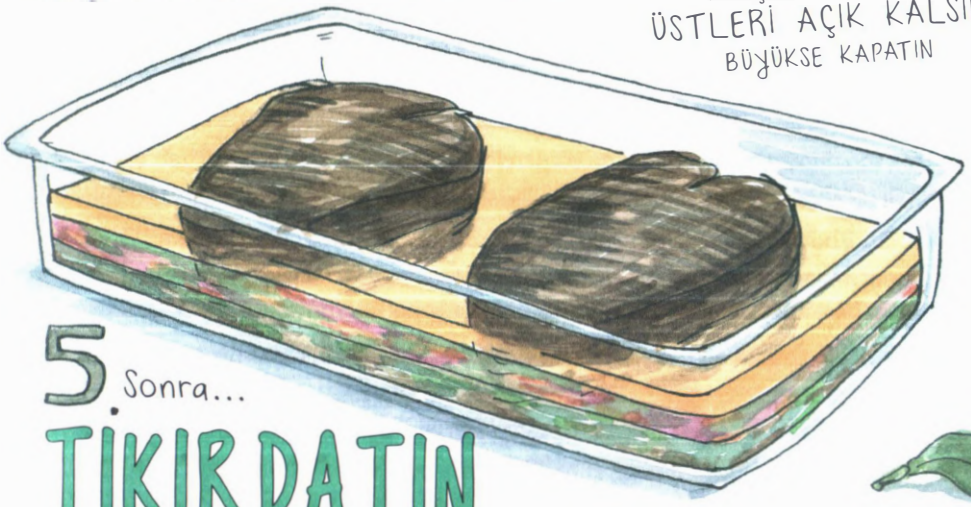
** SIVI ETİN ÜÇTE BİRLİK KISMINI KAPATMALI



4. KAYNATIN

FIRINA KOYUP
ISIYI YÜKSELTİN.

PARÇALAR KÜÇÜKSE
ÜSTLERİ AÇIK KALSIN.
BÜYÜKSE KAPATIN



5. Sonra... TIKIRDATIN



DÜŞÜK ISIDA HAFİF KAYNATIN ve BEKLEMEYE HAZIRLANIN.
(SABRIN SONU SELAMETTİR)



SONRA...
ET KEMİKLERDEN AYRILMAYA
veya PARMAĞINIZLA DOKUNDUĞUNUZDA
DAĞILMAYA BAŞLAYINCA SOSU HAZIRLAYIN.

6. SERVİS EDİN...

BUNA İHTİYACINIZ
OLMAYACAK AMA NEYSE



Şok Haşlama ve Kaynatma

Şok haşlama, kaynatmanın bir başka adıdır; ikisinde de önemli olan suyu *kaynar durumda* tutmaktır. Tuz bölümünde yiyeceklerin her tarafının pişmesi için tuzlu dalgaların içinde kaynatılırken nasıl hoplaması gerektiğini anlatmıştım.

Çok az suya çok fazla yiyecek koyarsanız tencerenin ısısı hızla düşer. Fokurdayarak kaynayan sıvı durgunlaşır. Makarna yumruk gibi olur. **İran Usulü Pilav** için kullanılan Basmati pirinç yapışır. Kalem inceliğindeki kuşkonmazlar tencerenin dibinde toplanarak dengesiz pişer. Bir yiyeceğin hakkını vermek için ihtiyacı olduğunu düşündüğünüzün iki katı kadar su kullanarak suyu fokurdama derecesine getirin.

Sebzeler

Kaynatma son derece etkili bir pişirme yöntemidir; taze sebzelerin tadını korumak için mükemmel bir seçenektir. Isı iç hücre duvarlarını yıkana ve şekerlerini salana kadar sebzeleri kaynatın; böylece nişastalar şekere dönüşerek tatlılık meydana getirecektir. Öte yandan, canlı renkleri solacak ve hücre duvarları tamamen yıkılacak kadar pişirirseniz püreye dönerler. Sebzeleri zamanınız kısıtlı olduğunda veya temiz lezzet aradığınızda kaynatın. Her gün şalgam, patates, havuç ve brokoli gibi sebzeleri kaynatın ve iyi zeytinyağıyla ve pul tuzla süsleyin. Saf sadeliklerinden hoşlanacaksınız.

Bazı şefler şok haşladıkları sebzeleri buzlu su banyosuna yatırmakta ısrar ederken, ben genellikle böyle yapmıyorum. Bir sebze suyun içinde ne kadar az vakit geçirirse, besin ve minerallerini o kadar az kaybeder. Buzlu suyla uğraşmak yerine sebzelerinizi biraz daha az pişirin; ateşten aldıktan sonra bir müddet daha pişmeye devam edeceğini unutmayın.

Yıllar içinde kuşkonmaz ve taze fasulye gibi su içeriği fazla olan sebzelerin, ısıyı daha az sulu olanlara göre daha uzun süre koruduklarını anladım. Bu tür sebzeleri tencereden tam pişmeden alın. Havuç ve kırmızı pancar gibi kök sebzeler ise yalvarsanız dahi bunu yapmazlar, o yüzden onları iyice yumuşayana kadar kaynatın. Sebzelerin pişmesini durdurmak için tepsiye yayıp buzdolabına veya buz tutmuş balkona koyabilirsiniz.

Sebzeyi kaynayan sudan alma zamanının gelip gelmediğini anlamanın tek yolu tadına bakmaktır, hem de hiç vakit kaybetmeden. Kaynayan suya herhangi bir şey eklemeden önce süzgecinizi ve bir havlu ya da bezi hazırlayın. Sıcak sebzeleri bir kâseye yığmak yerine bir fırın kâğıdının üzerine yayarak fazla pişmelerini önleyin.

Mutfakta zamandan tasarruf etmek için şok haşlamayı diğer pişirme yöntemleriyle

birleştirebilirsiniz. Kara lahana gibi sert yeşillikleri yumuşayana kadar haşlayın, sonra sularını sıkıp doğrayın ve soteleyin. İtalya'da her şarküteride şok haşlanmış yeşillik topları bulmak mümkündür; her *mamma* (anne) eve bu sebzelerden alıp sarımsak ve acı biberle sote yapar. Karnabahar, havuç ve rezene gibi sıkı sebzeleri pazar gününden kısmen haşlayın; hafta içinde zaman kaybetmeden tavada veya fırında yeniden ısıtıp esmerleştirmek için elinizin altında bulunması güzel olur.

Şok haşlama aynı zamanda bakla, domates, biber ve şeftali gibi yapışık kabuklu sebze ve meyvenin kabuklarını ayırmada kullanılabilir. Bunları otuz saniye – veya kabukları gevşeyene – kadar kaynatın, sonrasında daha fazla pişmelerini önlemek için buz banyosuna daldırın. Kabukları kendiliğinden ayrılacaktır.

Erişte ve Tahıllar

Buğday unuyla yapılan erişte (veya noodle, makarna, ramen, bakmi, udon vs.) fokurdayan suda kaynatılmalıdır çünkü ancak bu şekilde eşit bir şekilde pişer.

Fokurdama, erişlerin hareket ederken nişastalarını bırakarak birbirlerine yapışmalarını önler. Arpa, pirinç, farro ve kinoa gibi tam tahılları pişirirken, makarnada yapacağınız gibi tamamen yumuşayıncaya kadar kaynatın. Süzüp bir garnitür olarak servis edin veya soğumaları için yayın, sonra az zeytinyağı ilave edip çorba ve tahıl salatalarına ekleyin veya daha sonra kullanmak üzere iki aya kadar dondurucuda saklayın.

Çeşitli yiyeceklerin pişirme zamanlarını öğrendikten sonra çeşitli malzemeleri tek bir tencerede kademe kademe kaynatarak zamandan ve tencereden tasarruf edersiniz. Makarnanın tamamen pişmesi için birkaç dakika kalmışken brokoli veya karnabaharın çiçeklerinden minik parçalar, doğranmış kara lahana veya şalgam yapraklarını tencereye atın. Narin bezelye, ince kuşkonmaz dilimleri veya taze fasulyenin ise pişmesi için doksan saniye yeterlidir, o yüzden onları tenceredeki suyu süzmeden hemen önce ilave edin ve pişip pişmediklerini tadarak kontrol edin.

Koyulaştırma

Sosları, et/sebze sularını ve çorbaları devamlı kaynama halinde bırakarak lezzetlerini ve kıvamlarını arttırın. Su buharlaşırken tuz ve diğer çeşnilerin buharlaşmadıklarını unutmayın, bu yüzden koyulaştıracağınız yemekleri fazla çeşnilendirmekten kaçının. Hata payını arttırmak için dikkatle çeşnilendirin – sos kıvamını bulduktan sonra da tuzu ayarlayabilirsiniz.

Uzun uzadıya fokur fokur kaynatma, temiz sos ve çorbaların yüzeyi sıyrılıp alınmazsa emülsifiye olmasına yol açabilir; o yüzden sos ve çorbalarınızı ocağa koymadan önce üzerlerindeki yağı alın. Yahut da tavayı ocağın üzerinde bir saniyeliğine yana kaydırın – tavanın bir yanı sakinleşip soğurken kaynama hareketi bütün yağ ve köpüğü tavanın kenarında biriktirecektir. Yağı bir kaşıkla alın, tavayı yeniden ocağın ortasına getirin ve kaynatmaya devam edin.

Son olarak, koyulaştırma işlemi yiyeceği pişirmeye devam ederek, tadını derinleştirip değiştirir. Yüzey alanı arttıkça – yani daha geniş ve sığ bir tava kullanırsanız – koyulaşma hızlanır. Koyulaştırdığınız sıvının miktarı 7-8 cm'yi aşıyorsa onu birkaç sığ tavaya bölün, böylece buhar daha kolay dışarı çıkmasını sağlayacaktır; siz de tatların hızlıca değişmesini önlemiş olacaksınız. İkinci bir tava kullanmak da harika bir zaman tasarrufudur. Bir arkadaşımın annesi Noel Arifesi yemeğini yetiştirememekten şikâyet ediyordu, ben de ona bu hileyi öğrettim. Et suyunu koyulaştırması o kadar uzun sürüyordu ki o olana kadar yiyeceğin geri kalan kısmı soğuyordu. Sosa 2 ölçü krema eklemek zorunda olduğunu, hepsini ikinci kez koyulaştırmak zorunda olduğunu fark edince yıkıldı. Tam o anda başımı mutfağa uzatıp yardım edebilir miyim diye baktım. Sorunun ne olduğunu anlayınca arkadaşımın annesine endişe etmemesini söyledim. İki tane daha sığ tava alıp birine koyulaşmaktaki sosun yarısını, diğerine de kremayı döktüm ve hepsini tam gaz kaynatmaya başladım. On dakika sonra sosumuz hazırdı ve biz yemeğe oturmuştuk.

Buharda Pişirme

Bir tava, tencere veya kaba sıkışan **buhar**, yiyeceğin pişmesini sağlarken lezzetini de korur. Fırında buharlama için en azından 230 °C ısı gerekmesine rağmen, geri dönüşen su buharı yüzünden kabın içindeki ısı 100 °C'nin altında kalacaktır. Enerji olarak kaynayan sudan daha kuvvetli olan buhar, yiyeceğin yüzeyini daha hızlı pişirecektir. Yine de buharda pişirmeyi nazik pişirme teknikleri arasına koydum çünkü fiziksel olarak narin yiyecekleri kaynamanın yol açtığı itiş kakıştan koruyor.

Fırında patates için patatesleri pişirme kabınızın tek bir kat halinde yerleştirin; aromatik malzemeler de eklemeyi unutmayın. (Bir dal biberiye veya birkaç diş sarımsak işinizi görür.) Kabın tabanını kaplayacak kadar su eklemeniz yeterlidir. Sonra üstünü alüminyum folyo ile sıkıca kapatın. Patatesler bıçakla dağılana kadar pişirilmelidir. Haşlanmış yumurta veya ızgara balığın yanında pul tuz ve tereyağı veya sarımsaklı aïoli ile servis edebilirsiniz.

Benim en sevdiğim buharda pişirme tekniği için, bir parşömen pişirme paketi dolusu balık, sebze, mantar veya meyve gerekiyor. Misafirleriniz masada paketi açtığınızda (İtalyancada *cartoccio* veya Fransızcada *papillote*) yayılan aromatik buhar patlamasına tanık olur.

Geçmişte bir yemek için bir grup yetenekli şefle birlikte çalışmıştım. Bana tatlı yapma görevi verilmişti. Sanırım tatlı işini bana yüklemelerinin tek sebebi ekipteki tek kadın olmamdı. Yoksa tarifleri harfi harfine uygulamanın şart olduğu (bu konuda ne düşündüğümü biliyorsunuz) hamur işlerinde çok yetenekli olduğumdan falan değil. Diğer şefler karmaşık tekniklerle birbirlerini geçmeye çalışırken ben mutfağımızdaki muazzam fırına bir baktım ve başka bir yol izlemeye karar verdim. Favori çiftliğimden gelen Blenheim kayısılarının tam mevsimiydi. Kızaran sarı kabuğu ve kadifemsi etiyle, dengeli tatlılığı ve asiditesiyle kesinlikle çok lezzetli olan bu kayısılar hem baharın sessiz uyanışını hem de yazın canlılığını çağrıştırıyordu. Bu kayısıyı semt pazarlarında görürseniz taşıyabildiğiniz kadar alın.

O gece kayısıları ikiye böldüm, çekirdeklerini çıkarıp her iki yarısına badem ezmesi, badem ve *amaretti* denilen küçük İtalyan kurabiyelerinden oluşan harcı koydum. Daha sonra kayısıları bir fırın kâğıdının üzerine dizdim, üzerlerine birkaç damla tatlı şarabı ve şeker serptim ve *cartocci*'yi paket yaptım. Parşömen paketlerini kızgın fırında 10 dakika kadar, buharla şişene kadar pişirdim; sonra çırpılmış taze krema kâseleriyle birlikte bekletmeden sofraya gönderdim. Mükellef bir yemeğin arkasından paketleri yırtarak açmanın, kayısıların çarpıcı parfümünü koklamanın ve dengeli tatlı-mayhoş lezzetini tatmanın sade zevki misafirlerimizin çok hoşuna gitti. Yıllar geçmesine rağmen bugün dahi yemekte misafir olan insanlara rastladığımda hülyalı bir şekilde kayısı *cartoccio*'yu anlatırlar. Ben ise basit bir yemeğin ne kadar iyi olabileceğine hâlâ hayret ederim.

Ocağın üzerinde buharlamak için içinde tek kat yiyecek – sebze ve yumurtadan pirince, tamales'e ve balığa kadar herhangi bir şey – olan bir delikli buhar tenceresi veya kevgiri tıkırdayan bir kap suyun üzerine yerleştirin. Buharı hapsetmek için üzerini kapatın ve yumuşayana kadar pişirin. Geleneksel Fas kuskusu bu şekilde pişirilir – aromatik sebze, ot ve baharatla canlandırılan bir su banyosunun üzerinde. Ocak üstünde buharlama aynı zamanda istiridye veya midye gibi kabuklu deniz ürünlerinin pişirilmesi için de ideal yöntemdir. Bunu ***Pasta alle Vongole*** tarifinde anlatıyorum.

Buharlı sote ismini verdiğim yöntemle, buharlamayı yoğun ısıdan gelen esmerleştirmeyle birleştirin. Bu rezene ve havuç gibi sıkı sebzeler için uygundur: 1.5 cm kadar su, tuz, bolca zeytinyağı veya bir yumru tereyağı ile aromatikleri tek kat sebzeyle dolu bir tavaya ekleyin ve kapağı aralıklı bırakın. Sebzeler yumuşayana kadar tıkırdatın, kapağı kaldırın, fazla suyu dökün, sonra ısıyı yükseltin ve **Maillard reaksiyonu** başlasın.

Yağ ile Pişirme

Konfit

Konfit esmerleşmeyi önleyecek kadar düşük ısıda yavaşça pişen yiyecekler için kullanılan Fransızca terimdir. Yağı esmerleştirme hedefi *olmaksızın* pişirme aracı olarak kullanacağınız ender zamanlardan biridir.

En iyi bilinen ve belki de en lezzetli konfit ördekle yapılır. Fransa'nın güneybatısının tepelerinde yer alan Gascony'ye ait olan bu yemek, daha sonra tüketmek üzere ördek budunu korumanın bir yolu olarak kullanılıyormuş. İşlem basit, sonuç ise ancak bu kadar lezzetli olabilir. Butları çeşnilendirin, eritilmiş ördek yağına yerleştirin ve yumuşayıp kemikten ayrılana kadar hafif ısıda pişirin. Ördek yağından birkaç saniyede bir birkaç baloncuk çıkıyorsa, ısı doğru derecede demektir. Yağla kaplı ördek buzdolabında aylarca kalabilir; istendiğinde yağı çözdürülüp ördek, fasulye ve sosisten oluşan geleneksel Fransız yemeği *rilletes* veya *cassoulet* denilen dilimlenmiş ördek *pâté*'ye dönüştürülebilir veya çabucak sadece ısıtılıp gevretilerek, haşlanmış patates, lezzetli yeşillikler ve bir kadeh şarapla servis edilebilir.

Elinizde ördek eti yoksa, bu teknik kaz ve tavuk etinde de işe yarar. Yılbaşı için hindi butlarını alıp konfit hazırlayabilirsiniz. Göğüs etiyle de rosto yaparak misafirlerinize iki çeşit yemek sunabilirsiniz. Yazın zeytinyağında bir, iki diş sarımsakla taze ton balığını konfit yapmayı ve Niçoise salata hazırlamayı deneyin. Sebzeler de konfit için uygundur: Hızlı bir akşam yemeği istiyorsanız **Enginar Konfit**'i makarna ve biraz fesleğenle çevirin veya Çeri Domates Konfit'i taze fasulye veya poşe yumurtayla birleştirin. En az içinde pişirilen kadar lezzetli ve değerli olan zeytinyağını süzüp buzdolabında saklayın, sonraki günlerde bir salata sosunda veya yine başka bir şey pişirirken kullanırsınız.

Terletme

Terletme, sebzeleri çok az yağda esmerleşmeden, yumuşayana ve şeffaflaşana kadar nazikçe pişirme yöntemidir. Sebzeler pişerken biraz sıvı bırakır; terletme ismi de buradan gelir. Bütün Fransız yemeklerinin kökünde yer alan kuru soğan, havuç ve kereviz sapının aromatik karışımı *mirepoix,* renk değiştirmeyi önlemek amacıyla sote veya esmerleştirmeden ziyade terletme kullanılarak yapılır. *Risotto bianco,* karnabahar püresi veya diğer sedef rengi yemeklerden birini yaparken esmerleşmiş soğanın göze çirkin gelen görüntüsün önlemek için soğanları terletin.

Terletilmiş soğan bazı İngiliz bezelyesi, havuç veya **İpeksi Tatlı Mısır Çorbası** gibi tek sebzeli hafif sebze çorbalarının sırrıdır. Bu çorbaların tarifleri birbirinin aynısıdır: Soğanları terletin, arzu ettiğiniz sebzeyle suyu ve biraz tuz ekleyip kaynatın, sonra tıkırdatın ve sebzeler piştiği an, hatta belki pişmeyi sürdüreceği düşüncesiyle pişmeden önce ateşten alın. Soğuması için tencereyi olduğu gibi buz banyosuna yatır ve püre haline getirin. Karıştırıp tadına bakın, ayarlama yapın ve lezzetli bir garnitürle servis edin; otlu salsa veya taze krema gibi bir asit ve yağla tamamlayın.

Isıyı terleme aralığında tutmak için tavayı yakından gözlemleyin. Sebzelerin suyunu çektirmesi için tuz ilave edin. Derin bir tava ya da tencere kullanarak buharın kaçmasını önleyin. Eğer gerekirse pişirme kâğıdı veya bir kapak, buharı hapsedip geri dönüştürmeye yardımcı olacaktır. Ayrıca esmer bir nokta oluşmaya başladığını sezerseniz biraz su eklemekten de çekinmeyin.

Karıştırma hakkında bir not: Isıyı dağıtabilir. O yüzden yiyeceğin esmerleşmesini engellemek istiyorsanız devamlı karıştırın; esmerleşmesi içinse daha seyrek karıştırın. Hem güçlü hem de yumuşak olan tahta kaşıkla karıştırın ki karamelize soğan, beşamel sos veya polenta tencerelerinin dibinde şeker veya nişasta birikmesin. Deli gibi karıştırmanıza gerek yok; esmerleşmeyi teşvik etmek veya engellemek için aklınızda bulunsun yeter.

Kızartma Süreci

Yağ bölümünde kızartma yöntemlerinin genellikle kullanılan yağın miktarına göre çeşitli isimler aldığını belirttim. Derin yağda, az yağda ve tavada kızartma, çabuk sote veya soteleme; her birinde işlem aynıdır: Tavayı, dolayısıyla yağı yeterince ısıtın; böylece yiyecek yağa konduğunda hemen kızarmaya başlasın ama yiyeceğin yüzeyi kızarırken içinin de pişmesi için ısıyı ayarlayın. Tavayı fazla doldurmaktan ve yiyeceği fazla itip kakmaktan daima kaçının. Özellikle proteinler pişmeye başladığında tavaya yapışır. Balık, tavuk ve kırmızı eti birkaç dakika bırakın; esmerleşmeye başlayan etler tavadan ayrılacaktır.

Sote terimi, Fransızca "hoplamak" anlamına gelen *sauté* kelimesinden gelir; tavadaki yiyecekleri çevirmek için yapılan bilek hareketini tasvir eder. Sote yaparken kendinizi kızgın yağla yakmamak için çok az yağ kullanın – tavanın dibini kapatacak kadarı (1.5 mm kadar) yeter. Karides, pişmiş tahıl, ufak sebze veya et parçaları ve yeşillikler gibi dışı kızarana kadar içi de pişecek küçük yiyecekleri soteleyin.

Soteleme hem zamandan hem de mutfak malzemesinden tasarruf ettirir; ayrıca yiyeceğin her yanının eşit ölçüde esmerleşmesini sağlar. O yüzden bu beceriyi geliştirmekte fayda vardır. Çevirme hareketini beceremezseniz üzülmeyin – benim ustalaşmam yıllarımı

aldı. Yere bir örtü serin ve bir avuç pirinç veya kuru fasulyeyi kenarları kıvrımlı bir tavaya atın; tavayı aşağı, bileğinizi ise yukarı bükün ve hareketi doğru yapıncaya kadar korkusuzca çevirin. Öğreninceye kadar da sotelediğiniz yiyecekleri tavada hareket ettirmek için metal maşa veya tahta kaşık kullanın.

Tavada kızartma için tavanın tabanını kaplayacak kadar (6 mm kadar) yağ kullanın. Balık fileto, biftek, veya **Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk** gibi büyük parçalar daha uzun zamanda pişerler. Tavayla yağı önceden ısıtın ki içine koyduğunuz yiyecek hemen cızırdamaya başlasın ama ateşi çok harlı açmayın; yiyeceğin dışı kızarırken aynı zamanda içi de pişmelidir. Balık filetoyla tavuk göğsünün pişmesi lokma büyüklüğündeki et veya karidesten daha uzun zaman alır; burada sote yaparken ısı biraz daha az olmalıdır.

Az ve **bol yağda** kızartmalar ikiz kardeşler gibidir; ikisi de nişastalı sebzeleri veya hamurlu ve ekmekli yiyecekleri kızartmak için idealdir. Görüntüleri bir yana, iki yöntem neredeyse birbirinin aynısıdır. Sığ kızartmada yiyecekler yarısını biraz geçecek kadar yağın içinde olur. Bol yağda kızartmada ise yiyecek tamamen yağın içindedir.

Hangi kızartma yöntemini kullanırsanız kullanın, yağ ısısının 185 °C civarında olması gerekir. Bu derecenin altındaysa çıtırlık oluşmayacak ve yiyecek yumuşak kalacaktır. Isı çok yüksek olduğunda ise, yiyecek pişmeden dışındaki hamur yanacaktır. Bu kuralın tek istisnası, pişmesi zaman alan sıkı, sert yiyeceklerdir. Mesela 15 dakikaya kadar kızarabilen tavuk budunu yaklaşık 185 °C ısıdaki yağa koyarak arzu edilen çıtır dış yüzeyi elde edebilirsiniz. Yalnız sonrasında ısıyı 160 °C'ye düşürün ki but yanmadan pişsin.

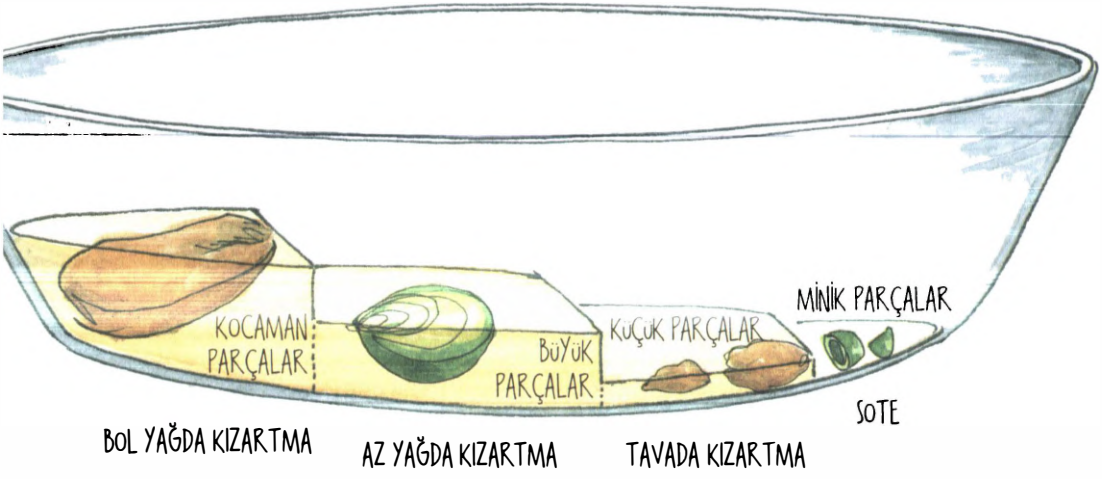


Pakistan'daki çaplı kebabı yapışını izlediğim o yol kenarı aşçısı gibi, kızaran yiyeceklerin

verdikleri işaretleri takip ederseniz her kızartma yapışınızda termometrenizi çıkarmanıza gerek kalmaz. Buhar, köpük, yiyeceğin yüzeye çıkması ve esmerleşme gibi dikkat etmeniz gereken ipuçları vardır. Isı yeterli dereceye çıktığında, yiyecek tavaya girer girmez cızırdar ve esmerleşir – ama çok şiddetli veya hızlı değil. Köpürme durup buhar azalınca hamur pişmiş demektir. Yiyecek çıtır çıtır ve altın rengi olduğunda yağdan alma zamanı gelmiştir.

Bir tava yağın içine koyacağınız yiyeceğin miktarı, ısısını etkileyecektir. Koyduğunuz yiyecek ne kadar büyük, soğuk ve sıkıysa ısısı da o oranda düşer. Yağın yeniden 185 °C'ye yükselmesi çok uzun sürerse, yiyecek esmerleşme fırsatı bulamadan pişecektir. Yağı öncelikle ideal ısının üzerine çıkarın veya ısıda büyük bir düşüş olacağını düşünerek tavaya aynı anda fazla yiyecek koymayın ve yiyecekleri koyup alırken yağ ısısının daima ideal noktaya dönmesine izin verin.

İdeal kızartma ısısı 100 °C'nin çok üzerinde olduğu için hamurun içindeki veya yiyeceğin yüzeyindeki bütün su çabucak buharlaşacaktır –köpürmenin kaynağı budur. Çıtır çıtır, altın sarısı bir kabuk elde etmenin sırrı, bu buharın mümkün olduğu kadar çabuk çıkmasını sağlamaktır. Bir başka deyişle, tavayı aşırı doldurmayın. Hamurlu yiyecekler yağın içinde birbirine değmemeli ve tek kattan fazla olmamalıdır – aksi halde kocaman, nemli bir kütle haline gelirler. Hamursuz kızaran – patates, karalahana, kırmızı pancar cipsleri vb – yiye-



cekler birbirine dokunabilir; dokunacaklarsa yapışmalarını önlemek için sık sık karıştırarak her birinin eşit oranda esmerleşmesini sağlayın.

Yengeç ve balık böreği, ufak pazı parçaları veya hamurlu yeşil domatesler derin yağda kızartmanın köpüklü heyecanından parçalanabileceği için hassas yiyecekleri sığ yağda kızartın. Derin yağda kızartma her türlü cips, hamurlu yiyecekler ve kabuksuz yengeç gibi eşit pişmek için tamamen yağa batması gereken, daha dayanıklı yiyecekler için daha iyi bir seçimdir.

Mühürleme

Hangi pişirme aracını kullandığınıza bağlı olmaksızın **mühürlemenin** temel gereği alev almış bir pişirme yüzeyidir. Yüzeyi yüksek ısının üzerinde önceden ısıtın, sonra yağı ekleyin ve yağ duman çıkarmaya başladığında eti ekleyerek mühürlemeye başlayın. Eccolo kapandıktan sonra kendi mutfağımda daha sık yemek pişirmeye başlamıştım. Restoranın turbo ocağını bırakıp evimdeki güçsüz brülörlü ocağı kullanmak zor gelmişti. Başlangıçta demirdöküm tavamı ocakta ne kadar ısıtırsam ısıtayım bifteği fazla pişirmeden doğru düzgün mühürlemiyordu. Birkaç hayal kırıklığı sonucu tavayı önden kızgın fırında 20 dakika ısıttıktan sonra, ocağa getirip yüksek ısıda mühürlemeye başladım. Sihir etkisi yarattı.

Esmerleştirme, kızartma veya mühürleme yapılırken yiyeceğin esmerleşecek ilk yüzü daima en güzel yüz olacaktır; o yüzden yiyeceği sunum yüzü tava veya ızgarada daima aşağıya bakacak şekilde yerleştirin. Bu, kümes hayvanlarında derili tarafı alta, balıkta ise derili tarafı üste gelecek şekilde yerleştirmek anlamına geliyor. Kırmızı ette ise hangi tarafın daha güzel göründüğüne kendiniz karar verip o tarafı alta getirin.

Mühürlemenin amacı pişirmekten ziyade, Maillard reaksiyonunun lezzet kazançlarını elde etme amacıyla et veya deniz mahsulü gibi yiyecekleri esmerleştirmektir. Mühürlemenin ete nüfuz eden ısısı; ton balığı, deniz tarağı gibi az pişirilen balıkları veya dana fileto gibi en yumuşak et parçalarını pişirmeye yeterli olur. Fakat diğer her şey için mühürleme *pişirmek*ten ziyade *esmerleştirmek* içindir. Büyük et parçalarını düşük ısıda az suda haşlamadan önce, Maillard'ın lezzet vuruşlarını elde etmek için mühürleme yönteminden faydalanın. Kuzu kaburgalarının yağlarını eritip düşük ısıda iyice pişirmeden önce ister ocakta ister ızgara veya fırında doğrudan ısıda mühürleyin.

Havayla Pişirme

Izgara (Grilling) ve Fırın Izgara (Broiling)

Izgaranın bir numaralı kuralı: Asla doğrudan ateşin üzerinde pişirme. Alev yiyeceklerin üzerinde isli ve nahoş tatlar ve kanserojenler bırakır. Bunun yerine alevleri bastırın ve için için yanan kömür ve korların üzerinde pişirin. *S'mores* (iki pötibör arası marshallow) için mükemmel marshmallow'u kızarttığınızı hayal edin – tel askıyı kömürlerin üzerine sabırla oturtmalı ve eşit esmerleşme için tatlıyı devamlı çevirmelisiniz. Marshmallow'u alevlere fazla yaklaştırırsanız gaz tadı verir ve dışı yanarken, içi pişmemiş kalır. Aynı şey doğrudan alevlerin üzerinde ızgara yaptığınız her şey için geçerlidir.

Farklı yakıtlar – meyve ağacı odunu, sert odun, kömür veya gaz – ızgarada farklı ısılara ulaşır. Meşe ve badem gibi sert odunlar çabucak alev alır ve yavaş yanar; yani devamlı ateşe ihtiyacınız olduğunda bu yakıt çeşidi daha uygundur. Meyve ağacı odunu – üzüm asması, incir, elma ve kiraz ağacı odunu vb. odunlar – harlı ve hızlı yanmaya müsaittir; bu yüzden esmerleşme ısılarına çabuk ulaşmak için uygundur. Çam, ladin, köknar gibi yumuşak odunlarla ızgara yapmayın; bunlar yiyeceğe hiç de hoş olmayan acı tatlar verebilir.

Kömürün avantajı, odundan daha yavaş ama daha harlı yanmasıdır. Özellikle yumru kömürler yiyeceğe güzel bir tütsü tadı verir. Canlı ateşin üzerinde pişen yiyeceğin lezzeti her zaman daha üstün olsa da gazlı ızgaranın kolaylığı da tartışılmaz. Gazlı ızgaraları yapabileceklerinin sınırını bilerek kullanın – odun yakılmadığı için yiyeceğe tütsü tadı vermezler. (Fakat sf. 153'te **Dumanın Lezzeti** kısmında tarif ettiğim gibi talaş kullanarak bunu telafi edebilirsiniz.) Ayrıca gaz, odun veya kömür gibi harlı yanmadığından gazlı ızgara canlı ateşin ısılarına ulaşamaz; dolayısıyla yiyeceği o kadar hızlı veya etkili esmerleştiremez.

Izgarada eti kendi haline bırakırsanız eriyen yağ kömürlerin içine damlayarak alevlenmelere yol açacak ve alevlerin içinde kalan yiyecekte nahoş tatlar oluşacaktır. Alevlenmelerin önüne geçmek için yiyeceği ızgaranın üzerinde gezdirin ve çok yağlı parçaları çok sıcak kömürlerden uzak tutun. Yemek pişirmeyi öğrenmeden önce ben daima düzenli çapraz şiş izlerinin becerikli bir aşçılığın işareti olduğunu zannederdim. Chez Panisse'e başladıktan birkaç sene sonra bir gün Alice'in bahçesinde bir yığın bıldırcın ve sosisi ızgara yapışını seyrederken, neden beraber çalıştığım aşçıların ızgara izleriyle hiç uğraşmadıklarını anlayıverdim. Bir serçe kadar ufak ve hareketli Alice, ızgaranın üzerine eğilmiş kuşların ve sosislerin yerlerini renkleri değişir değişmez veya yağları erimeye

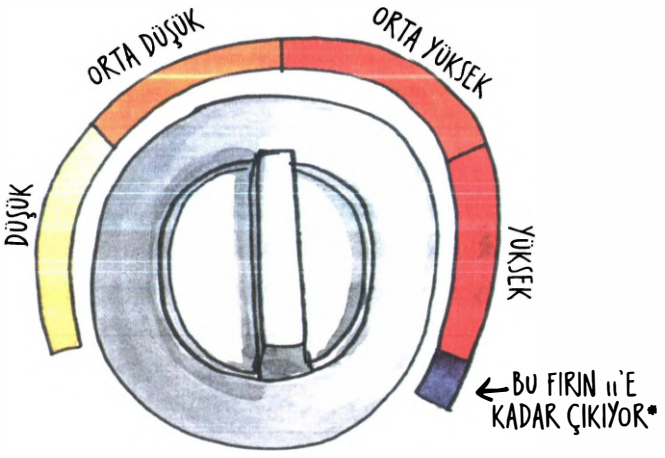
başlar başlamaz değiştiriyordu. Eti çevirirken altın sarısı parlaklıklarının onun hararetli ilgisinin bir sonucu olduğu belliydi. Bu şekilde, sadece çapraz çizgilerin denk geldiği şanslı noktalar yerine her lokma Maillard reaksiyonundan doğan lezzetli moleküllerle donanıyordu.

İster gazlı ızgarayla ister canlı ateşle çalışın, ızgaranızda çeşitli ısı bölgeleri meydana getirmelisiniz; tıpkı ocaktaki çeşitli brülörler gibi. En sıcak kömür yataklarının üzerindeki **doğrudan ısıyı**; ince biftek, bıldırcın gibi küçük kuşlar, dilimlenmiş sebzeler ve ince ekmek dilimleri, tavuk göğsü ve az pişmiş bırakmak istediğiniz hamburger köftesi gibi küçük ve yumuşak yiyecekler için kullanın. Yakın kömürlerin ısısından faydalanan daha soğuk noktalarda kemikli et, büyük parçalar ve tavuk pişirin çünkü bunların pişmek için zamana ihtiyacı vardır. Daha soğuk noktalar ayrıca alevlenmelere yol açabilecek sosis ve yağlı etler için, bir de yiyecekleri sıcak tutmak için idealdir.

Dolaylı ısı güneyde barbekü olarak bilinen yavaş, hafif ızgara çeşidinde ve **Adaçayı ve Ballı Tütsülenmiş Tavuk** gibi et tütsülemede söz konusudur. Her iki yöntemde de ızgara bir fırına çevrilerek 95 ila 145°C'de tutulur. Hafif ızgara ve tütsülemenin sırrı canlı ateşle çalışırken elde etmesi zor olabilen yavaş, devamlı ısıdır. Dijital termometreler, bu noktada ızgaranın ısısının çok yükseldiğini veya çok düştüğünü anlamanıza yardımcı olabilir.

Izgaranız yok mu? Apartman dairesinde mi yaşıyorsunuz? Fırınınızın üst tarafından yayılan ısıyla **fırında ızgara** yapabilirsiniz. Fırın ızgarası, normal bir ızgaradan çok daha yüksek ısılara ulaşabilir çünkü yiyecek ısı kaynağına daha yakındır. Çok ince biftek veya pirzolaları pişirmek veya yiyecekleri dikkatli bir gözetim altında (çünkü leziz ve yanık arasındaki fark yirmi saniyecik olabilir) esmerleştirmek için fırın ızgarasını kullanın. Peynirli tostun peynirini eritmede, peynirli makarnanın üzerindeki ekmek kırıntılarını esmerleştirmede ve **Glaze Beş Baharatlı Tavuk** artıklarının derisini gevretmekte kullanabilirsiniz.

İster ızgara ister fırın ızgara veya kızartma yapın, bütün yumuşak etleri pişirdikten sonra ve dilimlemeden önce dinlendirmeniz gerekir. Kalan ısıyla pişmeye devam etmesine izin vermenin yanı sıra, eti dinlendirmek proteinlerinin gevşemesini sağlar. Büyük parçalar için bu bir saate kadar sürebilirken, bifteğin 5-10 dakika beklemesi yeterlidir. En yumuşak dilimler için eti tersine yani kas liflerinin yönünde kesin. Lifleri tam ortalarından keserek kısaltma işini bıçağınıza bırakın. Et çok daha yumuşak olacak ve çiğnemek çok daha zevkli hale gelecektir.



Fırında Pişirme (Baking)

Fırın ısıları dört ana kategoride toplanır: **Düşük** (80-135°C), **orta-düşük** (135-165°C), **orta-yüksek** (165-220°C) ve **yüksek** (220°C ve üstü). Bu kategorilerin herhangi birinde yiyecek aşağı yukarı aynı şekilde pişer. Nereden başlayacağınızı bilmiyorsanız 165°C'den başlayın. Tarifinizi kaybettiyseniz buradan başlayın. 165 °C esmerleştirecek kadar sıcak, aynı zamanda yiyeceğin içini de pişirecek kadar naziktir.

Düşük ısılar (80-135°C), **Kremalı Bezeler**'i kabartıp kurutacak kadar sıcaklık verir ama aynı zamanda esmerleşmeyi önleyecek kadar naziktirler. Batıl inançları olan tanıdığım bir hamur işi şefi, bezelerini antika gazlı fırınında yalnızca gece pişirirdi. Yatmadan önce fırını 95 °C'ye getirir, sonra da kapatıp kurabiyeleri fırına verirdi. Pilot alevin verdiği minimum ısı fırının soğumasını yavaşlatıyor. Bezeler de böylece sabaha kadar bembeyaz ve gevrek olur ama fazla kurumazdı. Bir başka deyişle mükemmel olurlardı.

---

* Yazar, Rob Reiner'ın yönettiği 1984 yapımı "This is Spinal Tap" adlı filme atıfta bulunmuştur. Filmde gitarist Nigel Tufnel, amfisinin ses düzeyinin genelin (0 – 10) aksine 0 – 11 aralığında oluşuyla övünmektedir. Bu tabir popüler kültürde bir deyim haline gelmiştir. (ed.n)

Fırında pişen yiyeceklerin çoğu **orta-düşük** ısının (135-165°C) sunduğu nazik sıcaklıkta pişer. Proteinler katılaşır, hamur kurur – ama çok değil – ve hafif bir esmerleşme oluşur. Kurabiyeler, kekler ve browniler de keza bu ısıda börek ve un kurabiyesi gibi güzel pişerler. 160°C'yi 165°C'nin biraz daha yumuşak bir versiyonu olarak düşünün; bu ısıda gevrekten ziyade sert ve altın sarısı-esmerden ziyade altın sarısı kurabiyeler elde edersiniz.

Buna mukabil yüksek ısılar hızla esmerleşmeye yol açarlar. **Orta-düşük** ısıda iştah açıcı yemekler pişirin; sonra ısıyı **orta-yükseğe** (165-220°C) çıkararak graten, lazanya, turta ve güveç üzerinde görmeyi sevdiğimiz altın sarısı-esmer kabuklar meydana getirebiliriz.

Yüksek (220 °C ve üzeri) fırın ısıları bazen dengesiz olmakla beraber hızlı esmerleşmeye yol açar. Hızlı bir sertlik elde etmek istediğiniz zaman yüksek ısıları kullanın zira kremalı puflar ve katmerli kabuklar için bu ısılar uygundur. Su sıcak fırında buharlaşarak hamurdaki ilk hacim artışını meydana getiren fırın kabarmasına yol açar. Yükselen buharın bu patlaması pişen hamurun katmanlarını ayırarak katmerli bir kabuk meydana getirir, tıpkı **Aaron'un Turta Hamuru**'nda olduğu gibi. Sufle ve yumurtalı ekmek gibi bazı fırında pişen şeyler tamamıyla bu fırın kabarmasına dayanırlarken, **Lori'nin Çikolatalı Gece Yarısı Pastası** aynı zamanda kimyasal kabartıcılara da dayanır. Bu baştaki kabarma her türlü genellikle fırında pişirme işindeki en temel aşamadır. En kuvvetli fırın kabarmasını elde edebilmek için, yüksek ısıdaki fırının kapağını ilk 15-20 dakika kapalı tutun. Hamurdaki proteinler katılaşıp ana yapı şekillendikten sonra yanmayı önlemek ve yiyeceğin iyice pişmesi için ısıyı düşürebilirsiniz.

Dehidre Etmek (95°C'nin altı)

Dehidre etmeyi mümkün olan en düşük ısıda pişirme olarak düşünün. İsminden de anlaşılacağı üzere, kullanım amacı yiyecekten suyunu çekip esmerleştirme ısılarına ulaşmadan korumaktır. Kurutulmuş et ve balık, kurutulmuş biber, meyve pestili ve domates salçası, meyve kuruları ile kurutulmuş domates dehidre edilmiş yiyeceklerdir. Yiyeceği nazikçe ısıtmak için özel dehidre ediciler satın alabilirsiniz ama fırını en düşük ısıya ayarlayıp hatta pilot alevi açık bırakıp yiyeceği bir gece fırında bekletmek genelde işe yarıyor. Eccolo'da en sıcak, en kuru yaz gecelerinde çatıda taze biber ve barbunya kuruturdum. Gececil hayvanlar ve sabah çiğinden etkilenmemek için tepsilerimi geceleri içeri almayı kısa zamanda öğrendim. Kurutma işi birkaç gün sürüyordu ve yakından ilgilenmem gerekiyordu ama kış geldiğinde yazın verdiğim emeğin karşılığını alıyordu. Fırında kurutul-

muş domates yapmak için lezzetli domatesleri seçip doğrayın; pişirme kağıdının üzerine kesik tarafı üste gelecek şekilde yerleştirin. Tuz ve çok az şekerle çeşnilendirin; sonra 90°C'ye ayarlanmış fırında 12 saat bekletin. Bu süre zarfında onları bir iki kere kontrol edin. Domatesler herhangi bir ıslaklık kalmadığında olmuş demektir. Bir cam kavanoza düzgün bir şekilde yerleştirip üzerini kapatacak kadar zeytinyağı dökün. Buzdolabında veya kilitli naylon poşet içinde dondurucuda 6 aya kadar saklayabilirsiniz.

Kızartma/Kavurma (Toasting) (175-235°C)

Benim ideal **kızartma/kavurmamın** yüzeyi kıtır, rengi altın sarısı-esmer olur ve Maillard reaksiyonu lezzetleriyle zengindir. İster simit ister ufalanmış ekmek, ister hindistancevizi dilimi kızartın, kızarttığınız yiyeceklerde bu özellikleri hedeflemelisiniz. Fındık da ancak kavurmayla güzelleşir. Benim Eccolo'daki genç aşçımın yaptığı gibi, aşırı kızartmaktan kaçınmak için saati kurarak arada sırada kızarttığınız yiyecekleri kontrol edin.

Kuru kızartma/Kavurma yaparken de yiyecekleri tek kat halinde tavaya yerleştirin, sık sık karıştırın ve kavrulan parçaları tavadan alın. İnce ekmek dilimlerini orta-düşük ısıda (yaklaşık 175 °C) kızartıp üzerine ciğer ezmesi veya fava yayın. Daha kalın dilimler yüksek ısıda (230°C'ye kadar) veya kızgın bir ızgarada hızlıca kızartılıp üzerlerine poşe yumurta ve yeşillik veya domatesle ricotta koyulabilir.

235 °C ve üzerinde hindistancevizi yongalar, çam fıstıkları ve ekmek kırıntıları göz açıp kapayıncaya kadar mükemmel kızarmıştan yanmışa döner. Isıyı 20-30 derece düşürseniz zaman konusunda daha rahat olursunuz. Yeterince kızardıklarını düşündüğünüzde bu narin yiyecekleri sıcak tepsiden alın (böyle yapmazsanız pişme devam eder ve sizin arkanız dönükken mükemmel kızarmış yiyecek kararır.)

Fırında Yavaş Kızartma, Izgara ve Tütsüleme (95-150°C)

Yağlı et ve balıklar çok düşük ısılı fırında veya ızgarada piştiklerinde kendi yağları eriyerek bu etleri içeriden nemlendirir. Ben yavaş fırınlanmış somon balığını çok severim. Bu yöntem tek kişilik porsiyonda da bütün bir yan parçada da aynı ölçüde işe yarar. Balığın her iki tarafını da tuzlayıp derili tarafı alta gelecek şekilde bir ot yatağının içine yatırın. Üzerine kaliteli bir zeytinyağından biraz damlatıp elinizle her yanına eşit oranda dağıttıktan sonra balığı önceden 110 °C'de ısıtılmış fırına verin. Porsiyonun boyutuna bağlı olarak pişirme süresi 10-50 dakika arası değişebilir ama balığın en kalın tarafını çatalla veya parmağınızla dürttüğünüzde piştiğini anlarsınız. Bu yöntem proteinleri fazla etki-

lemediği için balık piştiğinde dahi şeffaf görünecektir. **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** nefistir – sıcak, oda sıcaklığında veya salatanın içinde soğuk olarak servis edilebilir. (Ayrıntılı tarifi ve servis önerileri için bkz. sf. 310.)

Fırında Kızartma (Roasting) (175-235°C)

Fırında kızartma ile kızartma/kavurma (toasting) arasındaki fark basittir: Kuru kızartmada yiyeceğin sadece yüzeyi kızarırken, fırında kızartılan yiyeceğin içi de pişer. Eskiden rostolama denilince bir ateşin üzerinde veya yanındaki şişe geçirilmiş eti pişirmek kastedilirdi. Bugün rostolama dediğimiz şey – kuru ve sıcak fırında et pişirmek – iki yüz sene kadar öncesine kadar fırında pişirmek demekti. Tavuk – ve Eccolo'daki şişte pişirmeyi öğrendiğim diğer her şey – devamlı döndüğü için etin her yanı pişerken, evdeki fırının farklı ısıları yüzünden pişirdiğim tavukların her yanı eşit esmerleşmiyor. Isıtıcı unsurdan yayılan **radyan** ısıya maruz kalan yiyecekler pişerken kuruyarak tavuğun üzerinde çıtır çıtır, kuru bir deri veya küçük patateslerin üzerinde buruşuk, kayış gibi kabuklar meydana getirir. **Konveksiyon** fırınında bir veya iki fan devamlı sıcak havayı deveran ettirir; böylece yiyecek esmerleşir, kurur ve normal bir fırına göre daha hızlı pişer. Konveksiyon fırını kullanırken ısıyı 10 derece kadar düşük tutun ve yiyecekleri daha dikkatli gözleyin.

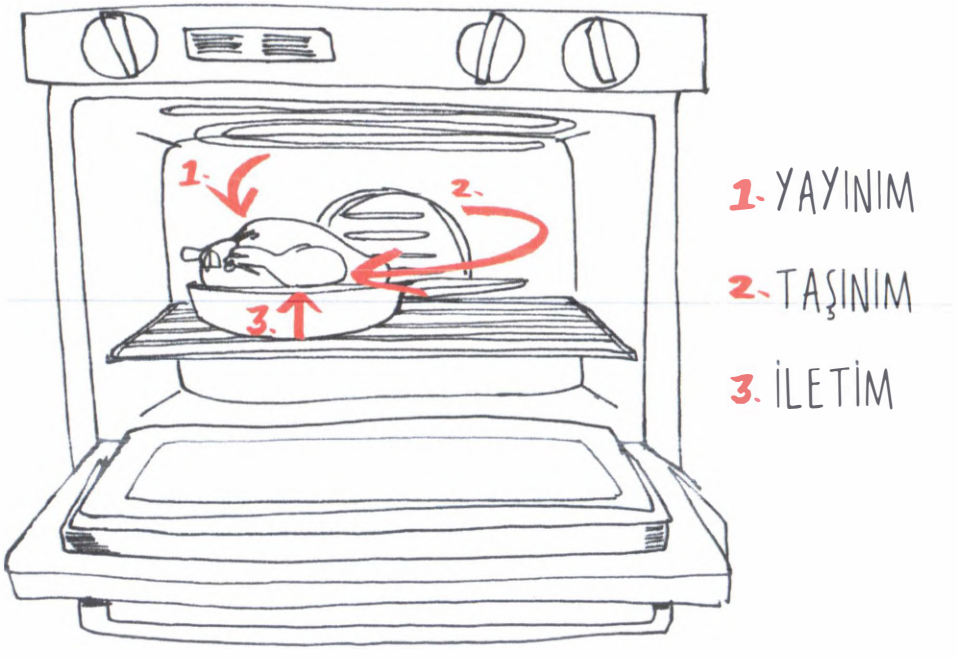
Öte yandan, sıcak metale değen bütün yiyecekler ocakta yapılan kızartmanın temelinde yer alan ısı iletimi yoluyla esmerleşir: Brülör tavayı; tava içindeki yağı; yağ ise yiyeceği ısıtır. Fırında da aynısıdır: Fırın tepsiyi; tepsi yağı; yağ da yiyeceği ısıtır. Yağlanmış tatlı patatesleri bir tavaya koyup sıcak fırına sürün. Dilimin iki tarafı da esmerleşse dahi çeşitli ısı transferi biçimlerine bağlı olarak dengeli pişmeyeceklerdir. Üstler hafifçe kuru ve sert, altlar ise altın sarısı ve nemli olacaktır. Bütün kızarmış yiyecekler bu çeşit dengesiz esmerleşmeden mustarip olacaktır – tel rafta pişirirseniz hava alt kısma da ulaşabilir. Fırında kızarttığınız yiyecekleri çevirip hareket ettirin. Fırının esmerleştirmesi giderek artar; bu nedenle esmerleştireceğiniz yiyeceği önce yüksek ısıya sokun, esmerleşme başladıktan sonra fazla pişmesini önlemek için ısıyı düşürün.

İnce yiyecekler veya esmerleşmeden fazla pişme riski alamayacak yiyecekler avantajlı olabilir: Pişirme kâğıdını fırında önden ısıtın, sonra yağlanmış ve tuzlanmış kabak dilimlerini ilave edin veya ocakta ısıttığımız tavada **Harissa** soslu karidesleri şöyle bir çevirdikten sonra sıcak fırına verin. Uzun zaman fırında bırakmaya niyetlendiğiniz yiyecekler için daha hafif ısılar kullanın. Yemek pişerken tadına bakın. Dokunun. Koklayın. Dinleyin.

Esmerleşmenin çok hızlı olduğunu düşünüyorsanız ısıyı düşürün, yemeğin üzerini

gevşek bir şekilde pişirme kâğıdı veya folyoyla kaplayın ve rafı ısı kaynağından uzaklaştırın. Esmerleşmenin çok yavaş olduğunu düşünüyorsanız, yiyeceği fırının sıcak noktalarına itin; arka köşeler genellikle daha sıcaktır.

Buharın çıkmasını ve esmerleşmenin başlamasını sağlamak için sığ bir pişirme kabı kullanın. Çoğu zaman ya bir fırın tepsisi ya da demirdöküm tava işinizi görecektir. Fırınladığınız et çok yağlıysa (kaz, ördek, kaburga vs.) bir tel raf kullanın, böylece etiniz dipte biriken yağda kızarmayacaktır.



Sebzeler

Zamanında tuzlama ve **Maillard reaksiyonu** birleştiğinde, dışı esmer ve tatlı, içi yumuşak ve lezzetli kızarmış sebzeler çıkar. (Ne zaman tuzlama yapılacağına dair bilgilerinizi tazelemek için sf. 40'daki **Tuzlama Takvimi**'ne bakın) Sebzeleri kızartmak için 205 °C'yi varsayılan ısınız yapın ama bunun sebzelerin boyutuna, sıkılıklarına ve moleküler yapılarına, ayrıca kızartma tavanızın derinliğine ve malzemesine ve son olarak tepsideki veya fırındaki yiyeceğin miktarına bağlı olarak değişeceğini de unutmayın.

Chez Panisse'de bir kere kızartacağım kabakların miktarını çok yanlış hesaplamıştım. Fırında yalnızca iki tepsilik yer vardı ve zamanım dardı. Bütün kabakları iki tepsiye sıkıştırıp görevi tamamlamaya karar verdim. Yapboz parçaları gibi ilk tepsiyi o kadar sıkışık yaptım ki her parça sanki bir diğerini yerinde tutuyordu. Fırını tepsiye verdim ve kalan kabaklarla da aynısını yapmaya hazırlandım. Hiçbir aşçının bu kadar sebzeyi aynı tepsiye sıkıştırmaya çalıştığını hiç görmemiş olmaktan da şüphelenmemiştim – tek düşündüğüm bir an önce bu işi bitirmekti.

Fakat kalan kabakları ikinci tepsiye yığdığımda bir hata yaptığım belliydi. İkinci tepsiyi dolduracak kadar kabak yoktu, dilimlerin arasında fazlasıyla boşluk kalıyordu. Diğer tepsi fırında piştiği ve işim başımdan aşkın olduğu için iki tepsideki kabakları eşitlemeye boş verip ikinci tepsiyi de fırına sürdüm.

Sonradan bu kestirmeciliğimden pişman oldum. Tepsileri çevirmeye gittiğimde sıkışık kabak dilimleri kendi sularında yüzüyor, diğer seyrek yerleştirilmiş tepsi ise güzelce esmerleşiyordu. Ozmos ve buharın çıkacağı kadar boşluk olmaması yüzünden meydana gelen terlemenin arasında ilk tepsideki kabaklar fırından ıslak ve pörsük çıktı. Buharda kabak çorbası yapmıştım. Bu tecrübenin tek olumlu yanı olarak, bir daha kızartacağım sebzeleri tepsiye alt alta üst üste yerleştirmemeyi öğrendim.

Esmerleştirme için bile tepsiye çok fazla sebze koymamalısınız. Buharın çıkabilmesi ve ısının esmerleşmeyi başlatacak kadar yükselebilmesi için parçalar arasında boşluk kalmalı. Sebzeleriniz fırında kızarırken onlarla ilgilenin – karıştırın, çevirin, tepsiyi döndürün ve raf değiştirin.

Şeker, nişasta ve su muhteviyatı çok farklı olan sebzeleri aynı tepside pişirmekten kaçının. Farklı sebzeler eşit şekilde pişmez – kimisi suyunu buharlaştırırken kimisi yanar, sonuçta hiçbiri lezzetli olmaz. Hangi sebzelerin benzer sürede pişeceğine dair bilgiler için sf. 146'daki **Toprağın Altındaki & Üstündeki Bitkiler** bölümüne danışın.

Etler

Yağı kaslarının arasına dağılmış, yani mozaik yapılı dediğimiz yumuşak etler fırında kızartmak için uygundur; zira fırının kuru ısısına dayanacak kadar sululardır. Daha önce de izah ettiğim gibi et pişerken eriyen yağ onu içeriden yumuşatır. O zaman bol yağın koruyuculuğuna sığınarak mozaik yapılı kırmızı et veya tavuk budu gibi yağlı etleri fırında kızartabiliriz.

Hindi göğüs gibi çok yağsız etlerden fırın kızartma yapmayı düşünüyorsanız, eti **salamuraya yatırarak** veya çevresine ince yağ dilimleri bağlayarak nemlilik sağlayın.

Eşit pişirme için bir süre önceden tuzlamayı unutmayın ki tuzun ete nüfuz edecek zamanı bulup proteinlerin içinde hapsolmuş suyu pişerken salmasını önlesin. Etleri oda sıcaklığına getirin (çok büyük parçaların oda sıcaklığına gelmesi birkaç saat alabilir). Sıcak fırınla başlayın (205-210 °C); esmerleşme başladıktan sonra ısıyı 10-15 °C azaltın.

Birkaç dakika tasarruf etmek için fırını 200 °C'nin üzerindeki fırında jambon pişirmeyi veya et esmerleştirmeyi aklınızdan geçirdiğinizde bu hikâyeyi aklınıza getirin. Birkaç yıl önce küçük apartman dairemin mutfağında hazırladığım akşam yemeğini vaktinde yetiştiremeyecektim. Fırını ızgara ayarına getirdim ve bir tava kısa kaburgayı içine koydum. O anda fazla kafa yormasam da daha önce kaburgaların aşırı yağlı olduğunu fark etmiştim. Birkaç dakika sonra fırından korkutucu miktarda duman çıkmaya başladı. Benim için o kadar dramatik bir andı ki adeta bir filmin içinde gibiydim! Kısa kaburgaların yağlarının eridiğini ve derhal dumana dönüştüğünü anladım. Bir şey yapmaya fırsat kalmadan yağın bir kısmı brülöre sıçrayarak alev aldı. Mutfak dolaplarını hızla açıp alevleri söndüreceğini düşündüğüm gördüğüm ilk şeyi kaptım: 2,5 kiloluk un paketi. Şöyle söyleyeyim: O gece kaburgaları servis etmedim. (Mutfakta geri tepen bir başka kestirme yol. Bazen uzun yol, en iyi – ve tek – yoldur.)

Benim hatamdan siz de ders çıkarın. Yağ erimeye başladıktan sonra devamlı yangın alarmını harekete geçirmeyi ve daha kötü şeyleri önlemek için eti 190 °C'nin – çoğu hayvan yağının yanma noktası – altında pişirin.

Etleri kızartırken için bir et termostatından faydalanın (bunu et tütsülemede de kullanabilirsiniz). Büyük parçaların birkaç yerini kontrol edin; bir parçası pişmiş görünürken başka bir yeri pişmemiş olabilir. Birkaç derecelik iç ısı çeşitliliği lezzetli ile kuru arasındaki fark anlamına gelir. Büyük parçalar kızartırken uyduğum değişmez kural şu: Etin iç ısısı 45°C'ye ulaştığında, dakikada bir derece hatta daha fazla artacağını göz önünde bulundurmaktır. Yani orta-az pişmiş et istiyorsanız (48-49°C'), o zaman eti çıkarmadan önce yaklaşık 15 da-

kikanız olduğunu bilin. Büyük parçalar fırından çıktıktan sonra 8-9 °C'yi muhafaza edebilirlerken, biftek ve pirzolalar yaklaşık 3°C'yi muhafaza ederler. Bu yüzden eti sıcaktan aldıktan sonra bunu da hesaba katın.

Eğer **mühürlemenin** meydana getirdiği çıtır çıtır kabuğu tercih ederseniz kızartma işlemine ocakta başlayın. Bu ayrıca hafta içi yapacağınız bir rostonun pişme süresini de hızlandıracaktır – Çıtır Spatchcock Tavuk'umu hep böyle yaparım: Bir demirdöküm tavada göğüs kısmı alta gelecek şekilde esmerleştirir, sonra çevirip fırına veririm. Böylece fırında kızarmış tavuk yapma süresini yarı yarıya indiririm. Bu teknik kuzu ve dana fileto, hatta bonfilede de işe yarıyor.

Isı Ahengi

Tuz, Yağ ve Asit'te olduğu gibi, bazen gereken sonuçları elde etmek için bbirden fazla ısı tipini kullanmanız gerekir. Ben buna ısı **ahengi** diyorum.

Kızarmış ekmek harika bir örnektir. Bütün nişastalar gibi buğday da iyice pişmek için su ve ısıya ihtiyaç duyar. Ekmekte bu ekmek yapmak için öğütülmüş buğdayla suyu birleştirme şeklindedir. Ekmeği kızarttığımızda onu ikinci kez pişiririz.

Pişirme sürecini kısımlara ayırmayı öğrenirseniz, narin yiyecekleri pişirmeyi servis edeceğiniz zaman tamamlayarak, tekrar ısıtmanın kaçınılmaz sonucu olan fazla pişmenin de önüne geçersiniz. Restoran aşçılarının bir yemeği siparişe hazırlama zamanından tasarruf için kullandıkları düşünme tarzı tam olarak budur. Uzun süre hafif ateşte pişmeleri gereken yiyecekler – sert etler, sıkı sebzeler ve diri tahıllar – ya tamamen ya da kısmen önceden pişirilir ve servisten önce yeniden ısıtılırlar. Çabuk pişen veya yeniden ısıtılmaya gelmeyen yiyecekler – kızartmalar, yumuşak etler, balık ve kabuklu deniz ürünleri, körpe sebzeler – sipariş verildiğinde pişirilir.

Lezzet derinliği elde etmek için istediğiniz kadar sebzeyi – brokoli, karnabahar, şalgam veya balkabağı – sote yapmadan önce hafifçe kızartın veya haşlayın. Tavuk butlarını kemiklerinden ayrılana kadar kaynatın, sonra eti didikleyip börek yaparken kullanın.

Damaklarımıza bayram ettiren lezzet ve doku zıtlıklarını elde etmek için iki farklı pişirme yöntemini kullanmayı öğrenin – örneğin çıtır çıtır ve esmer kabuk ile yumuşak iç kısım.

Isı Ölçümü: Duyusal İşaretler

Amerikalı şair Mary Oliver'in yazdığı gibi, "Dikkat etmek, bu bizim ebedi ve düzgün işimizdir." Oliver harika bir aşçı olmalı. Nitekim, evde veya profesyonel mutfaklarda tanıştığım bütün iyi aşçılar dikkatli gözlemcilerdi.

Tuz, Yağ ve Asit ile çalışırken, pişirme esnasında diliniz size rehberlik edebilir. Isıyı göz önünde bulundurduğunuzda ise diğer duyular daha önemli hale gelir; çünkü Isı'nın işi bitene kadar etkilerinin tadına bakamazsınız. Aşağıdaki duyusal işaretleri kullanarak çeşitli yiyeceklerin pişip pişmediklerine karar verebilirsiniz.

Görme

- Kekler ve hızlı kekler,* altın sarısı-esmer bir renk alır ve tepsinin kenarlarından çekilir. Orta kısma batırılan bir kürdan, kekin tipine bağlı olarak ya birkaç kırıntıyla yahut tertemiz çıkacaktır.
- Balık şeffaftan mata dönecektir. Kılçıklı balık, kılçığından ayrılmaya başlar. Somon ve alabalık gibi pullu derisi olan balıklar pullarını dökmeye başlar.
- Midye ve istiridye gibi kabuklu deniz ürünleri pişerken kabukları açılır. Karides ise renk değiştirir ve kıvrılmaya başlar.



* İngilizce'de *quick bread*, yani *hızlı kek* adı verilen keklerin karışımı hazırlanır hazırlanmaz pişirilmesi gerekir. (ed.n)



- Kinoa piştiğinde küçük bir kuyruğa benzeyen özü dışarı çıkar. Arpa ve buğday gibi iyi pişmiş tam tahıllar yarılmaya başlar. Taze makarna haşlandığında pörsür ve rengi açılır. Kuru (yumurtasız) makarnanın da rengi açılır ama bölündüğünde veya ısırıldığında ortası hâlâ beyaz kalmalıdır; bu *al dante* piştiğinin göstergesidir.
- Bol yağda kızaran yiyecekleri sadece yüzeylerinin rengiyle değil, aynı zamanda çıkardıkları köpüklere göre değerlendirin. Bol yağda kızarmış yiyecekler daha çok piştikleri için daha az köpük çıkarır çünkü yiyecekte kalan su miktarı azalmıştır.
- Düzgün pişirildiğinde tavuk eti şeffaftan mata döner ama hala suludur. Kümes hayvanı etini, kırmızı eti ve balık etini daima çentip içine bakabilirsiniz. Etin en kalın yerini kesip pişip pişmediğine bakın. Kızarmış tavuk budunu deldiğinizde de suyu berrak çıkıyorsa pişmiş demektir.
- Muhallebi piştiğinde içi titrektir, dış yüzeyi değil. Yumurta akları ise artık yapış yapış değildir.

Koku Alma

- Yemek pişirirken ortaya çıkan aromalar yemeğin tadından sonraki en değerli duyum ziyafetidir. Farklı esmerleştirme derecelerinde pişen soğanların kokularını öğrenin. Aynısını karamelleşen şeker için de yapın. Böylece sebze kızartırken arka odadan aldığınız kokuyla sebzelerinizin pişip pişmediğini anlayabilirsiniz.
- Sıcak bir tavada kavrulan baharatlar renk değiştirmeden uzun zaman önce aromalarını koyuverirler; bu, onları ateşten almanız için bir işarettir, kalan ısıyla pişmeye devam edeceklerdir.
- Yanık kokusuna her zaman için dikkat edip kaynağını bulun.

İşitme

- Yiyecek tavaya konur konmaz cızırdamalıdır. Bu her zaman için geçerlidir. Hem tavanın hem de yağın sıcak olduğu bu şekilde anlaşılır
- Fakat cızırtının farklı nitelikleri vardır... Cızırdama yavaşlayıp daha belirgin ve saldırgan olduğunda bu çıtırtıdır. Çıtırdama çok fazla sıcak yağın olduğuna ve tavadan biraz yağ almak gerektiğine işaret eder. Tavuk göğsünün diğer yanını çevirin veya esmerleşen kısa kaburgaları fırından alın.
- Kaynama sesini dinleyin. Özellikle de altını kısıp yemeği tıkırdama durumuna getirmeniz gerektiğinde. Dikkatli dinlerseniz, fırındaki folyo kaplı tavanın içindeki sıvının kaynamaya başladığını duyabilirsiniz. Böylece kontrol etmek için folyoyu kaldırmak zorunda kalmazsınız.

Dokunma

- Yumuşak etler pişerken sertleşir.
- Sert etler de pişerken sertleşir ancak tekrar gevşeyene ve dokununca dağılana dek pişmiş olmazlar.
- Pişmiş keke dokunduğunuzda kek eski şeklini alır.
- Bakliyat, tahıllar ve nişastalar piştikçe yumuşar.
- Makarna elastiktir; içi hafif sert olur.
- Sebzeler piştiğinde ise en sert kısımları yumuşamıştır.

Tuz, Yağ, Asit ve Isı ile Doğaçlama

Şimdi işin eğlence kısmına gelelim: Tuz, Yağ, Asit ve Isı'yı harikulade yemekler ve menüler hazırlamakta kullanmak. Nasıl yol alacağınıza dair açık seçik bir fikir edinmek için bu dört unsur bakımından temel soruları sorun. Ne kadar Tuz, Yağ ve Asit kullanacağım? Ayrıca ne zaman ve ne şekilde? Malzemeler en çok düşük mü yoksa yüksek Isı'dan mı istifade edecekler? Bu sorulara verdiğiniz cevapları sıralayın; böylece elinizde üzerinden doğaçlama yapabileceğiniz bir tema olacak.

Örneğin, bir dahaki Yılbaşı yemeğinde Tuz, Yağ ve Isı'yı kullanarak bugüne kadarki en sulu, en lezzetli hindinizi pişirin. Yumuşak, lezzetli bir et için eti önceden tuzlamalı veya tuzlu suya yatırmalısınız. Yağsız göğüs etinin altına otlu tereyağı dilimleri koyun. Pişirmeden önce oda ısısına getirin ve fırının ısısını eşit ve hızlı bir biçimde emmesi için omurga kemiğini çıkarıp (buna **spatchcock** deniyor) tavuğu düz yatırın. Ve tabiî kuşu dilimlemeden önce proteinlerin gevşemesi için 25 dakika kadar dinlendirin. Sonra tatlı, canlı bir kızılcık sosuyla her lokmasının tadına varın.

Aileniz sizden akşam kısa kaburga yapmanızı istediğinde onları önce hayır diyerek hayal kırıklığına uğratın. Onun yerine **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** veya **Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk** yedirin çünkü biliyorsunuz ki bunların ikisini de kısa sürede güzelce çeşnilendirebilirsiniz. Sabırlarından dolayı onları daha sonra ödüllendireceğinize söz verin. Kısa kaburga yapmaya hazır olduğunuzda kaburgaları geceden bolca tuzlayın. Ertesi gün etleri esmerleştirip aromatik sebzeleri yumuşatarak yemeği pişirin. Şarap ve domates katmayı unutmayın. Tavayı fırına verip hafif ısıda tıkırdatın; et daha yumuşak ve lezzetli hale gelsin. Hangi salsa sosunu yapacağınızı düşünün. Kaburgaları masaya getirdiğinizde, herkesin gözlerini inanmazlıkla fal taşı gibi açtığını göreceksiniz. Her lokmada kendilerinden geçecekler. Böyle bir lezzet birlikteliğini nasıl becerdiğinizi soracaklar. Siz de şöyle demekle yetineceksiniz: "Çok basit – Tuz, Yağ, Asit ve Isı ile tabii ki."

NE PİŞİRMELİ?

Artık *nasıl* yemek yapacağınızı bildiğinize göre, geriye *ne* pişireceğinize karar vermek kalıyor. Menü yazmak, yemek yapma sürecinin en sevdiğim kısımlarından biridir. Menüyü basit bir yapboz gibi düşünürüm: Önce bir parçayı bulurum, ardından gerisi gelir.

Demirlemek

Yemek pişirirken bir unsuru seçin ve onu yemeği üzerine inşa edeceğiniz temel haline getirin. Ben buna **demirlemek** diyorum; bu yöntem, lezzet ve konsept olarak bütünleşmiş bir menü oluşturmanın en iyi yoludur.

Demir, bazen yemeği iki gün öncesinden tuzladığınız belli bir malzeme olacaktır. Bu bir pişirme yöntemi olabilir; belki de yazın ilk gününde ızgarayı yakmak istiyorsunuz. Belki denemek istediğiniz bir tarif vardır. Bazen alışveriş yapmak için evden çıkmak bile zor gelir ve demir buzdolabı, dondurucu ve kilerde mevcut olan parçalardır.

Demir bazen bir sınır olabilir – zaman, yer, kaynak, ocak veya fırın kapasitesi. Yılbaşı akşamı fırının büyüklüğü çok değerli hale gelir; bu durumda demiriniz fırın olur. Menünüzdeki yiyeceklerin hangilerinin fırında pişeceğine karar verin ve diğer yemekleri ocakta veya ızgarada pişirilebilir veyahut oda ısısında servis edilebilirler arasından seçin. Hafta içi akşam yemeği için demiriniz yemeğe ayıracak sınırlı zamanınızın bulunması olabilir; yemeğini yapacağınız eti buna göre seçeceksiniz. Bir pazar günü bunun tam tersi geçerli olabilir; o zaman da sadece menünüzü değil bütün gününüzü yavaş pişirmeye göre ayarlayabilirsiniz.

Canınız Meksika, Hint, Kore veya Tai yemeği çektiğinde, bu yerlerin lezzetlerini demir olarak algılayın. Size ilham veren mutfağın en çok kullandığı malzemeleri düşünüp, buna dayanan bir yemek hazırlamaya koyulun. Yemek kitaplarına, çocukluğunuzdaki seyahat veya hatıralarınıza başvurun ya da anneannenizi, halanızı, teyzenizi arayın. Büyüklerinizin tavsiyesine uyarak geleneksel yoldan gitmek mi yoksa **Lezzet Dünyası**'na (bkz. sf. 195) başvurarak bir yörenin ruhunu zaten pişirmeyi bildiğiniz bir yemeğe katmak mı istediğinize karar verin.

Semt pazarında benim sık sık yaptığım gibi coşup, eve kullanabileceğinizden fazla yiyecekle dönerseniz, bunları demir olarak düşünün. Kahvenizi alıp mutfak masasına oturun; en sevdiğiniz yemek kitaplarını raftan indirip – ya da bu kitabın tarif sayfalarını karıştırıp – ilham aramaya koyulun.

Chez Panisse'deki ilk işlerimden birine *garde-manger* – yani Fransızca "yeme muhafızı" – deniliyordu. Her sabah altıda işe başlıyordum ve ilk işim dört soğuk hava deposunun içine girip bütün yiyeceklerin tek tek envanterini çıkarmaktı. Şef önlüğümün içine bir kazak giymeyi kısa zamanda öğrendim çünkü buradaki dev buzdolapları insanın kemiklerini sızlatacak kadar soğuktu. Ayrıca bu görevin her sabah şeflerin menü yazmalarını nasıl etkilediğini de öğrendim. Ancak ellerinde ne olduğunu, tedarikçi, çiftçi, rençper ve balıkçıların o gün bize ne getirdiklerini tam olarak bildikleri zaman mümkün olan en iyi menüyü hazırlamaya koyuluyorlardı. Eğer ben işimi yapmazsam onlar da yapamazlardı.

Sabahları mutfağımız diğer aşçıların faaliyetleri ve bulaşık makinesinin restoranı dolduran gürültüsüyle canlanmadan önce yaptığım bu sessiz buzdolabı gezintilerini sever oldum. Kısa bir süre sonra eldeki her şeyi not etmenin ister restoranda ister evde *ne* pişireceğime karar vermenin ilk adımı olduğunu anladım. Öncelikle bir şeyin tadı kötüyse, hiçbir Tuz, Yağ, Asit, Isı numarası bu gerçeği değiştirmeyecektir. Her zaman bulabildiğiniz en lezzetli yiyecekleri almaya çalışın.

Elinizdeki ürün, et, süt ürünleri veya balık ne kadar tazeyse, tadı da o kadar iyidir. Eksериya yakın yerlerden gelen ve mevsimi olan yiyecekler de daha taze ve leziz olur.

Semt pazarına gidemediğinizde, marketteki en taze ürünleri arayıp bulun. Mutfakta olduğu gibi markette de duyularınızı kullanarak yolunuzu bulun. Yeşillikler pörsümüşse ve domatesler çok iyi kokmuyorsa, dondurulmuş ürünler bölümüne gidip orada saklanmış ürünler arasından seçim yapın; dondurulmuş meyve ve sebzeleri unutmak kolaydır ama bunlar en taze oldukları zaman toplanıp dondurulurlar. Kışın ortalarında – ya da başka bir şey bulamadığınız zamanlarda – donmuş bezelye ve mısır, hoş bir doz bahar ve yaz lezzeti sunabilir.

NE PİŞİRMELİ?

BU KİTABI OKUDUM MU?

HAYIR — Peki ANLIYORUM. ama BU KİTAP ASLINDA **HEDEFTEN** ZİYADE BİR **YOLCULUK** HAKKINDA. O YÜZDEN belki de HAYATTA **KESTİRME YOLDAN** GİTMEYE ÇALIŞMAYI BIRAKIP BAŞLANGICA DÖNMENİZ GEREKİYOR. optüm

EVET — ÇOK GÜZEL. HANGİ UNSURLA DENEY YAPMAK İSTERSİNİZ?

TUZ

YAŞASIN! NE ÇEŞİT BİR ÇEŞNİLENDİRME YAPMAK İSTERSİNİZ?

- İÇERİDEN
  - ANA YEMEK
    - BAHARATLI Mİ?-
      - EVET! → BAHARATLI SALAMURA HİNDİ GÖĞSÜ
      - YOK YA → PEKİ TATLI OLSUN MU?
        - EVET! → ADAÇAYI VE BALLI TÜTSÜLENMİŞ TAVUK
        - HAYIR → ÖYLEYSE YAYIKALTI SÜTÜYLE MARİNE EDİLMİŞ KIZARMIŞ TAVUK
  - YARDIMCI YEMEK
    - KİLERİNİZDE NE VAR?
      - MAKARNA → HERHANGİ BİR MAKARNA TARİFİNİ SEÇİN VE İÇERİDEN DIŞARIYA ÇEŞNİLENDİRİN
      - BAKLİYAT → O BAKLİYATI BİR AVUÇ TUZLA ISLAYIN
- AHENK
  - ANA YEMEK
    - MAKARNA → PASTA ALLA PUTTANESCA'YI DENEYİN. UĞRUNA CAN VERİLİR
    - TAVUK → GLAZE BEŞ BAHARATLI TAVUK
  - YARDIMCI YEMEK
    - KREMALI → SEZAR'A SELAM OLSUN!
    - CANLI → O ZAMAN YUNAN SALATASI

YAĞ

- EMÜLSİYON DERSİ
  - NE KADAR SABIRLISINIZ?
    - SIFIR → HARİKA! → TAHİNLİ SALATA SOSU YAPIN
    - SABIR TAŞI GİBİYİM → PEKİ → PEKİ, MAYONEZ YAPMAYA NE DERSİNİZ?
- AHENK DERSİ
  - NE KADAR ZAMANINIZ VAR?
    - BÜTÜN GÜN → BİRALI HAMURLA KAPLI BALIK'I TEK GEÇİN
    - HİÇ VAKTİM YOK → OLSUN - MAVİ PEYNİRLİ SALATA SOSU YAPIVERİN GİTSİN

ASİT

O ZAMAN BİRAZ ASİT AHENGİ!

DOYURUCU MU YOKSA HAFİF Mİ OLSUN?

- MÜKELLEF BİR YEMEK, LÜTFEN
  - MAKARNA → MÜKEMMEL. PASTA ALLE VONGOLE YAPMAYI DENEYİN. İNANILMAZ BİR YEMEK
  - TAVUK → SİRKELİ TAVUK'U DENEYİN
- HAFİF YAPALIM
  - KREMALI → YAYIK ALTI SÜTLÜ PANNA COTTA İLE ŞARAPTA POŞE EDİLMİŞ MEYVE HARİKULADEDİR
  - CANLI → CANLI LAHANA SALATASI MÜKEMMEL HAFİF, CAPCANLI BİR SALATADIR. MUTLAKA DENEYİN!

ISI

ÇOK GÜZEL. HANGİSİNİ DENEMEK İSTERSİNİZ?

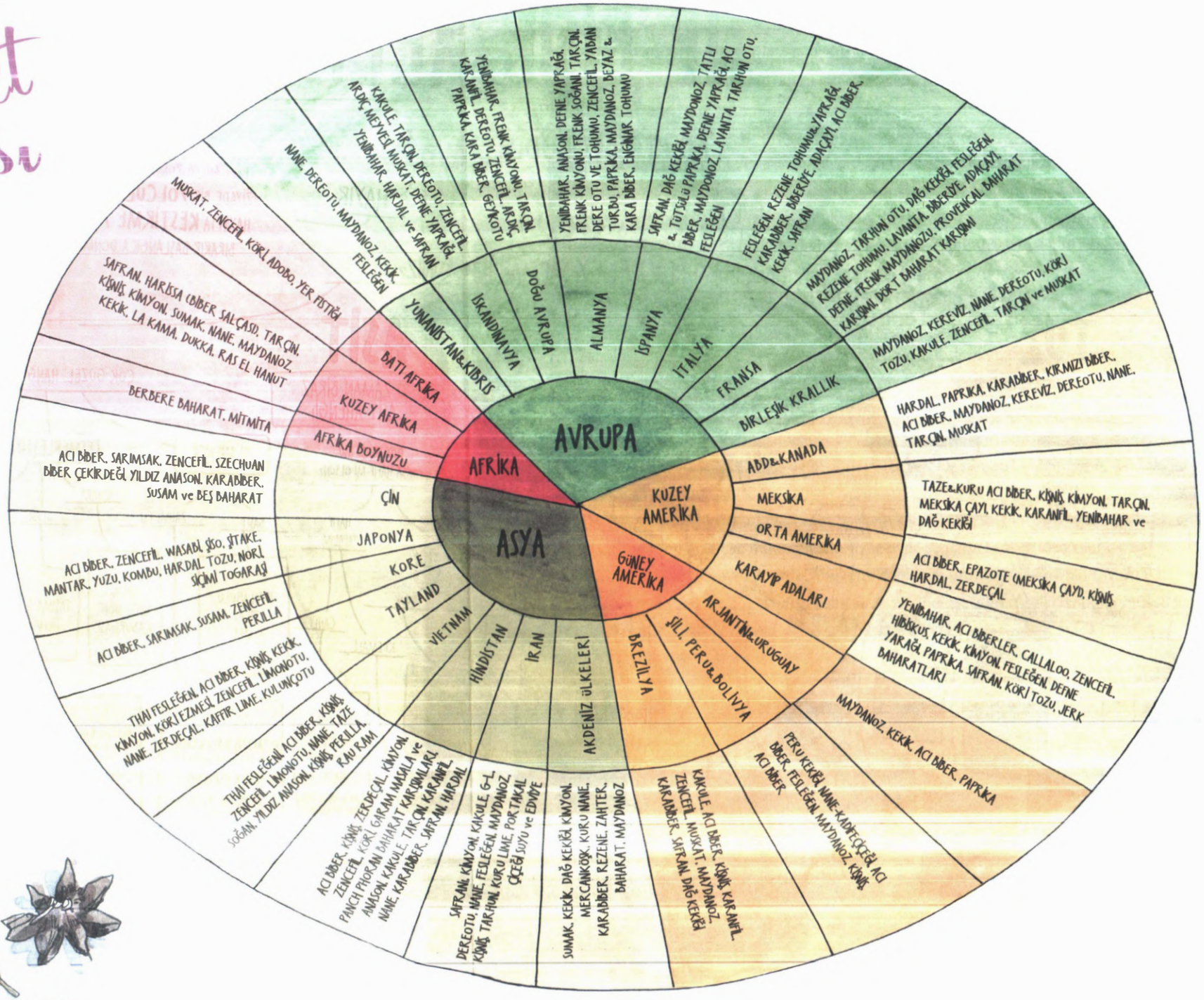
- ISI AHENGİ
  - BASİT → İRAN USULÜ PİLAV. MMM...
  - ZAHMETLİ → KIZARMIŞ BALKABAĞI VE MAVİ PEYNİRLİ TURTA YAPMAYI DENEYİN. AŞIRI LEZZETLİ!
- ESMERLEŞTİRME
  - IZGARA → KALIN/İNCE SIĞIR KABURGASI
  - OCAK → TAŞIMA BANDI TAVUĞU!!!
  - FIRIN → ROSTO BALKABAĞI İLE BRÜKSEL LAHANASI AGRO DOLCE
- YUMUŞATMA
  - YUMUŞAKLIĞI KORUMAK
    - HIZLI → PARMAK YALATAN TAVADA KIZARMIŞ TAVUK
    - YAVAŞ → FIRINDA YAVAAAAAAAAŞ KIZARMIŞ SOMON
  - SERTİ YUMUŞATMAK
    - ANA YEMEK → TAVUKLU MERCİMEKLİ PİLAV
    - YARDIMCI → RİCOTTA SALATALI ACILI RAPİNİ

(*) BUNLAR KİTABIN ÖNCEKİ SAYFALARINDA RESİMLİ OLARAK TARİF EDİLMİŞTİR.

Lezzet Dünyası

BU ÇARK SAYESİNDE DÜNYANIN ÇEŞİTLİ YERLERİNE ÖZGÜ YEMEKLER YAPARKEN KULLANACAĞINIZ LEZZETLERİ SEÇİN. YEMEĞE AYNI LEZZETİN BİRDEN ÇOK BOYUTUNU EKLEMEK İÇİN AROMATİK BAZ VE GARNİTÜRLERE OT ve BAHARATLARI YAYIN.





DENGE, AHENK VE SINIR

Demir olarak kullanacağınız unsuru seçtikten sonra yemeğinizi dengelemeye başlayın. Uzun pişen zengin yemekleri hafif, taze lezzetlerle dengeleyin. Ekmekli bir başlangıç – belki **Kış Panzanella'sı** veya **Domates ve Ricotta Peynirli Kızarmış Ekmekler** – servis etmeyi düşünüyorsanız, yemeğin geri kalanında ağır nişastalardan kaçının – mesela makarna, kek ve ekmek tatlısı yapmayın. **Muhallebili Çikolatalı Puding Tart** yemeğin son elemanıysa, ağır bir **Pasta Alfredo** ya da kremalı bearnaise sosla ıslatılmış biftek yapmaktan kaçının.

Malzemelerde olduğu gibi doku ve lezzetlerde de karşıtlık kurun ve tekrardan kaçının; domates çorbası, salata ve *granita* ile bir mevsimin gelişini kutluyorsanız orası ayrı tabii. Yumuşak, geleneksel yiyecekleri kıtır kıtır ekmek parçaları, kavrulmuş fındık veya çıtır jambon parçalarıyla süsleyerek ilginç hale getirebilirsiniz. Ağır et yemeklerini canlı, asidik soslar ve şok haşlanmış veya çiğ sebzelerle servis edin. Ağzı kurutan nişastalıları ağzı sulandıran soslarla servis edin ve güzelce çeşnilendirilmiş, lezzetli bir salatanın hem yardımcı yemek hem de sos görevi göreceğini göz önünde bulundurun. Öte yandan, ızgara biftek veya poşe tavuk gibi basitçe pişirilmiş etlerin yanında fırında kızarmış, sote veya yağda kızarmış sebzeler servis edin.

Mevsimlerden ilham alın; mevsimindeki yiyecekler tabakta birbirini doğal olarak tamamlar. Örneğin; mısır, fasulye ve kabak tarlada yan yana yetişir, sonra bu üç kız kardeşler succotash'ta yeniden buluşurlar. Domates, patlıcan, kabak ve fesleğen ile Akdeniz'in hangi kıyısında olduğunuza bağlı olarak *ratatouille*, *tian* veya *caponata* yapabilirsiniz. Sert bir kış bitkisi olan adaçayı, yaprakları – ve tadı – kış mevsimine dayanıklı olduğu için balkabağını doğal olarak tamamlar.

Kolayca bastırılabilecek narin malzemeleri temiz, canlı lezzetlerle birleştirin – hafif et suyu, yumuşak sebzeler ve sonunda biraz taze sıkılmış limon suyu yeterli, esmerleştirme istemez. Bezelyeyle kuşkonmaz, narin somon veya pisi balığı ya da yaz meyveleriyle yapılmış bir salata düşünün. Bazen hava, mevsim veya durum, kuvvetli lezzetler gerektirir: Et haşlamada hem aromatiklerin hem de etin önceden yoğun bir şekilde

esmerleştirilmesi, ağır tiritler, peynirler, mantarlar, ançüezler ve umami'si bol iştah açıcı diğer malzemeler. Genel olarak titizlik *ve* derinlik dengesi kurmaya çalışın.

Yemeğin bir kısmını veya sofradaki yemeklerin bir kısmını bol baharatlı kalanı az çok sade yapın, böylece lezzet duyargalarınızı aşırı yüklemiş olmayın. Basit bir püre havuç çorbasını sadeyağa serpilmiş baharatla çeşnilendirilmiş bir yoğurtlu *raita* ile süsleyin. Fasulye ve pilava birkaç kimyon tohumu serpin ama takonun içine koyacağınız etek bifteğin her yanını bolca kimyon tohumu, çili sarımsakla ovun.

Yemeğin tadını beğenmediyseniz, önce Tuz, Yağ ve Asit derslerine bir daha bakın. Bu üç unsurun dengede olup olmadığını kontrol edin. Genellikle bu denge yeterli olur. Yemek hâlâ lezzetli değilse bir umami bulun. Biraz soya sosu, ançüez ezmesi veya Parmesan epey fark yaratabilir. Nihayet, kıvama gelelim. Tatsızlığın sebebi değişmez kıvam mıdır? Belki kıtır ekmek parçaları, kavrulmuş fındık ya da turşu karşıtlık katacaktır.

Bilim insanları, bizim bu türlü zıtlıklarla duyularımızı çalıştıran yiyecekleri tercih ettiğimizi ortaya koydular. Açık ile koyu, tatlı ile tuzlu, gevrek ile yumuşak, sıcak ile soğuk ve tatlı ile ekşi.

Tabiî bir de otlar ve baharatlar var ki bunlar en yavan yemeği bile canlandırabilir. Otlu salsalar, biber sosları, bir tutam doğranmış maydanoz, Lübnan zahteri veya Japon *shichimi togarashi* bütün yemekleri ayağa kaldırabilir.

Bir yemeğin tüm lezzetlerini ahenk içinde yayarak, sıkı örülmüş bir lezzet ve aroma tabanı meydana getirin. Her malzemeyi birden fazla biçimde kullanarak yemeğe boyut katın: Limon kabuğu rendesi *ile* limonun suyu; kişniş tohumu *ile* yaprakları rezene tohumu *ile* yaprakları *ve* kökü; taze biber *ile* kurutulmuş acı biber; kavrulmuş **fındık *ile* fındık yağı.**



Ayrıca, menü yazmak zor geliyorsa şunu hatırlayın: Kemerinizin altında ömrünüz boyunca dengeli

bir menü yaratıldı durdu. Restoranda birden fazla yemek ısmarladığınızda bu tür bir akıl yürütmeyi zaten yapıyorsunuz. Bir salata ısmarladığınız, sonra yemek partnerinizle bir makarna, ana yemek ve tatlı paylaştığınız zaman, fark etmeden dengeli bir yemek yaratırsınız. Sezar salata, köfte, makarna, kızarmış tavuk ve dondurmayı hep beraber ısmarlamayı içinizden geçirseniz bile, böyle bir aşırılığın karşısında ödeyeceğiniz bedelin farkında olduğunuz için bunu yapmazsınız.

Mutfakta yapacağınız her seçimin belli bir sebebi olmalıdır. Gelişigüzel bir yemeğin tadı da gelişigüzel olur. Bu demek değil ki kilerde ya da buzdolabında kalanlardan yemek yapılmaz – bilakis! Yapabilirsiniz, ancak hangi malzemenin hangisiyle iyi gittiğine dikkatlice karar vermelisiniz.

TARİF KULLANIMI

Şef Judy Rodgers bir keresinde "Yemeklerin tadını güzel yapan tarifler değil, insanlardır," demişti. Ne kadar doğru bir söz! İyi yemeğe giden yol genellikle basittir: Tuz, Yağ ve Asit'i iyi ayarla ve doğru Isı çeşidini doğru süre boyunca uygula. Bazen de bir tarife danışmanız gerekir. Gerek genel bir ilham gerekse adım adım talimat almak için iyi bir tarif paha biçilemezdir.

Ne var ki, tarifler bizi yemek pişirmenin düz bir hat boyunca ilerleyen bir süreç olduğuna inandırır. Oysa çoğu iyi yemek dairesel bir süreçten doğar; tıpkı bir örümcek ağı gibi, bir noktaya dokunursanız bütün yapı titrer. Bu kitapta daha önce mükemmel Sezar salata sosunun kimyasını tarif etmiştim. Burada, örneğin eklediğiniz ançüezlerin miktarı tuzun miktarını; bu da ekleyeceğiniz peynirin miktarını; o da ne kadar sirke ekleyeceğinizi etkileyecektir. Sirkenin ise limon suyuyla hafifleştirilmesi gerekebilir. Her seçim bütünün bir parçasıdır ve nihaî amaç mümkün olan en derin lezzeti elde etmektir.

Tarifi, bir yemeğin şipşak fotoğrafı olarak düşünün. Tarif ne kadar iyiyse, fotoğraf da o denli ayrıntılı, açık ve çarpıcı olur. Ancak en güzel fotoğraflar dahi bir yerde bulunmanın; oranın kokularını, tatlarını ve seslerini bizzat tecrübe etmenin yerini tutamaz. Nasıl ki fotoğraflar bütün duyularımızı tatmin edemezse, tarifler de onların yerini tutamaz.

Harika bir tarif, harika bir fotoğraf gibi bir hikâye anlatır; hem de güzel bir biçimde anlatır. Daha zayıf fotoğraflar bütün noktaları birleştiremeyebilir. Bunun birçok sebebi vardır ve bazıları aşçının becerisinin sınırlarıyla ya da tarifin denenmiş olup olmamasıyla alakalı olabilir. Kısacası, hiçbir tarif kusursuz değildir. Pişiren sizsiniz, orada olan sizsiniz, sizi umduğunuz sonuca götürmesi için bütün duyularını – en çok da sağduyusunu – kullanması gereken de sizsiniz. Yıllar içinde, iyi aşçıların tarifleri takip etmeye başladıklarında eleştirel ve bağımsız düşünmekten vazgeçtiklerine **hayretle şahit oldum.**

Bir tarifi seçtiğiniz zaman okuduklarınızın sizin kendi malzeme ve mutfağınıza dair bilgilerinizi ve en önemlisi de sizin damak tadınızı bastırmasına izin vermeyin. Gerçek anlamda orada bulunun. Karıştırın, tadın, ayarlayın.

Belli bazı tarifler – bilhassa tatlı tarifleri – harfi harfine uygulanmalıdır. Yine de bence

en iştah açıcı tarifler rehberlikten biraz daha fazlasını yapar ve bazı rehberler diğerlerinden daha iyidir. Tariflerdeki gizli şifreleri çözerek sizi nereye götürdüklerini önceden görmeyi öğrenin.

Et haşlama, *ragù* veya biberli biftek yapmayı öğrendikten sonra, aynı genel yörüngeyi takip edin; kendinizi hürleşmiş hissedeceğinizi umuyorum. Hangi tavayı kullanacağınıza, tavayı ne kadar ısıtacağınıza, esmerleştirme için hangi yağı kullanacağınıza ve piştiğini nasıl anlayacağınıza karar vermek için, tarifin ne dediğine bakmadan kendi yargınızı kullanın.

Bazen, paketin üzerindeki tarifle başlarsanız yanılma ihtimali olmaz. Yediğim en lezzetli balkabağı tarifi, Libby marka konserve balkabağının etiketinin üzerindeki tarifin bir versiyonuydu. Ağır kremanın yerine suyu alınmış süt kullanılıyordu (aslında bundan ilham alarak İkinci Bölüm'deki bir tarifimi oluşturdum). Chez Panisse'de kullandığımız mısır ekmeği tarifi, Alber mısır unu kutusunun arkasındaki tarifin hafif bir çeşitlemesidir. Ayrıca çok sevdiğim çikolata parçalı kurabiye tarifi orijinal Toll House tarifinin de ufacık bir değişiklikle birebir kopyasıdır: Fark, esmer şekerin miktarında ¼ ölçü artış ve beyaz şekerin miktarında aynı ölçüde bir kısıtlamadan ibaret.

Bir yemeği ilk defa yaparken aynı yemek için birkaç farklı tarifi okuyun ve notları karşılaştırın. Tariflerde hangi malzeme, teknik ve çeşnilendirmelerin ortak, hangilerinin farklı olduğuna bakın. Bu size yemeğin neresinde taviz veremeyeceğinize, neresinde küçük bir doğaçlama yapabileceğinize dair bir fikir verir. Zamanla hangi şeflerin ve yazarların gelenekçi, hangilerinin daha serbest olduklarını öğrendikçe tarifler ve pişirme tarzları arasında seçim yapmak için daha donanımlı olacaksınız.

Uzak ülkelerden yemekler yapacağınız zaman, hiçbir malzeme merak duygunuzun yerini tutmayabilir. Hiç görmediğimiz yerlerin yemeklerini yapmak ve yemek, ufkunuzu genişletmenin, dünyanın sihir ve sürprizlerle dolu büyük, güzel bir yer olduğunu hatırlamanın etkili (ve genele göre daha iyi!) bir yoludur. Merakınız sizi yeni kitap ve dergilere, internet sitelerine ve restoranlara, aşçılık kurslarına ve tabii şehir, ülke ve kıtalara sevk etmeli.

Yemek pişirmenin tabiatı devamlı değişir. Bezelyenin tadı bile iki farklı günde pişirildiğinde değişir çünkü içerdiği şeker nişastaya dönüşür. Bezelye tanelerin en iyi tadı çıkarabilmek için farklı muamele görmeleri gerekir yani bugün, burada, bu malzemelerle en iyi ne **yapılabileceğini anlamak için özen göstermelisiniz.**

Bütün bunları – ve Birinci Bölümde öğrettiğim her şeyi – zihnimin bir köşesinde tutarak İkinci Bölümde en temel ve çeşitli tarif ve önerilerimi derledim. Geleneksel bir yemek kitabındakinden biraz farklı bir düzende verilen bu tarif ve öneriler; Tuz, Yağ, Asit ve Isı'da ortaya koyduğum örnek ve dersleri yansıtıyor. Yola çıkarken çarklara ve görsel tariflere baş-

vurun. Bunlar biraz alıştırma tekerleklerine benzer: Onlarsız yemek yapabilecek hale gelene dek onları kullanmaya devam edin. Sonra rehber olarak yalnızca dört ana unsuru kullanmaya başlayın. Bunlar yeterli olacaktır.

• • •

Geçen akşam milyonuncu kere *Neşeli Günler* (1965) filmini seyrederken şarkılara arsızca eşlik ediyordum. "Do-Re-Mi" şarkısını birden çok farklı bir şekilde algılamaya başladım. Şöyle bir şey: "Notaları öğrendiğin zaman, her şarkıyı söyleyebilirsin." Bu fikre alışmaya çalışırken, benim korkunç detone sesimle şarkı söyleyişimi hayal etmeyi de ihmal etmeyin tabii. Tuz, Yağ, Asit ve Isı'nın temellerini bildiğiniz zaman her şeyi pişirebilir, hatta her şeyi güzel pişirebilirsiniz.

Bunlar mutfak skalasının dört notasıdır; her birini iyi bilin. Klasiklerde kendinizi eğittikten sonra bir caz müzisyeni gibi standartlara kendi imzanızı atarak doğaçlama yapmaya başlayın.

Her yemek yapmaya hazırlandığınızda, Tuz, Yağ, Asit ve Isı unsurlarını düşünün. Pişirdiğiniz belli yiyecekler için doğru Isı çeşidini kullanın. Yemeği tadarak Tuz, Yağ ve Asit dengesini ayarlayın. Aklınızı ve duyularınızı kullanarak ilerleyin. Yüzlerce kez yaptığınız yemekleri yaparken bu temel unsurları göz önünde bulundurun ve egzotik yemekleri ilk defa pişirirken yönünüzü bulmak için bunları kullanın. Tuz, Yağ, Asit ve Isı sizi asla yarı yolda bırakmaz.

İKİNCİ BÖLÜM

TARİFLER ve ÖNERİLER

MUTFAK TEMELLERİ



ARAÇ GEREÇ SEÇİMİ

Mutfaktaki her göreviniz için doğru alet seçimi konusunda bu listeden yardım alabilirsiniz.

Tırtıklı Bıçak – Şef Bıçağı – Soyma Bıçağı

Tırtıklı bıçağı birkaç yerde kullanabilirsiniz: Ekmek, domates ve kek dilimlerken. Diğer her şey için şef bıçağı kullanın – ne kadar keskin o kadar iyi. Soyma bıçağını ise ince bir iş yaparken kullanın.

Tahta Kaşık – Metal Kaşık – Silikon Spatula

Yemekleri tahta kaşıkla karıştırın; tahta kaşık tava/tencereyi zedelemeyecek kadar yumuşak ama kızarıp yapışan parçaları kazıyacak kadar da sağlamdır. Metal kaşık, chili veya *ragù* için kıymayı kavururken idealdir – kaşığın kenarıyla eti bölebilirsiniz. Silikon spatulayı ise bir kâse veya tavadaki yiyeceği son zerresine kadar kazımak için kullanın.

Kızartma Tavası – Güveç Tenceresi

Mühürleme, soteleme için veya amacın yiyecekleri esmerleştirmek olduğu her noktada kızartma tavası kullanın. Buharı hapsederek yiyecekleri yumuşatmak için daha derin olan tencereyi tercih edin. Derin olduğu için yağın sıçramasını önleyeceğinden bazı tencerelerde derin yağda kızartma da yapılabilir.

Fırın Tepsisi - Kâse

Üzerine pişirme kâğıdı serili fırın tepsisi; şok haşlanmış sebzeleri, esmerleştirilmiş etleri, kaynatılmış tahılları veya fazla pişmeden çabucak soğuması gereken her şeyi koyabileceğiniz ideal bir zemin sunar. Sebze, kruton veya başka herhangi bir şeyi kızartacağınız zaman, önce bir kâsede yağ ve tuza bulayıp sonra tepsiye yerleştirin.

Tavsiye edilen mutfak araçlarının verildiği tam liste için kitabın sonuna bakın.

MALZEME SEÇİMİ

Tuz Üzerine Bir Not

Tuz hakkında söyleyenecek çok şey var. O kadar ki tuz üzerine koca bir bölüm yazdım. Bu tariflerle mutfağa girmeden önce tuz bölümünü okumanızı tavsiye ediyorum ama kendinize engel olamazsanız da sorun değil.

Kullanılacak tuzun tipini veya miktarını belirtmeyen bir tarife denk gelirseniz, elinizde hangi tuz varsa onu kullanın (elinizde sadece iyotlu sofra tuzu varsa onu atıp gidip koşer veya deniz tuzu alın). Bir iki tutam tuzla başlayın, sonra istediğiniz yere varmak için baştan başlayarak sık sık tadın ve ayarlayın.

Bir çorba kaşığı tuzun tuz çeşitlerine göre ağırlığının ve (tuzluluğunun) ne kadar değiştiğini görmek için sf. 43'teki **Tuzlama Önerileri**'ne bakın. İpucu: Çok değişiyor. Tam da bu yüzden önce önerilerime göz atmanızı tavsiye ediyorum. Bu tarifleri Diamond Crystal marka koşer tuzla (kırmızı kutu) ve marketten kiloyla satın alınan tuzla ayrı ayrı denedim. Morton marka koşer tuz (mavi kutu), hacim olarak neredeyse iki kat tuzlu; yani bu tuzu kullanırsanız tariflerde verilen tuz miktarının *yarısını* kullanmanız gerekir.

Nerede Tasarruf Etmemeli

Kitapta yer alan çoğu tarifte, tüm marketlerde bulunabilecek malzemeler yer alıyor. Yine de ben bazı birkaç malzemeye epey para harcamaktan çekinmem, size de böyle yapmanızı tavsiye ederim. İyi yemek pişireceksek öncelikle malzememiz iyi olmalıdır. Pişirdiğiniz en lezzetli akşam yemeğine oturduğunuzda bana teşekkür edeceksiniz.

Bütçeniz elverdiğince kalitelisini alacaklarınız

- Raf ömrü en fazla bir yıl olan soğuk sıkım Sızma Zeytinyağı
- İtalya'dan birkaç kalıp Parmesan peyniri
- Çikolata ve Kakao Tozu

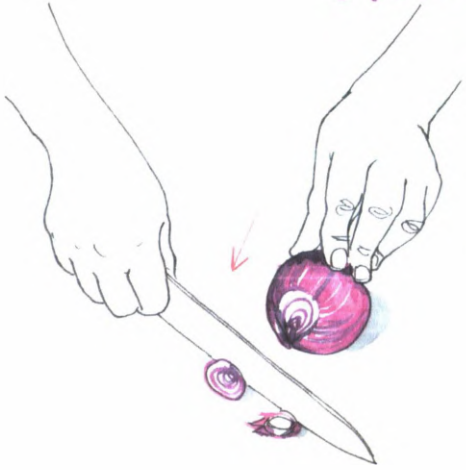
Doğalını alın veya kendiniz hazırlayın

- **Taze otları** toplayıp doğrayın
- **Limon** ve **lime** sıkın
- **Sarımsağı** soyun, doğrayın ve dövün
- **Baharatları** öğütün
- **Tuza basılmış ançüezleri** suda bekletin, durulayın, fileto yapın ve doğrayın
- Elinizden geldiği zaman **tavuk suyu** yapın (tarif için bkz. sf. 271) veya kutu/konserve yerine kasabınızdan taze ya da dondurulmuş tavuk suyu alın. Onu bulamazsanız su kullanın.

Temel kiler malzemeleri listesini kitabın arkasında bulabilirsiniz. Malzeme seçme konusunda daha fazla ayrıntı içinse birkaç sayfa gerideki **Ne Pişirmeli?** başlığına bakın.

BİRKAÇ TEMEL BECERİ

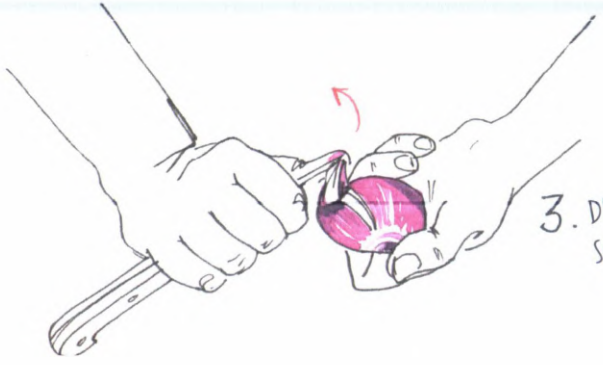
Dilimlenecek & Küp Küp Doğranacak Soğanın Hazırlanması



1. **A.** KÖK KISMINI KESİN
   B. SAP UCUNU KESİN



2. KÖKÜNDEN SAPINA KADAR KESEREK İKİYE BÖLÜN (BÖYLECE DAĞILMASINI ÖNLERSİNİZ – KESMESİ DAHA KOLAY OLUR. BİR YARISINI KULLANIR DİĞERİNİ SAKLARSINIZ)



3. DIŞ KABUĞUNU SOYUN

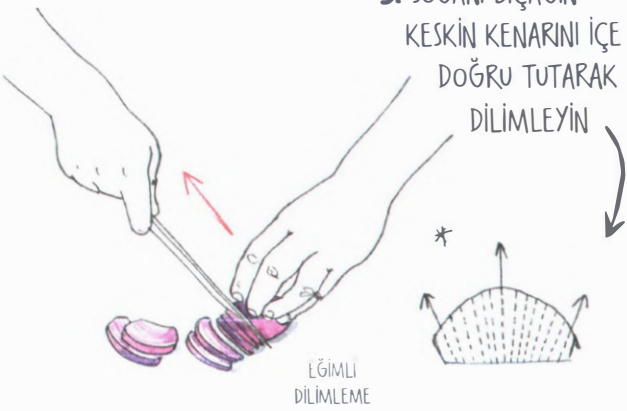
Soğan Nasıl Dilimlenir?

1-3. ADIMLARI UYGULADIKTAN SONRA:

4. BIÇAĞI 45 DERECE AÇIYLA TUTARAK KÖKÜ KESİN



5. SOĞANI BIÇAĞIN KESKİN KENARINI İÇE DOĞRU TUTARAK DİLİMLEYİN

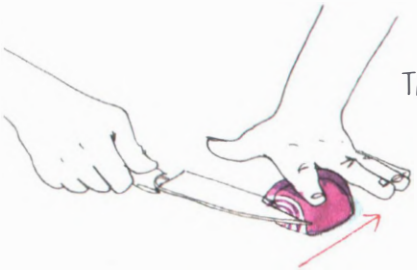


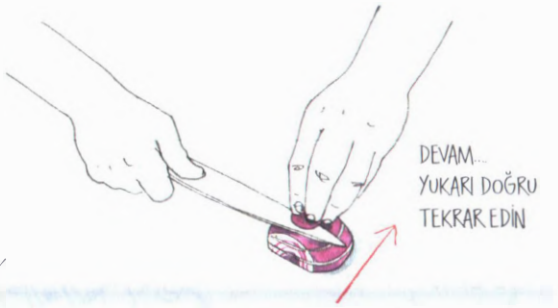
EĞİMLİ DİLİMLEME

Soğan Nasıl Küp Küp Doğranır?

1-3 ADIMLARI UYGULADIKTAN SONRA:

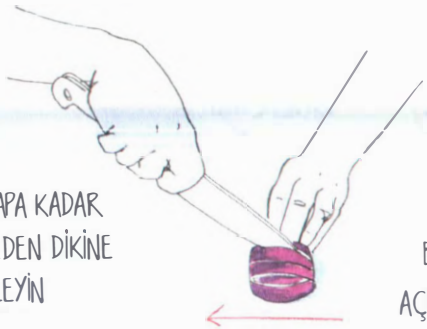
4. KÖKTEN SAPA DOĞRU YATAY OLARAK TAM SAPA ULAŞMADAN DİLİMLEYİN





DEVAM... YUKARI DOĞRU TEKRAR EDİN

5. YİNE SAPA KADAR GİTMEDEN DİKİNE DİLİMLEYİN



6. BIÇAĞI 90 DERECE AÇIYLA TUTARAK BÜTÜN SOĞANI KÖKTEN SAPA DİLİMLEYİN



Sarımsak Nasıl Ezilir?



1. BİR İKİ DİŞ AYIKLAYIP YEŞİL SAPLARINI ÇIKARIN



2. İNCE İNCE DİLİMLEYİN



3. MİNİK MİNİK DOĞRAYIN



4. SÜRTÜNME İŞLEMİ İÇİN bir TUTAM TUZ ilave EDİN



5. BIÇAĞIN YAN KISMIYLA SARIMSAĞI İYİCE EZİN

6. HEMEN KULLANMAYACAKSANIZ, OKSİTLENMEYİ ÖNLEMEK için EZİLMİŞ SARIMSAĞINIZI bir KÂSEYE KOYUP ZEYTİNYAĞIYLA kaplayın

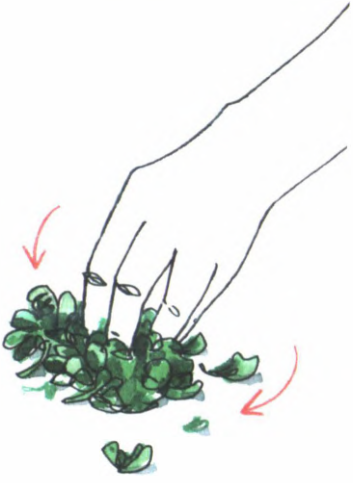


Maydonoz Nasıl Kıyılır?

1. BAKIN! NE ÇOK BAŞIBOŞ OT!



2. YAPRAKLARI YIĞIN HALİNE GETİRİN



3. BIÇAĞI YIĞININ İÇİNDEN GEÇİRİN

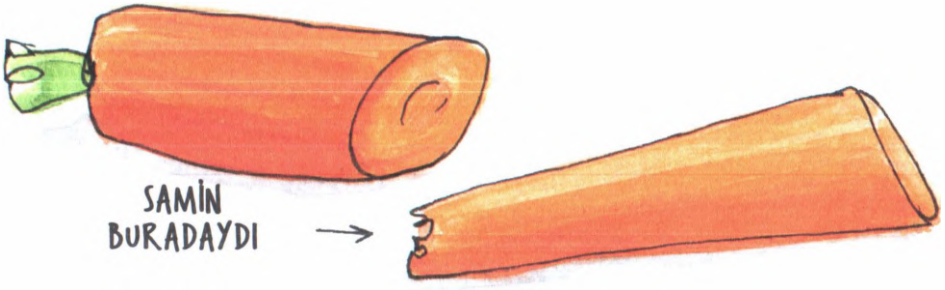


4. BIÇAĞI İLERİ GERİ OYNATARAK HEPSİNİ İNCE İNCE KIYIN



DOĞRAMA ÖLÇEĞİ

ÇİZİMLER GERÇEK BOYUTTADIR



küp doğrama



BÜYÜK KÜP

KÜÇÜK KÜP

SIFIR KÜP



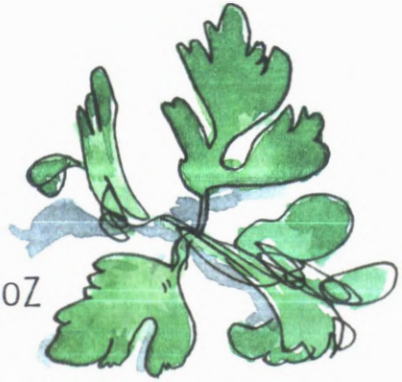
soyma



kıyma

Yaprak ve/veya Filiz



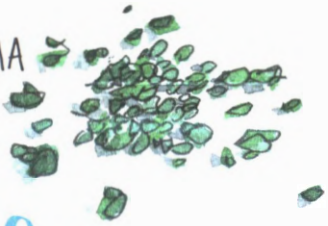


MAYDANOZ

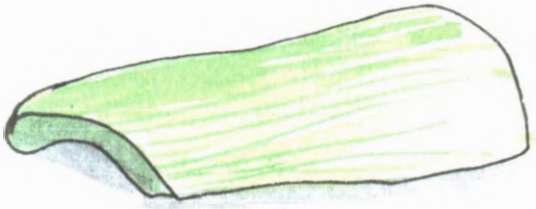


BÜYÜK DOĞRAMA

KÜÇÜK DOĞRAMA



doğrama



KEREVİZ (KESME)



FETA PEYNİR (UFALAMA)

dilimleme



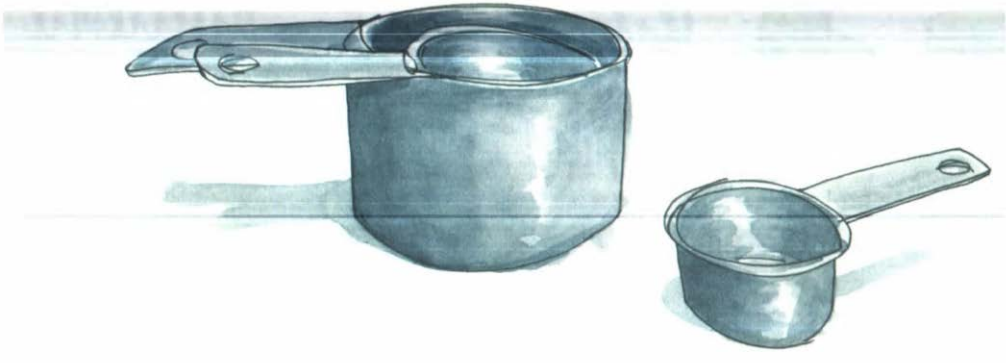
KALIN DİLİMLEME

ufalama



İNCE DİLİMLEME

TARİFLER



SALATALAR

Annem müthiş bir aşçıdır. Mutfağı yumuşak kuzu inciklerden tutun da gül kokulu pudinglere kadar çok çeşitli yiyecek ve lezzetlerle doludur. Fakat soframıza sadece bu iki salatadan birini koyar: Salatalık, domates ve soğan yani **Şirazî Salata** ile bir marul-pecorino-güneşte kurutulmuş domates numarası. Çocukken salatadan çabucak sıkıldım. Üniversiteye gitmeden evden ayrıldığımda çoktan salatayı inkâr etmiş bulunuyordum.

Sonra yolum Chez Panisse'e düştü ki buraya Alice'in Salatalar Evi de denilebilir zira salatanın üstünlüğü üzerine kurulmuş bir restoran varsa o da Chez Panisse'dir. Bir keresinde Jaques Pépin'in bir aşçıyı yumurta pişirme becerisine göre değerlendirdiğini söylediğini işitmiştim. Alice – ve onun yanında çalışan bizler – için salata bir aşçı hakkında bilmek istediklerinin tümünü söyler.

Chez Panisse'de sıfırdan harika bir salata yapmayı öğrendim: Herhangi bir sebze, meyve veya ot, bakliyat, tahıl, balık, et, yumurta veya kuru yemiş olabilir. İyi yemek pişirmede olduğu gibi salatada da Tuz, Yağ ve Asit doğru olduğu zaman o salata lezzetli olur. Hatta doku çeşitliliği için kıtır malzemeler ve lezzeti arttırmak için umami'si yüksek malzemeler ekleyebilirsiniz. İlham gerektiğinde tam da tat ve dokuların bu ideal dengesini yakaladıkları için klasik olan Wedge, Sezar ve Cobb gibi salatalara bakın.

Vereceğim temel salata tariflerini öğrenin, sonra da aklınızdaki ideal salata hazırlanışı üzerinde doğaçlamalara başlayın. Bir lezzet yönü seçin ve aradığınız tatları yansıtan yağ, asit, ot birleşimlerini seçin.

Canlı, çiğ mevsimlik ürünlerden taze otlara ve soslara kadar bir salatadaki her malzeme güzel *ve* lezzetli olabilir. Salataları kâsedeki malzemeleri elinizle karıştırarak güzelce süslemeyi öğrenin. Parmaklarınızla bütün yaprakların sosla kaplanıp kaplanmadığını yoklayın, sonra da tadıp çeşnisini ayarlayın.

Organik domates ve salatalıkla avokado salatası (sf. 217) gibi birden fazla malzemesi olan salatalar için daha sağlam olan salatalıkları bir kâsede tuz ve sosla harmanlayın. Tabağa çeşitli renklerde domates dilimlerini yerleştirin, sonra üzerine kaşıkla avokado koyup tuz ve soslu çeşnisini ekleyin. Arkasından, salatalıkları kaşıkla bunların çevresine

aktarın. Salatayı – ve aslında bütün salataları – biraz daha sos ve tuzla harmanlanmış mini roka yaprakları ya da başka otlar gibi en narin malzemelerle süsleyin.

İdeal Salata

PARÇALARA AYIRALIM.	 WEDGE	 SEZAR	 COBB	 YUNAN
TUZ	JAMBON ve MAVİ PEYNİR	ANÇÜEZ, PARMESAN ve WORCESTERSHIRE SOSU	JAMBON ve MAVİ PEYNİR	FETA PEYNİRİ ve ZEYTİN
YAĞ	JAMBON, MAVİ PEYNİR ve ZEYTİNYAĞI	YUMURTA, ZEYTİNYAĞI ve PARMESAN	AVOKADO, YUMURTA, MAVİ PEYNİR ve ZEYTİNYAĞI	ZEYTİNYAĞI ve FETA PEYNİRİ
ASİT	MAVİ PEYNİR ve SİRKE	LİMON, SİRKE WORCESTERSHIRE ve PARMESAN	SİRKE, HARDAL ve MAVİ PEYNİR	SİRKE ve LİMON, OVULMUŞ SOĞAN, FETA ve DOMATES
KITIR	GÖBEK MARUL ve JAMBON	MARUL ve KRUTON	MARUL, SU TERESİ ve JAMBON	SALATALIK
UMAMİ	JAMBON ve MAVİ PEYNİR	PARMESAN, ANÇÜEZ ve WORCHESTERSHIRE	MAVİ PEYNİR, JAMBON, DOMATES ve TAVUK	DOMATES, FETA PEYNİRİ ve ZEYTİN

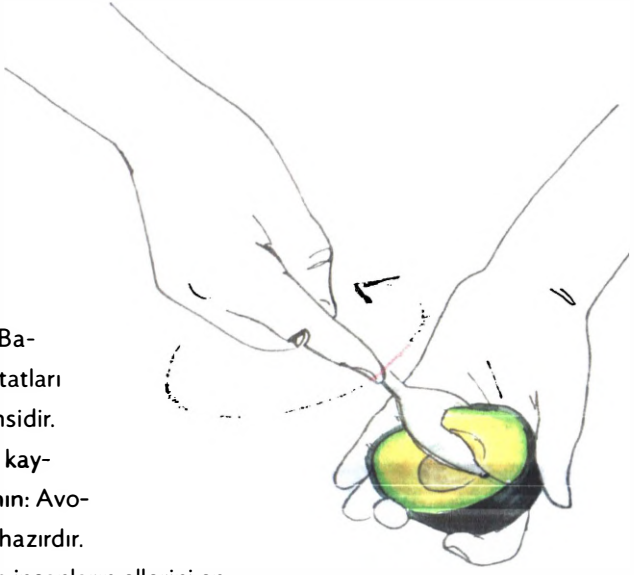
Avokado Salata Matrisi

Yağlı ve kremsi avokadolar gücümün yettiği lüksler arasında en sevdiğimdir. Olgun bir avokadodan kolaylıkla seçkin bir salata yapabilirsiniz. Avokado her türlü gevrek ve asidik meyve ve sebzeyle birlikte kullanılabildiği için size tek bir avokado salatası tarifi vermek yerine bu şablona birkaç seçenek yerleştirdim.

Bir avokado salatası bütün yemeklere özellik katar. Bu gerçeği ben bir keresinde bir yoga atölyesine avokado, kan portakalı, tuz ve kaliteli zeytinyağı getirerek ispatlamıştım. Öğle arasında sınıf arkadaşlarımızdan biri için sürpriz bir doğum günü yemeği düzenledik. Ben sade bir salata yaptım: narenciyeyi dilimleyip düz bir tabağa dizdim, üzerine kaşıkla avokado koydum, sonra ikisini de zeytinyağı ve tuzla çeşnilendirdim. Spor salonunun arka tarafında yedikleri bu salatayı arkadaşlarım o kadar beğendiler ki on sene sonra hâlâ bana o salata kadar iyisini yemediklerini söylerler!

Dört kişilik bir salata için bir olgun avokadoyla başlayın (her zaman istediğiniz kadar ekleyebilirsiniz!) ve salatanıza ekleyebileceğiniz diğer malzeme ve soslar için ilgili tabloya bakın. Fas'tan Meksika ve Tayland'a tüm dünya mutfaklarından salataların yönünü yemeğin geri kalanı belirlesin. Hangi yöne giderseniz gidin bütün versiyonlar bir yığın otla, biraz rezene rendesi veya bir avuç rokayla daha da güzelleşir.

Avokado



Hass avokado en yaygın avokado cinsidir. İpeksi dokusu ve dolgun, fındıksı tadıyla benim de en sevdiklerimden biridir. Hass kadar yaygın olmamakla beraber, Fuerte, Pinkerton ve Bacon avokadolar da lezzetlidir, tatları daha hafif, dokuları daha kremsidir. **Tamamen olgunlaşmış olması kaydıyla istediğiniz çeşidini kullanın:** Avokado yumuşadığında yemeye hazırdır.

El cerrahı olan bir ahbabım insanların ellerini en çok avokado ve ekmek yüzünden kestiklerini söyledi.

O yüzden lütfen bıçağınızla avokadonun çekirdeğini çıkarırken avokadoyu bir tahtanın üzerine koyun.

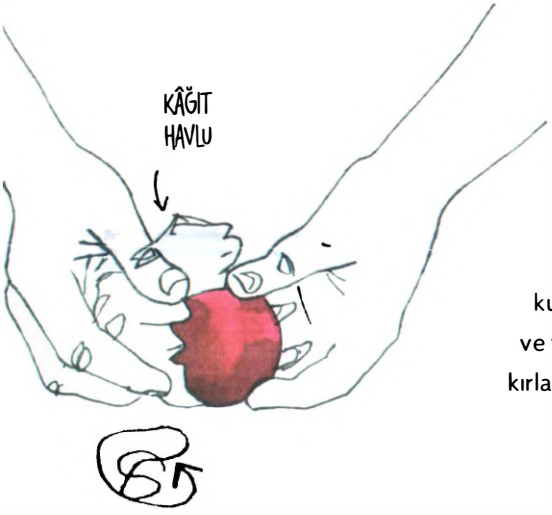
Bu salata için bir avokado kullanın ve doğramak için son dakikayı bekleyin çünkü avokado hızla oksitlenerek hem renk hem de tat değişikliğine uğrar. Avokadoyu ikiye kesip çekirdeğini çıkardıktan sonra bir kaşıkla etli kısmını alın ve onları doğrudan tabağa koyun. Avokadonun her yerini taneli tuzla ve birkaç damla sirkeli sosla çeşnilendirin. Maraş veya Halep biberi gibi fazla acı olmayan pul biberle de hoş bir renk zıtlığı oluşturabilirsiniz.

Pancar

Uçları kesilmiş ve yıkanmış 2-3 küçük kırmızı pancar kullanın. Kırmızı pancarın her zaman lezzetli olduğunu ama sarı pancarın ve Chioggia türü şeker pancarının tabağa çarpıcı bir güzellik kattığını keşfettim. Benim gibi lezzet takıntılı biri bile zaman zaman bu çeşitler için bir istisna yapabilir.

Fırını 220 °C'de ısıtın. Pancarları tek kat halinde bir fırın kabına yerleştirip yarım santim su koyun. Pancarların üstüne bir pişirme kâğıdı koyup kabı sıkıca folyoyla kapatın. Bir saat, yani bıçakla kolayca delinene kadar fırında pişsinler – az pişmiş pancar kadar lezzetsiz bir şey yoktur. Fırından çıkan kokulara dikkat edin – karamelize şeker kokusu alırsanız bütün su buharlaşmış ve pancarların yanmasını önlemek için biraz daha su eklemeniz gerekiyor demektir.

Pancarları tutabileceğiniz ısıya gelene kadar soğuttuktan sonra kâğıt havluyla ovarak kabuklarını soyun. Kabuklar derhal ayrılacaktır. Doğrayın ve 1 ½ kaşık şarap sirkesi, bir kaşık sızma zeytinyağı ve tuzla bir kâsenin içinde karıştırın. 10 dakika bekletin, tadın ve çeşnisini ayarlayın – unutmayın, doğru miktarda Asit ve Tuz pancarın doğal tatlılığını arttıracaktır.

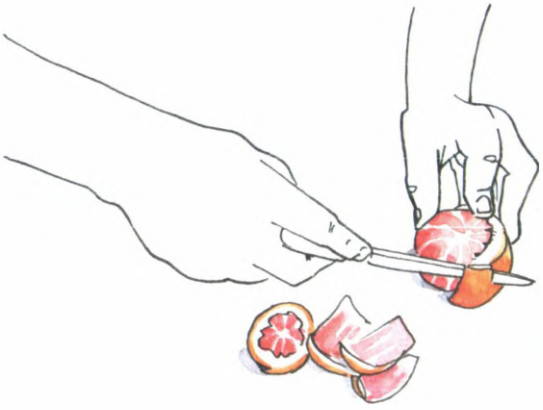


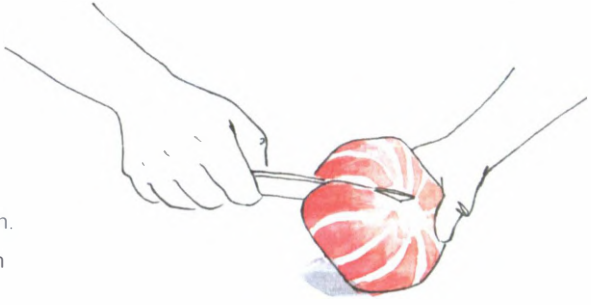
Pancarları bir tabakta servis edin – **pancarları tabağa dizmenin** kuralı: Tabağa kararlı bir şekilde koyun ve fazla kımıldatmayın çünkü leke bırakırlar.

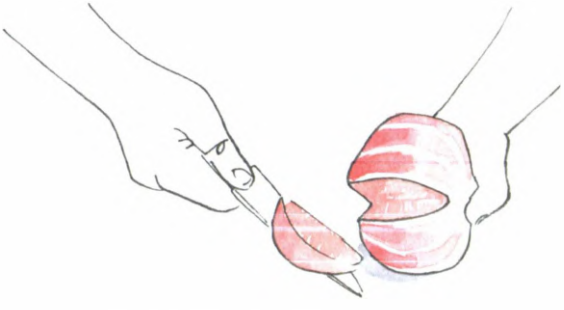
Narenciye

2-3 çeşit narenciye kullanın. Greyfurt, pomelo, portakal, kan portakalı, hatta mandalina olabilir. Tabağın lezzet ve estetiğini arttırmak için iki farklı narenciye çeşidini bir arada kullanın.

Meyvelerin uçlarını kesin. Bir kesme tahtasının üzerine koyup keskin bir bıçakla kabuğunu, beyaz ve yumuşak kısımlarını soyun. Portakal ve mandalinaları yarım santim kalınlığında enlemesine dilimleyin. Greyfurtu ve pomeloyu dilimlemek için soyulmuş meyveyi bir kâsenin üzerinde elinizde tutun. Keskin ve ince bir bıçakla meyvenin ortasına kadar zar boyunca kesin. Her dilimi çıkarmak için kesmeye zarın iki yanı boyunca devam edin. Kalan parçanın bütün suyunu ayrı bir kâseye sıkın ve **Narenciye Salata Sosu** veya ***Granita*** yapmakta kullanın ya da için! Dilimleri tabağa koyarken hafifçe tuzlayın.







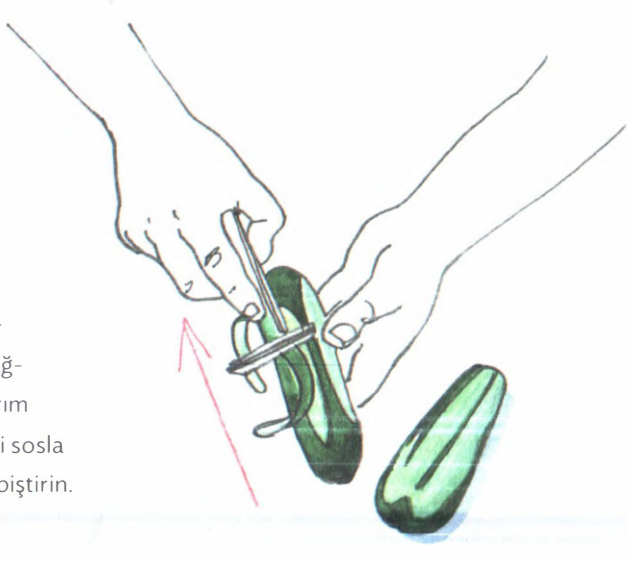
Domates

Yaz aylarında domates mevsiminde 2-3 olgun domates kullanın. Çeşitli renklerdeki organik domates dilimleri de aynı şekilde salatanın tadını ve görüntüsünü zenginleştirecektir.

Domatesin ortasını bir meyve bıçağıyla çıkarın, sonra da yarım santim genişliğinde enine dilimleyin. Dilimleri tabağa koyarken tuzlayın. Pancar ve narenciyedeki gibi, göze güzel görünecek şekilde, domateslerin renkleriyle salatanın diğer malzemeleri arasında zıtlık oluşturarak düzenleyin.

Salatalık

Bu şablondaki hemen her şey yumuşak dokulu ve baskın lezzetliyken, salatalık kıtır ve hafiftir. 250 gr. kadar lezzetli ve ince kabuklu herhangi bir salata çeşidini kullanın. İki Çengelköy, Japon veya limon salatalığı veya bir büyük acur o kadar tutacaktır. Kabuklarını patlıcan gibi şeritli soyun. Ben buna çizgili soyma diyorum ve kabukların hepsini doğramak istemediğim tüm ürünlerde kullanıyorum (bazı sebzelerin üzerinde kabuk bırakmak hem estetik hem de teknik bir numaradır çünkü hem güzel bir doku yaratır hem de patlıcan ve kuşkonmaz gibi sebzelerin piştikçe tamamen parçalarına ayrılmasını önler). Salatalıkları boyuna ikiye kesin ve çekirdekler çok büyükse bir kaşıkla onları çıkarın. Salatalıkları çaprazlama doğrayarak daha uzun, zarif bir yarım ay şekli elde edin. Tuz ve sirkeli sosla karıştırıp salatanın üzerine serpiştirin.



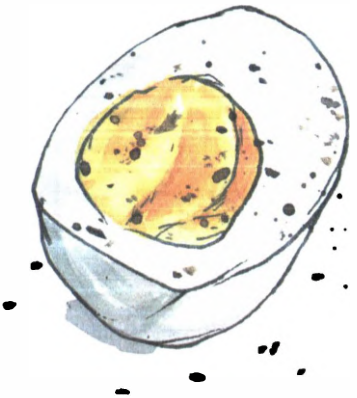
Yumuşatılmış Soğan

Yarım soğanı doğrama tahtasına yerleştirip köke paralel olacak şekilde ikiye bölün. İki çeyrek soğanı bir arada tutup ince ince doğrayarak çeyrek dilimler elde edin. Dilimleri bir kâseye koyup iki kaşık sirke veya limon suyu ekleyin. Bütün dilimlerin ıslanması için karıştırın. Soğanlar kullanılmadan önce en az 15 dakika asitte kalıp yumuşasın. Bu işlem soğanın acılığını da alacaktır. Soğanların yumuşarken asidi emeceğini dolayısıyla onları salataya ilave ettiğinizde hem ekşilik hem de hoş bir soğan gevrekliği katmış olacağınızı unutmayın. İsterseniz yumuşatma asidini süzüp salata sosu da yapabilirsiniz.

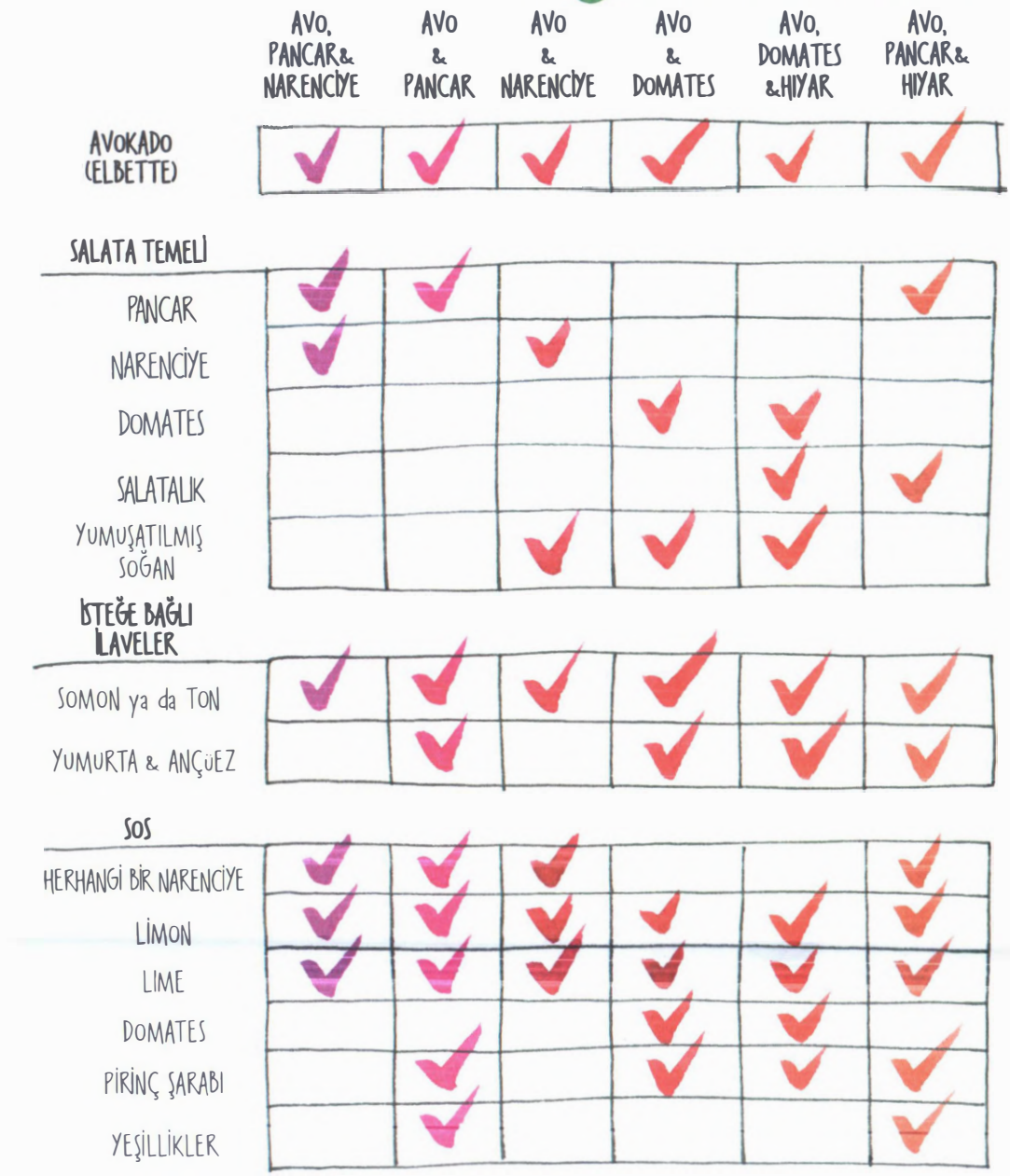
İsteğe Bağlı İlaveler

* **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** ya da **Ton Balığı Konfit**'i nazikçe küçük parçalara ayırın, sonra da salatanın üzerine koyun. Sirkeli sos ve pul tuz ekleyin.

* İki adet **Sekiz Dakika Pişmiş Yumurtayı** (sf. 304) ikiye bölün ve pul tuz ile taze çekilmiş karabiber serpin. Üzerlerine sızma zeytinyağı gezdirin ve isterseniz her dilimin üzerine bir ançüez dilimi koyun. Salatanın üzerine yerleştirin.



Avokado Şablonu



AVOKADO, PANCAR ve NARENCİYE SALATASI



1. NARENCİYEYİ DÜZENLEYİN



2. PANCARLARI YERLEŞTİRİN



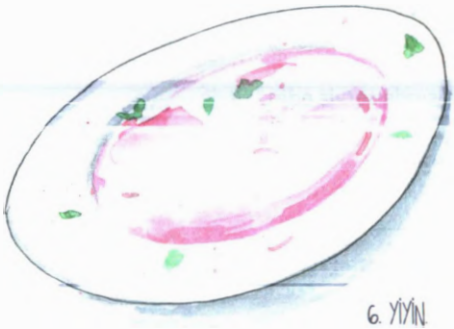
3. SOĞANLARI YERLEŞTİRİN



4. AVOKADOYU YERLEŞTİRİN



5. YEŞİLLİKLERİ YERLEŞTİRİN



6. YİYİN

Canlı Lahana Salatası

4 kişilik

Bazı insanların lahana salatasından nefret ettiğini biliyorum. Ama çoğumuzun yiyerek büyüdüğü o iğrenç şeyle uzaktan yakından alakası olmayan bu versiyonla en azılı düşmanlarını bile döndürmüşümdür. Hafif ve temiz bir salata olan benim versiyonum tabaklara gevreklik ve canlılık katıyor. Meksika çeşitlemesini **Biralı Hamurla Kaplı Balık** ve tortilla (lavaş) ile beraber servis ederek lezzetli balık taco'lar elde edin. Klasik Güney Lahana Salatasını **Baharatlı Kızarmış Tavuk**'un yanında servis edin. Ayrıca unutmayın, yanında servis edeceğiniz yemek ne kadar ağırsa lahana salatası o kadar asidik olmalıdır.

½ orta boy kırmızı veya yeşil lahananın kafası (yarım kilodan biraz fazla)
½ küçük kırmızı soğan, ince dilimlenmiş
¼ ölçü limon suyu *
Tuz
½ ölçü iri doğranmış maydanoz
3 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
6 çorba kaşığı sızma zeytinyağı

Lahanayı ortadan dörde bölün. Lahananın ortasını keskin bir bıçak kullanarak çıkarın. Lahanayı ince ince çaprazlama doğrayın ve büyük bir salata kâsesinin içinde bir süzgece yerleştirin. İki tutam tuz serperek suyunu salmasını sağlayın, dilimleri karıştırın ve kenara ayırın.

Doğradığınız soğanı küçük bir kâsede limonla karıştırıp 20 dakika yumuşamasını bekleyin (bkz. sf. 118). Kenara koyun.

20 dakika sonra lahananın bıraktığı suyu süzün (süzecek su çıkmadıysa da sorun değil – bazen lahana çok sulu olmuyor). Lahanayı kâseye koyup maydanozla yumuşatılmış soğanı koyun (ama soğanın limonlu suyunu henüz koymayın). Sirke ve zeytinyağını ekleyin. İyice karıştırın.

Tadına bakıp tuzunu ve sosunu ayarlayın, ihtiyaç varsa soğandan kalan limon suyunu ve tuz ilave edin. Damağınız "işte bu" dediği zaman salata hazır demektir. Soğuk ya da oda ısısında servis edin.

Üzerini kapattığınız lahana salatasını iki güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

---

* Tariflerde 1 ölçü 1 su bardağını (250 ml) tanımlamaktadır. (ed.n.)

Çeşitlemeler

- Elinizde lahana yoksa ya da yeni bir şey denemek istiyorsanız **Alterna-lahana salatası** yapın: 1 büyük demet karalahana, 700 gr çiğ Brüksel lahanası veya 700 gr alabaş kullanın.

- **Meksi-lahana salatası** için zeytinyağı yerine nötral bir yağ, limon suyu yerine lime suyu ve maydanoz yerine kişniş kullanın. Lahanaya yumuşatılmış soğanlarla beraber bir tane dilimlenmiş jalapeño biberi de ilave edin. Tadına bakıp çeşnisini soğandan kalan limon suyu ve tuzla ayarlayın.

- **Asya Lahana Salatası** yapmak için lahanaya bir büyük tutam tuz atın ve iki çorba kaşığı soya sosu ilave edin. Lime suyu yerine limon suyu kullanın. Maydanozu çıkarın ve 1 küçük diş ince rendelenmiş ya da dövülmüş sarımsağı; iki ince kıyılmış taze soğanı, 1 çay kaşığı zencefil tozunu ve ¼ ölçü doğranmış ve kavrulmuş fıstığı lahanaya yumuşamış soğanlarla beraber ilave edin. Kırmızı şarap sirkesiyle zeytinyağı yerine **Pirinç Şarabı Salata Sosu** katın. Tadıp çeşnisini lime suyu ve tuzla ayarlayın.

- **Klasik Güney Lahana Salatası** yapmak için zeytinyağı ve sirke yerine ½ ölçü katı **Klasik Sandviç Mayonez** kullanın. 1 çay kaşığı şeker, 1 ölçü jülyen doğranmış veya rendelenmiş havuç ve 1 jülyen doğranmış veya rendelenmiş ekşi elmayı, mesela Fiji elma, yumuşatılmış soğanlarla beraber lahanaya ilave edin.

Üç Klasik Rende Salata

Rende salatalara olan düşkünlüğümü bir tencere polentaya ne kadar tuz konulacağını (ipucu: Çok) da bana öğreten şef dostum Cal Peternell'den Chez Panisse'deki ilk günlerimde aldım. Cal'ın evinde yediğim üç salatanın biri rendedir. Onun rendeye olan zaafının sebeplerini bilmesem de benim kendi sebeplerim açıktır: Yapması kolay ve bütün yemeklere gevreklik ve canlılık katıyor.

Vietnam Hıyar Salatası

4-6 Kişilik

1 kg (8-9) tane salatalık, şeritli doğranmış (bkz. sf. 220)
1 büyük jalapeño, arzu edilirse çekirdekleri ve damarları çıkartılmış, ince ince kıyılmış
3 taze soğan, ince kıyılmış
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş
½ ölçü iri doğranmış kişniş
16 büyük nane yaprağı, iri kıyılmış
¼ nötral yağ
4-5 çorba kaşığı lime suyu
4 çorba kaşığı pirinç şarabı sirkesi
1 çorba kaşığı balık sosu
1 çay kaşığı şeker
1 tutam tuz

Ya bir mandolin dilimleyici ya da keskin bir bıçak kullanarak salatalıkları yuvarlak doğrayın. Büyük bir kâsede salatalıkları, jalapeño, taze soğan, sarımsak, kişniş, nane ve fıstıklarla karıştırın. Yağ, lime suyu, sirke, balık sosu, şeker ve küçük bir tutam tuzu birlikte çırpın. Salataya ilave edip karıştırın. Tadına bakıp çeşnisini gerekirse tuz ve lime suyuyla ayarlayın. **Hemen servis edin.**

Zencefil ve Misket Limonlu (Lime) Rendelenmiş Havuç Salatası

6 Kişilik

1 ¼ ölçü sarı veya siyah üzüm
1 çorba kaşığı kimyon tohumu
1 kilo havuç
4 çay kaşığı ince kıyılmış zencefil
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
1-2 büyük jalapeño, arzu edilirse çekirdekleri ve damarları çıkartılmış, kıyılmış
2 ölçü büyük doğranmış kişniş yaprağı ve ince sapları, artı süsleme için birkaç filiz
Tuz
Lime Sosu

Küçük bir kâsede üzümleri kaynamış suda 15 dakika bekletin. Suyunu süzüp kenara koyun.

Kimyon tohumlarını küçük kuru bir tavaya koyup orta ateşte kavurun. Tohumlar patlayıp iştah açıcı bir koku yaymaya başlayana kadar, yaklaşık 3 dakika kavurun. Ateşten alın. Tohumları hemen bir havana veya baharat öğütücüsüne atın. Bir tutam tuzla ince ince öğütün. Kenara ayırın.

Havuçları soyup temizleyin. Ya bir mandolin dilimleyici ya da keskin bir bıçakla boylamasına ince ince dilimleyin. Keskin bir bıçak kullanarak dilimleri kibrit çöpü kadar kesin. Bu çok zorlarsa bir sebze soyucuyla ince kurdeleler yapabilirsiniz ya da havuçları ince ve yuvarlak doğrayın.

Havuçları zencefil, sarımsak, jalapeño, kişniş, kimyon ve üzümlerle büyük bir kâsede harmanlayın. Üç büyük tutam tuz ve lime sosu ekleyin. Tadına bakın gerekirse biraz daha tuz ve lime sosu ekleyin. Tatların birleşmesi için salatayı 30 dakika buzdolabında bekletin. Servis ederken, çeşninin iyice karışması için karıştırın, büyük bir tabağa yığın ve birkaç küçük kişniş dalıyla süsleyin.

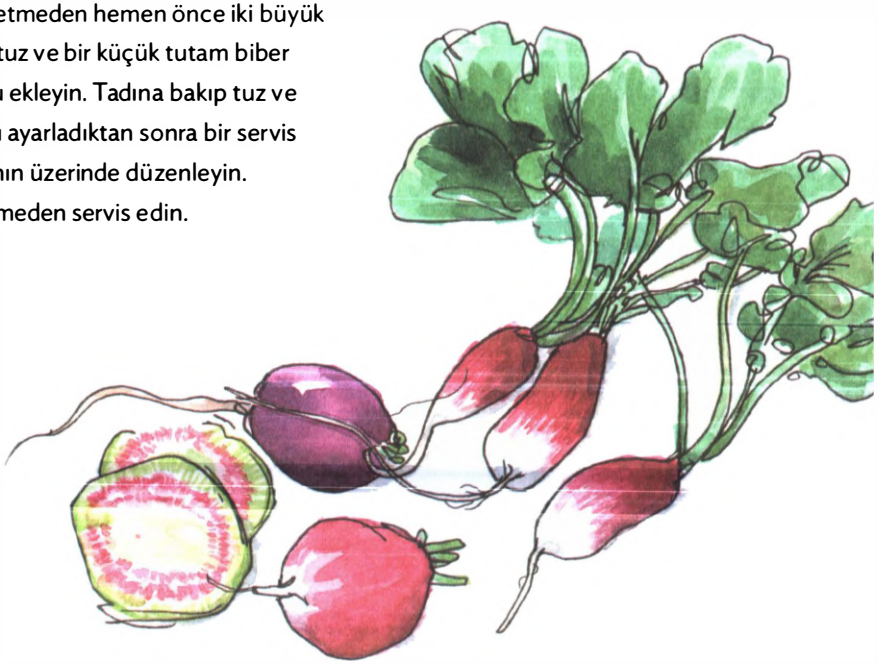
Rendelenmiş Rezene ve Turp

4-6 Kişilik

3 tane rezene kökü (yaklaşık 500 gr)
1 demet turp, temizlenip yıkanmış (yaklaşık 8 turp)
1 ölçü maydanoz yaprağı
50 gram Parmesan peyniri (isteğe bağlı)
1/3 ölçü **Limon Sosu**
Tuz

Rezeneleri soyun. Ortadan ikiye kesip lifli dış kısım varsa, çıkarın. Bir mandolin dilimleyici ya da keskin bir bıçakla rezeneleri, ortalarını çıkardıktan sonra, kâğıt inceliğinde çaprazlama dilimleyin. Çıkardığınız kısımları başka bir şeyde, örneğin **Toskana Usulü Fasulye ve Karalahana Çorbası**'nda (sf. 275) kullanabilirsiniz. Turpların uçlarını ayırarak rezeneden biraz daha kalın olacak şekilde ince ince doğrayın.

Geniş bir kâsede rezeneleri, turp ve maydanoz yapraklarıyla birleştirin. Parmesan kullanırsanız doğrudan salata kâsesinin içine bir sebze soyucu marifetiyle rende yapın. Servis etmeden hemen önce iki büyük tutam tuz ve bir küçük tutam biber ile sosu ekleyin. Tadına bakıp tuz ve sosunu ayarladıktan sonra bir servis tabağının üzerinde düzenleyin. Bekletmeden servis edin.



Yaz Domatesi ve Ot Salatası

4-6 kişilik

Üzerine otlar serpilmiş mükemmel bir domates salatası yemekten daha ferahlatıcı bir şey var mıdır? Varsa da aklıma gelmiyor. Bu salatayı yaz repertuarınıza ekleyin, domatesleri ve otları her hafta değiştirin. Yeşil fesleğenden bıkarsanız, semt pazarlarından anasonlu çördük (meyan nane olarak da bilinir), reyhan veya kültivar bakabilirsiniz. Her türlü nane, biftek otu, Thai fesleğeni veya Vietnam kişnişi de bu salataya yakışır.

2-3 karışık cins organik domates, ortası çıkarılmış ve ince ince dilimlenmiş
Pul tuz
Taze çekilmiş karabiber
1 ölçü **Domates Sosu**. İpucu: Salataya doğradığınız domateslerin ortalarını ve son dilimlerini kullanın
Yarım kilo domates, yıkanmış, sapları çıkarılmış ve ikiye bölünmüş
2 ölçü taze otlardan bir harman, fesleğen yaprağı, maydanoz, anason çördük, frenk maydanozu, tarhun otu veya ince kıyılmış yaprak soğanı

Servis etmeden hemen önce organik domates dilimlerini bir tabağa tek kat halinde yerleştirip üzerine tuz ve biber ekin. Hafifçe soslayın. Ayrı bir kâsede çeri tuzları karıştırıp serbestçe tuz ve biber ekin. Sos ekleyip tadına bakarak tuzunu ayarlayın ve çeri domatesleri dikkatlice dilimlenmiş domateslerin üzerine dikkatlice dökün.

Taze otları bir salata kâsesine koyup hafifçe soslayıp, tuz ve karabiber ilave edin. Ot salatasını domateslerin üzerine yığıp bekletmeden servis edin.

Çeşitlemeler

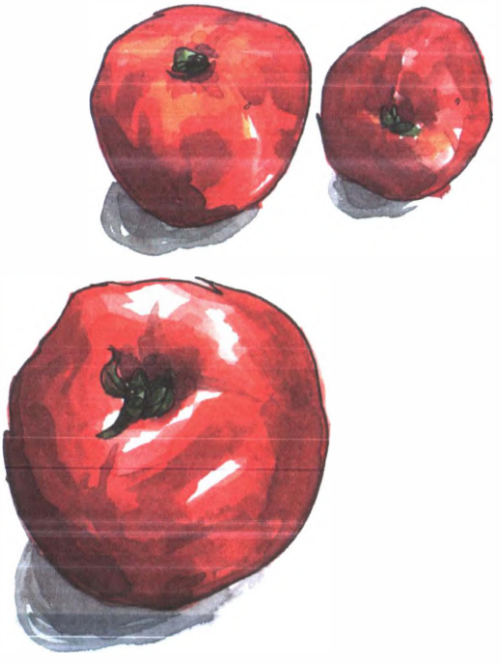
- **Capri Salatası** yapmak için domates dilimlerinin yerine 1,5 cm kalınlığında mozzarella ya da burrata (İtalyan yağlı manda peyniri) peyniri dilimleri koyduktan sonra çeşnisini ve sosunu koyun. Ot salatasının yerine de, çeri domatesleri ayrı bir kâsede çeşnilendirirken on iki parçalanmış fesleğen yaprağı ekleyin. Bunları peynir dilimlerinin üzerine yığın. Sıcak, kıtır kabuklu ekmekle beraber servis edin.

- **Ricotta ve Domates Salatalı Ekmek Dilimleri** yapmak için 1,5 bardak taze ricotta peynirini sızma zeytinyağı, pul tuz ve taze çekilmiş karabiberle çırpın. 4 ince ekmek dilimine sızma zeytinyağı sürün ve 210 °C fırında ya da ekmek kızartma makinesinde

altın sarısı-kahverengini alıncaya yaklaşık 10 dakika kadar kızartın. Bir diş sarımsağı ekmeklerin bir yüzüne hafifçe sürün. Aynı yüzlerin üzerine 5 kaşık ricotta serpin. Ricotta'nın üzerine organik domates dilimleri yerleştirin. 1 ölçü ot salatasını ekmeklerin üzerine bölüştürüp hemen servis edin.

- **İran Usulü Şirazî Salatası** yapmak için ince doğranmış yarım kırmızı soğanı 3 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesinde 15 dakika bekletin. 4 salatalığı şeritli soyun, 1,5 cm kalınlığında doğrayıp büyük bir kâseye yerleştirin. Çeri domatesler ve 1 diş ince doğranmış ya da sarımsağı salatalıklara ekleyin. Soğanları da ilave edin (ama henüz sirkeyi katmayın). Tuz ve karabiber ekip Lime Sosu ekleyin. Karışımı tadıp ihtiyaç varsa sirkeyi ilave edin, sonra da karışımı dilimlenmiş domateslerin üzerine yığın. En üste yine Lime Sosu katılmış dereotu, kişniş, maydanoz ve nane ekleyin.

- **Yunan Salatası** yapmak için ince dilimlenmiş yarım kırmızı soğanı 3 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesinde bekletin. 4 salatalığı şeritli soyup 1,5 cm kalınlığında dilimleyin ve bir kâseye koyun. Çeri domates, 1 diş dövülmüş ya da ince rendelenmiş sarımsak, 1 ölçü yıkanmış, çekirdekleri çıkarılmış siyah zeytin ve 120 gr yıkanmış ve ufalanmış feta peynirini salatalıklara ilave edin. Soğanları da ekleyin (ama henüz sirkelerini katmayın). Tuz ve karabiber ekip **Kırmızı Şarap Sirkesi** katın. Karışımı tadıp ihtiyaç varsa sirkeyi **ilave edin, sonra da karı-**şımı dilimlenmiş domateslerin üzerine yığın. Buna ot salatası eklenmiyor.



Her Mevsime Bir *Panzanella*

Panzanella Toskanalı aşçıların yoktan bir şey üretmekte usta olduklarının kanıtıdır. Geleneksel olarak bayat ekmek, domates, soğan ve fesleğenden ibaret olan *panzanella*'da lezzet kadar doku da önemlidir. Krutonlar salata sosunda yeterince beklemezse damağınızı çizerler. Fakat fazla ıslanırlarsa da bu sefer salata sıkıcı olur. Krutonların eklenmesini kademelendirerek geniş bir kıtırlık yelpazesi oluşturun. Damağınız size minnettar kalacak.

Hatırda kalacak bir *panzanella* için iyi ekmek ve harika domatesler gerekiyor, o yüzden yıl boyunca ekmek salatasında lezzeti yakalamak için malzemeleri mevsimlerle beraber değiştirin.

Yaz: Domates, Fesleğen ve Salatalık

4 kişilik

Orta büyüklükte yarım kırmızı soğan, ince kıyılmış
1 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
4 ölçü **Parçalanmış Kruton**
Çift ölçek **Domatesli Salata Sosu**
Yarım kilo çeri domatesi, sapları koparılıp ikiye bölünmüş
700 gram lezzetli küçük domates (yaklaşık 8 domates), içleri çıkarılıp büyük küpler halinde doğranmış
4 hıyar, şeritli soyulmuş, 0,5 cm kalınlığında dilimlenmiş
16 fesleğen yaprağı
Pul deniz tuzu

Doğranmış soğanı yumuşatmak için küçük bir kâsede 20 dakika sirkeye yatırın. Kenara koyun.

Krutonların yarısını büyükçe bir salata kâsesinin içine koyup yarım ölçü sirkeyle karıştırın. Çeri domateslerle doğranmış domatesleri krutonların üzerine yerleştirip tuzlayın. 10 dakika kadar bekletin.

Krutonların diğer yarısını salatalık ve yumuşamış soğanlarla birleştirin (ama henüz sirkelerini katmayın). Fesleğen yapraklarını büyük büyük parçalayın. Onlara da yarım ölçü sirke ekleyin ve tadına bakın. İhtiyaç varsa tuz, sos, hatta soğanların sirkesini ekleyin. Karıştırın, tadın ve servis edin.

Kalanların üzerini kapatarak bir gece buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitlemeler

- Orta Doğunun domates ve ekmek salatası *Fettuş* yapmak için kruton yerine 5 parçalanmış ve kızartılmış pide ekmeği, fesleğen yerine çeyrek ölçü maydanoz ile Domatesli Salata Sosu yerine Kırmızı Şarap Salata Sosu kullanın.

- **Tahıl ya da Bakliyat Salatası** yapmak için mevsim çeşitlemelerinin herhangi birine kruton yerine 3 ölçü pişmiş, suyu süzülmüş farro, buğday, arpa ya da fasulye kullanın.

Güz: Kızarmış Balkabağı, Adaçayı ve Fındık

4 kişilik

1 demet kara lahana
1 kg balkabağı, soyulmuş
Sızma zeytinyağı
1 orta boy yarım kırmızı soğan, ince salatalık doğranmış
1 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
Çift ölçü **Kahverengi Tereyağlı Salata Sosu**
4 ölçü **Parçalanmış Kruton**
2 ölçü kadar nötral yağ
16 adaçayı yaprağı
$^3/_4$ ölçü fındık, kavrulmuş ve büyük parçalara bölünmüş

Fırını 220 °C'de ısıtın. Fırın tepsisine kâğıt havlular serin.

Karalahananın saplarını ayırın. Yaprakların altındaki damardan bir elinizle tutarken, diğer elinizle yukarı doğru bölün. Sapları daha sonra **Toskana Usulü Bakliyat ve Karalahana Çorbası**'nda kullanabilirsiniz. Yaprakları 1,5 cm eninde doğrayın. Kenara ayırın.

Balkabağını ikiye bölün, çekirdeklerini ayıklayın, doğrayın ve sayfa 263'te tarif edildiği gibi kavurun. Kenara ayırın.

Doğranmış soğanı bir kâsede sirkeye yatırın ve yumuşaması için 20 dakika bekletin.

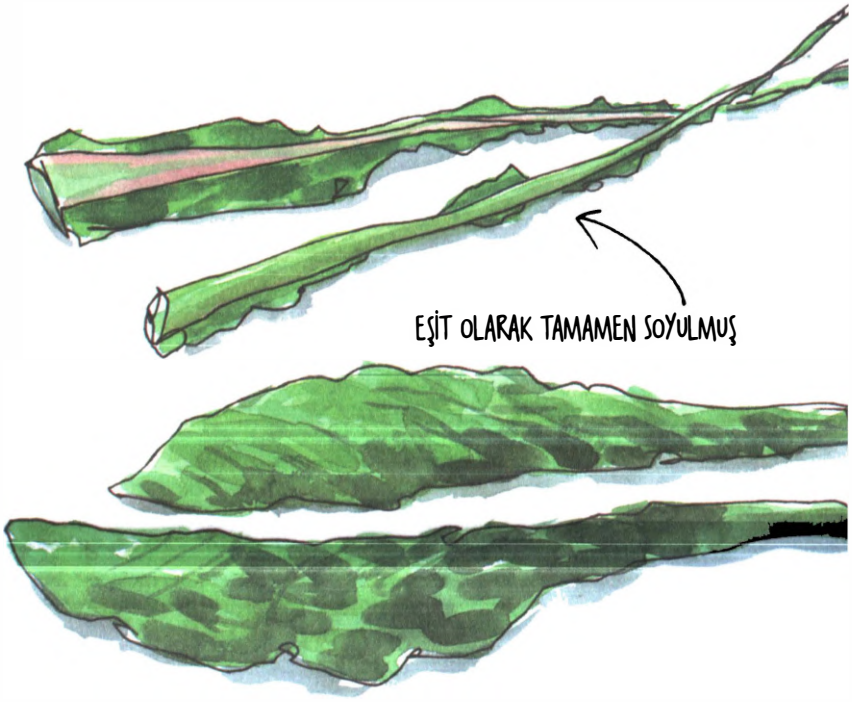
Krutonların yarısını ve karalahanayı büyük bir salata kâsesinde 1/3 ölçü salata sosuyla karıştırın. 20 dakika bekletin.

Bu esnada adaçayını kızartın. Kalın tabanlı bir tencereye 2,5 cm nötral yağ koyun ve orta ateşte 185 °C'ye kadar ısıtın. Termometreniz yoksa yağı birkaç dakika sonra içine bir adaçayı yaprağı atarak kontrol edin. Bunu yapınca yağ cızırdıyorsa hazır demektir.

Adaçayı yapraklarını gruplar halinde yağın içine koyun. Başta yağ çok fokurdayacaktır, bu fokurtuların dinmesini bekleyip yaprakları karıştırın. Bir 30 saniye sonra, fokurtular diner dinmez, süzgeçli bir kaşıkla yaprakları yağdan çıkarın ve hazırladığınız tepsinin üzerine yayın. Tek kat halinde tepsinin üzerinde kurusunlar. Üzerlerine tuz serpin. Adaçayı yaprakları soğudukça çıtır çıtır olacaklardır.

Kalan krutonları, kabağı, fındıkları ve yumuşamış soğanları salata kâsesine ilave edin (ama henüz soğanların sirkesini katmayın). Kızarmış adaçayını da üzerine ufalayın. Kalan salata sosunu da ilave edip karıştırın ve tadın. Tuzunu ve sosunu ayarlayın. Gerekirse adaçayını kızarttığınız yağı ve soğanlardan kalan sirkeyi ilave edebilirsiniz.

Kalan salatayı bir gece buzdolabında üstü kapalı olarak muhafaza edebilirsiniz.



Kış: Kavrulmuş Kırmızı Hindiba ve Rokfor

4 kişilik

2 kırmızı hindiba
Sızma zeytinyağı
Tuz
2 orta boy sarı soğan, soyulmuş
4 ölçü **Parçalanmış Kruton**
Çift ölçü **Kahverengi Tereyağlı Salata Sosu**
1/4 ölçü maydanoz yaprağı
1 ölçü kavrulmuş fındık
İri çekilmiş karabiber
120 gram rokfor peyniri
Kırmızı şarap sirkesi, ihtiyaç oldukça asiditeyi ayarlamak için

Fırını 220 °C'de ısıtın.

Kırmızı hindibaları boyuna ikiye bölün. Yarım parçaları dörde kesin. Bolca zeytinyağı dökün. Hindiba dilimlerini dikkatlice tutarak bir fırın tepsisine tek kat halinde ve her parça arasında boşluk bırakarak yayın. Biraz daha zeytinyağı gezdirin ve tuzlayın.

Soğanları ortadan ikiye kesin. Toplamda 8 parça olacak şekilde her yarıyı dörde bölün. Bolca zeytinyağı dökün. Soğan dilimlerini dikkatlice tutarak bir fırın tepsisine tek kat halinde ve her parça arasında boşluk bırakarak yayın. Biraz daha zeytinyağı gezdirin ve tuzlayın.

Hazırladığınız sebzeleri önceden ısıtılmış fırına koyup yumuşak ve karamelize olana kadar pişirin (hindiba için 22 dakika, soğan için 28 dakika). 12 dakika sonra sebzeleri kontrol edin. Eşit olarak piştiklerinden emin olmak için tencereleri döndürüp yerlerini değiştirin.

Krutonların yarısını büyük bir kâsede 1/3 ölçü salata sosuyla karıştırın. 10 dakika bekletin.

Diğer krutonları, hindibayı, soğanları, maydanozu, fındığı ve karabiberi de ekleyin. **Peyniri büyük parçalara bölerek ilave edin. Kalan salata sosunu ekleyip tadına bakın.** Tuzunu ayarlayın ve ihtiyaç varsa az miktarda kırmızı şarap sirkesi ilave edin. Karıştırın, yeniden tadına bakın ve oda ısısında servis edin.

Kalanların üzerini kapatarak buzdolabında bir geceye kadar saklayabilirsiniz.

Bahar: Naneli Kuşkonmaz ve Feta

4 kişilik

Tuz

1 adet orta boy yarım kırmızı soğan, ince salatalık doğranmış

1 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi

1 kg kuşkonmaz, tahtamsı uçları temizlenmiş

4 ölçü **Parçalanmış Kruton**

24 büyük nane yaprağı

85 gr feta peyniri

Çift ölçü **Kırmızı Şarap Sirkesi**

Büyük bir tencere suyu harlı ateşte kaynatın. Tadı yaz günü denizi gibi olana kadar tuzlayın. İki fırın tepsisine pişirme kâğıdı serin. Kenara koyun.

Doğranmış soğanı yumuşatmak için (sf. 118) küçük bir kâsede 20 dakika sirkeye yatırın. Kenara koyun.

Kuşkonmaz kalemden kalınsa saplarını bir sebze soyucuyla şeritli olacak şekilde çiçeğinin altından dibine kadar soyun. Kuşkonmazı 3 cm eninde çaprazlama doğrayın, kaynayan suda 3,5 dakika kadar (kuşkonmaz ince ise daha kısa) şok haşlayın. Pişip pişmediğini anlamak için tadına bakın – ortası hafif sert kalmalıdır. Suyunu süzün ve tepsiye tek kat halinde serin.

Krutonların yarısını büyük bir kâsede 1/3 ölçü salata sosuyla karıştırın. 10 dakika bekletin.

Diğer krutonları, kuşkonmazı, yumuşamış soğanları da ekleyin. Nane yapraklarını büyük parçalara bölerek ilave edin. Feta peynirini büyük parçalara bölerek ilave edin. 1/3 ölçü daha salata sosu ekleyip tuzladıktan sonra tadına bakın. Tuzunu ve sosunu ayarlayın ve ihtiyaç varsa soğandan kalan sirkeyi de ilave edin. Karıştırın, yeniden tadına bakın ve oda ısısında servis edin.

Kalanların üzerini kapatarak buzdolabında bir geceye kadar saklayabilirsiniz.



Parçalanmış Krutonlar

8 ölçü

Satın alınan hazır krutonlar evde yapılanlarla boy ölçüşemez. Öncelikle sizin çiğ malzemeleriniz kesinlikle başka herhangi birinin kullanacağından daha kaliteli, dolayısıyla daha lezzetlidir. Bundan başka, rüstik, biçimsiz parçalanmış krutonlar salatalarınıza çok çeşitli dokular katarlar. Soslar onlara daha iyi tutunur ve göze daha güzel görünürler. Hem de damağınızı çizmeleri ihtimali daha düşüktür. Bu sebepler sizi ikna etmediyse, Sezar salatası yemeye bana gelin. Ben sizi ikna ederim.

500 gramlık bir köy ekmeği ya da ekşi maya ekmeği somunu
1/3 ölçü sızma zeytinyağı

Fırını 210 °C'de ısıtın. Daha diş dostu krutonlar için ekmeğin kabuklarını çıkardıktan sonra somunu bir santim kalınlığında dilimlere kesin. Her dilimi bir santim kalınlığında şeritler halinde kesin. Büyük bir kâsenin üzerinde şeritleri birer santimlik parçalara bölün. Ayrıca krutonları doğrudan somundan koparabilirsiniz, yeter ki ölçüleri birbirine yakın olsun – bence önce dilimlemek işlemi hızlandırıyor, hatta ortaya eşit ölçülü, ama rüstik görünümlü krutonlar çıkıyor, bu yüzden ben bu yöntemi tercih ediyorum.

Krutonları zeytinyağıyla karıştırıp bir fırın kâğıdının üzerine tek kat halinde yayın. Çok sıkışıp kızarmadan kalmamaları için ikinci bir tepsi kullanın, böylece buharı içinde kalacak ve krutonlar kahverengiye dönüşmeyecektir.

Krutonları 8 dakika sonra kontrol ederek, 18-22 dakika kadar fırınlayın. Tavaları çevirin, krutonların yerlerini değiştirin ve metal bir spatula kullanarak çevirin. Kızarmaya başladıklarında birkaç dakikada bir kontrol edin, çevirmeye devam edin. Kızaranları tepsiden alın, birkaç dakika daha kalması gerekenler kızarmaya devam etsin. Krutonlar altın sarısı kahverengi alana ve dışları kıtır kıtır olana kadar pişmelidir.

Bir krutonun tadına bakın ve gerekiyorsa bir tutam tuz serpin.

Krutonlar kızarınca onları tek kat halinde tepside soğutun. Hemen kullanın ya da havası alınmış kapta iki güne kadar saklayın. Bayatlayan krutonları tazelemek için 220 °C'de 3-4 dakika fırınlayın.

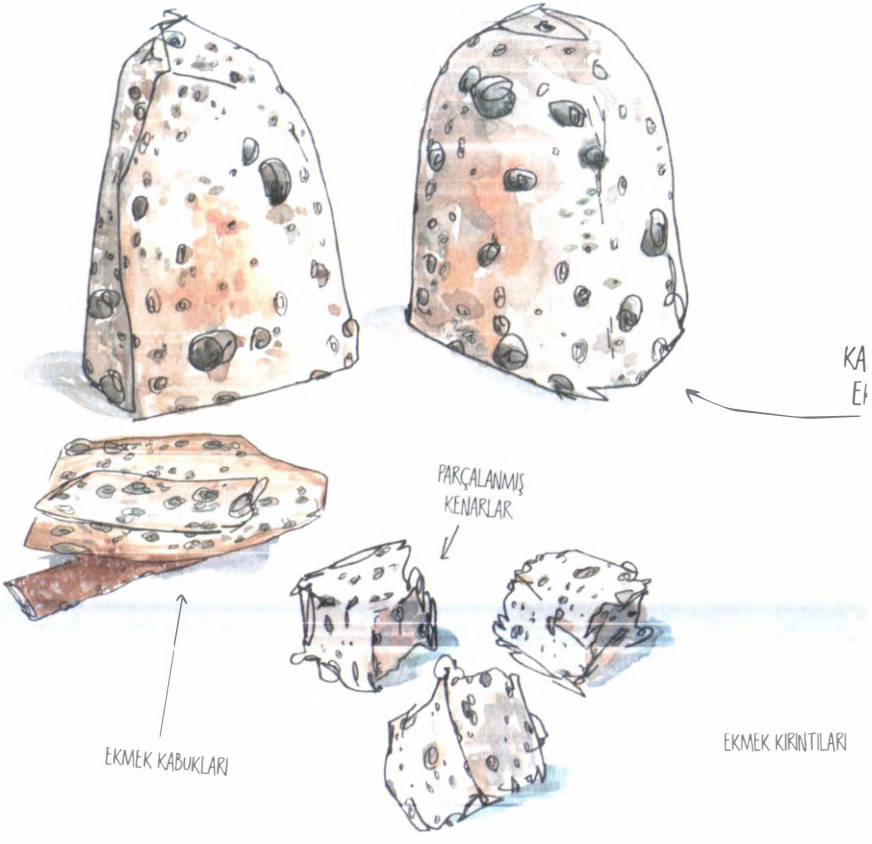
Artan krutonları 2 aya kadar dondurucuda tutun ve ***Ribollita***'da kullanın.

Çeşitlemeler

- **Klasik Parçalanmış Kruton** için krutonlara dökeceğiniz zeytinyağına 2 diş ince rendelenmiş ya da dövülmüş sarımsak ekleyin. 1 çorba kaşığı kuru kekik ve ½ çay kaşığı kırmızı pul biberle karıştırdıktan sonra kızartın.

- **Peynirli Parçalanmış Kruton** için parçaladığınız ekmeği zeytinyağına buladıktan sonra 85 gr (1 ölçü kadar) çok ince rendelenmiş Parmesan ve büyük çekilmiş bol karabiberi kâseye ekleyin ve iyice harmanlayın. Yukarıda anlatıldığı gibi kızartın.

- 6 ölçü **Serpinti Kırıntı** için ekmeği parçalamakla uğraşmayın. Bunun yerine büyük ekmek parçalarını bir gıda öğütücüde bezelye tanesi büyüklüğünde kırıntılara bölün. Zeytinyağını ½ ölçüye çıkarın ve tek kat halinde, renkleri altın sarısı kahverengine dönene kadar, 16-18 dakika kızartın.



SALATA SOSLARI

Bütün salata soslarının en önemli özelliği Tuz, Yağ ve Asidi uygun şekilde dengelemeleridir. Bunu becerebildiğinizde her salata lezzetli olur.

Soğanların sertliğini gidermek için asitte yeterli bir süre bekletip **yumuşamasını** sağlayın. Bu, yağı ve diğer malzemeleri eklemeden önce sirke ya da bir narenciye suyuna soğanların yatırılmasını söylemenin havalı bir versiyonudur.

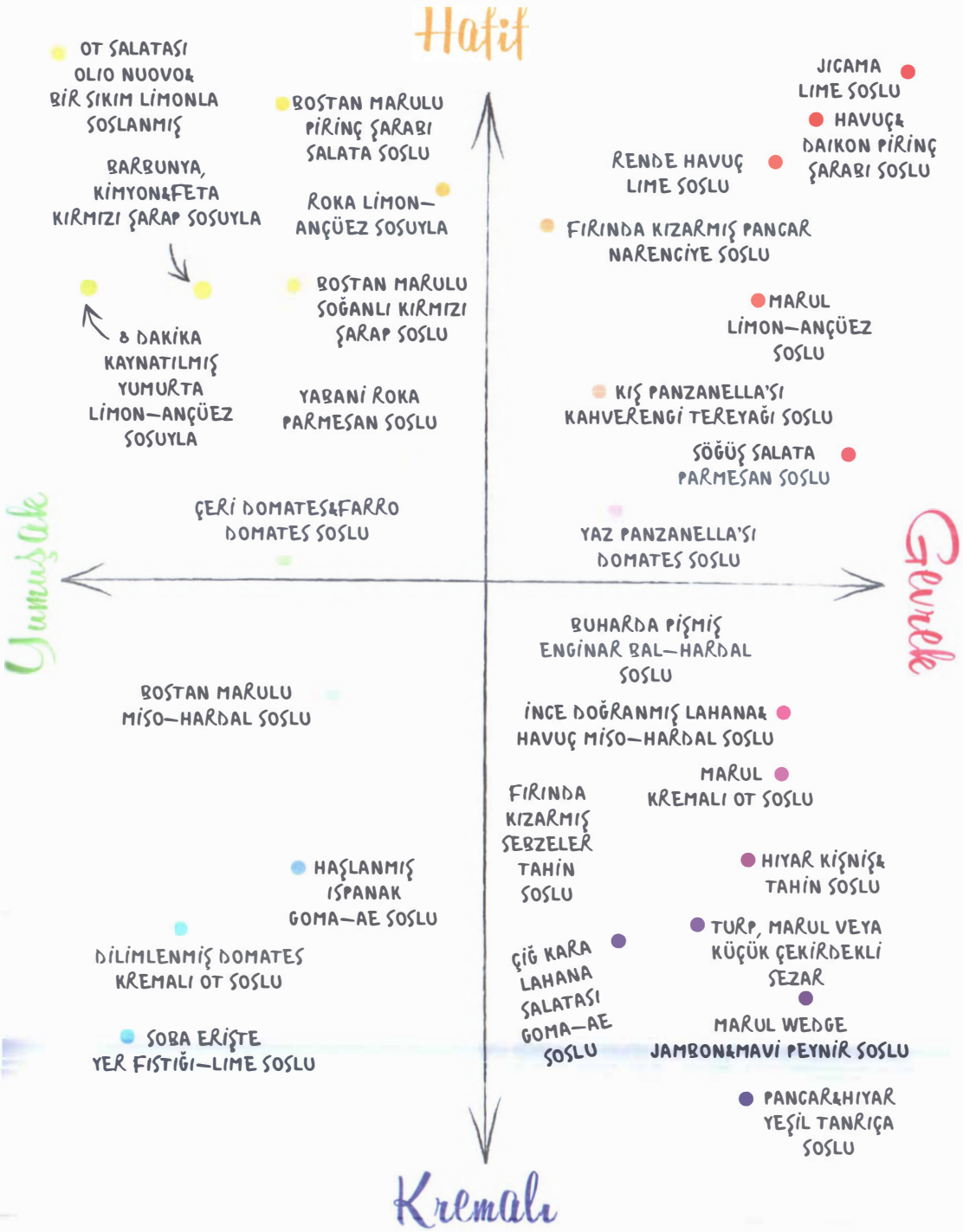
Salataya doğru sosu koymak bir yemekte doğru şarabı içmek kadar önemlidir. Bazı yiyeceklerin baskın tatlara, bazılarının ise canlılığa ihtiyacı vardır. Aşağıdaki tablo size rehber ve ilham kaynağı olacak.

Karıştırılan salatalar için yeşillikleri geniş bir kâseye koyup hafifçe tuzlayın. Az miktar da sos koyup elinizle karıştırın. Bir yaprağın tadına bakıp ihtiyaç oldukça tuzuyla sosunu ayarlayın.

Karışık salatalar için daima her bir unsurun çeşnilenip soslandığından emin olun. Pancarları tabağa dizip üzerlerine **Yeşil Tanrıça** serpiştirmeden önce marine edin. Üzerlerini kaşıkla **Balzamik Salata Sosu** dökmeden önce her bir domates ve taze mozzarella dilimlerini tuzlayın. Hem **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** hem de yanında servis edeceğiniz rende rezene salatasını kan portakalıyla yapılan **Herhangi Bir Narenciye Salata Sosu** ile soslayın. Salatanın her lokmasına lezzet katın. Salatayı hiç beklemediğiniz bir şevkle gözler olacaksınız.

Salata Aksı

SALATALARLA SOSLARI EŞLEŞTİRMEK


Hafif
Kremalı
Yumuşak
Gevrek
OT SALATASI OLIO NUOVO& BİR SIKIM LİMONLA SOSLANMIŞ
BOSTAN MARULU PİRİNÇ ŞARABI SALATA SOSLU
BARBUNYA, KİMYON&FETA KIRMIZI ŞARAP SOSUYLA
ROKA LİMON–ANÇÜEZ SOSUYLA
BOSTAN MARULU SOĞANLI KIRMIZI ŞARAP SOSLU
8 DAKİKA KAYNATILMIŞ YUMURTA LİMON–ANÇÜEZ SOSUYLA
YABANİ ROKA PARMESAN SOSLU
ÇERİ DOMATES&FARRO DOMATES SOSLU
JICAMA LIME SOSLU
HAVUÇ& DAIKON PİRİNÇ ŞARABI SOSLU
RENDE HAVUÇ LIME SOSLU
FIRINDA KIZARMIŞ PANCAR NARENCİYE SOSLU
MARUL LİMON–ANÇÜEZ SOSLU
KIŞ PANZANELLA'SI KAHVERENGİ TEREYAĞI SOSLU
SÖĞÜŞ SALATA PARMESAN SOSLU
YAZ PANZANELLA'SI DOMATES SOSLU
BUHARDA PİŞMİŞ ENGİNAR BAL–HARDAL SOSLU
İNCE DOĞRANMIŞ LAHANA& HAVUÇ MİSO–HARDAL SOSLU
MARUL KREMALI OT SOSLU
FIRINDA KIZARMIŞ SEBZELER TAHİN SOSLU
HIYAR KİŞNİŞ& TAHİN SOSLU
TURP, MARUL VEYA KÜÇÜK ÇEKİRDEKLİ SEZAR
ÇİĞ KARA LAHANA SALATASI GOMA–AE SOSLU
MARUL WEDGE JAMBON&MAVİ PEYNİR SOSLU
PANCAR&HIYAR YEŞİL TANRIÇA SOSLU
BOSTAN MARULU MİSO–HARDAL SOSLU
HAŞLANMIŞ ISPANAK GOMA–AE SOSLU
DİLİMLENMİŞ DOMATES KREMALI OT SOSLU
SOBA ERİŞTE YER FISTIĞI–LIME SOSLU

Kırmızı Şarap Sosu

1 / ölcü

1 çorba kaşığı ince kıyılmış taze soğan
2 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
6 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz
Taze çekilmiş karabiber

Küçük bir kâse ya da kavanozda taze soğanı 15 dakika sirkede bekleterek yumuşatın (bkz. sf. 118), sonra zeytinyağı ve büyük bir tutam tuz ile küçük bir tutam biber ekleyin. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla deneyin ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. Artanın üzerini kapatıp üç güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Bostan marulu, roka, turp, marul, pancar, domates, her türlü haşlanmış, ızgara veya kızartma sebzeler için ve **Canlı Lahana Salatası, Fettuş, Tahıl veya Bakliyat Salatası, Yunan Salatası** ve **Bahar Panzanella'sı** için idealdir.

Çeşitleme

- **Ballı-Hardal Sosu** yapmak için 1 çorba kaşığı Dijon hardalı ve 1 ½ çay kaşığı bal ilave edip yukarıdaki gibi devam edin.



Balzamik Sos

1/2 ölçü

1 çorba kaşığı ince doğranmış soğan
1 çorba kaşığı yıllanmış balzamik sirke
1 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
4 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz
Taze çekilmiş karabiber

Küçük bir kâse ya da kavanozda soğanı 15 dakika sirkede bekleterek yumuşatın (bkz. sf. 118), sonra zeytinyağı ve büyük bir tutam tuz ile küçük bir tutam biber ekleyin. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla deneyin ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. Artanın üzerini kapatıp üç güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Roka, Belçika marulu, turp, marul, her türlü haşlanmış, ızgara veya kızartma sebzeler için ve **Tahıl** veya **Bakliyat Salatası** ve **Kış Panzanella'sı** için idealdir.

Çeşitlemeler

- Sert turp ve tahıl salatalarına çok uygun olan **Parmesan Sosu** yapmak için 45 gr ince rendelenmiş Parmesan ekleyip yukarıdaki gibi devam edin.

- Ekmekli salataları veya kızartılmış sebzeleri soslamakta kullanılabilecek **Kahverengi Tereyağlı Sosu** yapmak için zeytinyağının yerine 4 çorba kaşığı Kahverengi Tereyağlı kullanın ve yukarıdaki gibi devam edin. Buzdolabında sakladığınız artan sosu kullanmadan önce yeniden oda sıcaklığına getirin.

Limon Sosu

½ ölçü

½ çay kaşığı ince rendelenmiş limon kabuğu (yarım limon değerinde)
2 çorba kaşığı taze sıkılmış limon suyu
1 ½ çay kaşığı beyaz şarap sirkesi
5 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
1 diş sarımsak
Tuz
Taze çekilmiş karabiber

Limon kabuğu, limon suyu, sirke ve zeytinyağını küçük bir kâseye ya da kavanoza koyun. Sarımsağı avucunuzla tezgâhın üzerinde ezip sosa ekleyin. Büyük bir tutam tuz ile küçük bir tutam biber atın. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla tadına bakın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. En az 10 dakika bekletin ve kullanmadan önce sarımsağı çıkarın.

Artanın üzerini kapatıp iki güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Ot salatası, roka, bostan marulu, marul, hıyar, haşlanmış sebzeler ve **Avokado Salatası, Rendelenmiş Rezene ve Turp Salatası**, **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** için idealdir.

Çeşitleme

- **Limon-Ançüez Sosu** yapmak için 2 tane tuzda fileto ançüezi suda beklettikten sonra havanda iyice ezin. Ne kadar pürüzsüz olursa sos da o kadar güzel olur. Ançüezleri ve ½ ince rendelenmiş ya da dövülmüş sarımsağı sosa ekleyin ve yukarıdaki gibi devam edin. Roka, Belçika marulu, her türlü haşlanmış sebze, turp veya havuç, şalgam ve kereviz sapı gibi rendelenmiş kış sebzeleriyle beraber servis edin.

Lime Sos

1/2 ölçüye yakın

2 çorba kaşığı taze sıkılmış lime suyu (2 küçük adet)
5 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
1 diş sarımsak
Tuz

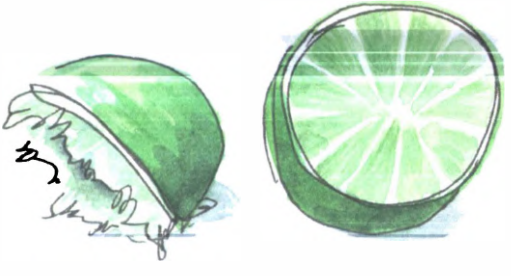
Lime suyunu ve zeytinyağını bir kâse ya da kavanoza dökün. Sarımsağı ezip bir büyük tutam tuzla beraber sirkeye katın. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla tadına bakın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. En az 10 dakika bekletin ve kullanmadan önce sarımsağı çıkarın.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Bostan marulu, marul, dilimlenmiş hıyar ve **Avocado Salatası, Rendelenmiş Havuç Salatası, *Şirazî* Salata, Fırında Yavaş Kızarmış Somon** için idealdir.

Çeşitleme

- Biraz acılık katmak için bir çay kaşığı doğranmış jalapeño ekleyin.



Herhangi Bir Narenciye Sosu

½ ölçü

1 çorba kaşığı ince doğranmış soğan
4 çay kaşığı beyaz şarap sirkesi
¼ ölçü narenciye suyu
¼ ölçü sızma zeytinyağı
½ çay kaşığı ince rendelenmiş narenciye kabuğu
Tuz

Küçük bir kâse ya da kavanozda soğanı 15 dakika sirkede bekleterek yumuşatın (bkz. sf. 118), sonra narenciye suyu, zeytinyağı, narenciye kabuğu ile büyük bir tutam tuz ekleyin. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla deneyin ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın.

Artanın üzerini kapatıp üç güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Bostan marulu, marul, şok haşlanmış kuşkonmaz ile **Avokado Salatası, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Izgara Enginar** için idealdir.

Çeşitleme

- **Tatlı Kumkat Sosu** yapmak için soğanlara 3 çorba kaşığı ince kıyılmış kumkat ilave edip yukarıdaki gibi devam edin.

Domates Sosu

1 ölçü

Bu sosu en olgun domateslerle, hatta salatanızda kullanacağınız domateslerin ortalarıyla diplerinden yapın. Bir domatesin olgun olduğunu sap yerinin odunsu ve tatlı kokusundan ve sıktığınızda elinize sıkı gelmesinden anlarsınız.

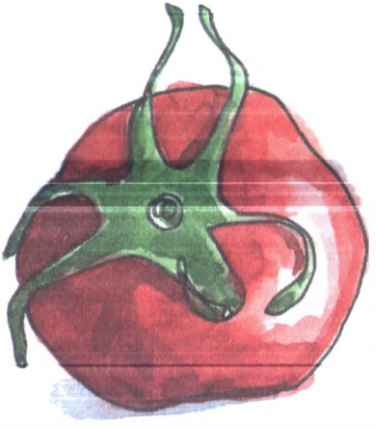
2 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
1 çorba kaşığı yıllanmış balzamik sirke
1 büyük ya da 2 küçük olgun domates
4 fesleğen yaprağı, büyük parçalara ayrılmış
1/4 ölçü sızma zeytinyağı
1 diş sarımsak
Tuz

Küçük bir kâse ya da kavanozda soğanı 15 dakika sirkede bekleterek yumuşatın (bkz. sf. 118).

Domatesi ikiye bölün. Büyük rendeyle rendeleyip kabuğunu atın. Yaklaşık ½ ölçü domates rendesi çıkması gerekir. Bunu soğana ilave edin. Fesleğen yapraklarını, zeytinyağını ve bir büyük tutam tuz ekleyin. Sarımsağı tezgâhın üzerinde elinizle ezin ve sosa ekleyin. Çalkalayın veya karıştırın. Bir kruton veya domates dilimiyle sosun tadına bakın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. En az 10 dakika bekletin ve kullanmadan önce sarımsağı çıkarın.

Artanın üzerini kapatıp iki güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Domates dilimleri, **Avokado Salatası, Capri Salatası, Yaz *Panzanella*'sı, Ricotta ve Domates Salatalı Ekmekler, Yaz Domatesi ve Ot Salatası** için idealdir.



Pirinç Şarabı Sirkesi

1/3 ölçü

2 çorba kaşığı çeşnilendirilmiş pirinç şarabı sirkesi
4 çorba kaşığı nötral yağ
1 diş sarımsak
Tuz

Sirkeyi ve zeytinyağını bir kâse ya da kavanoza dökün. Sarımsağı ezip bir büyük tutam tuzla beraber sirkeye katın. Karıştırın, sonra bir marul yaprağıyla tadına bakın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın. En az 10 dakika bekletin ve kullanmadan önce sarımsağı çıkarın.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Bostan marulu, marul, rende daikon turp, havuç veya hıyar ve bütün **Avokado Salataları** için idealdir.

Çeşitleme

- Biraz acılık katmak için bir çay kaşığı doğranmış jalapeño ekleyin.
- Kore veya Japon mutfağına yaklaşmak için birkaç damla kavrulmuş susam yağı ekleyebilirsiniz.

Sezar Sosu

1 1/2 ölçü

4 tuza basılmış ançüez (ya da 8 fileto), suda bekletilmiş ve fileto haline getirilmiş
3/4 ölçü katı **Basit Mayonez**
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
3-4 çorba kaşığı limon suyu
1 çay kaşığı beyaz şarap sirkesi
85 gr Parmesan kalıbı, ince rendelenmiş (1 ölçü kadar), biraz da servis için
3/4 çay kaşığı Worcestershire sosu
Taze çekilmiş karabiber
Tuz

Ançüezleri büyük büyük doğradıktan sonra havanda dönüp püre haline getirin. Ne kadar iyi parçalarsanız, o kadar iyi bir sos hâline gelecektir.

Orta boy bir kâsede ançüez, mayonez, sarımsak, limon suyu, sirke, Parmesan, Worcestershire sos ve biberi karıştırın. Bir marul yaprağıyla tadına bakıp gerekirse tuz ve asit ilavesi yapın. Aynı zamanda **Tuz Ahengi** konusunda öğrendiklerinizi uygulamaya dökerek mayoneze tuzlu malzemeleri birer birer ve azar azar ekleyin. Asidi ayarlayın, sonra tadına bakın ve Tuz, Yağ ve Asit dengesini yakalayana kadar tuzlu malzemeleri ayarlayın. Bir kitapta okuduğunuz dersi uygulamaya koymak hiç bu kadar lezzetli olmuş muydu? Zannetmem.

Salatayı yapmak için yeşilliklerle **Parçalanmış Krutonlar**'ı bol sosla büyük bir kâsede ellerinizi kullanarak karıştırın. Üzerine Parmesan ve taze çekilmiş karabiber serpip hemen servis edin.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Marul, turp, çiğ ve şok haşlanmış karalahana, rende Brüksel salatası ve Belçika marulu için idealdir.

Kremalı Ot Sosu

1 1/4 ölçü

1 çorba kaşığı ince doğranmış soğan
2 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
1/2 ölçü **Taze krema** (sf. 113), kaymak, ekşi krema ya da sade yoğurt
3 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
1 küçük diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
1 taze soğan, beyaz ve yeşil kısımları ince doğranmış
1/4 ölçü ince doğranmış ot. Maydanoz, kişniş, dereotu, Frenk soğanı, Frenk maydanozu ve tarhun otundan elinizde olanları istediğiniz gibi karıştırabilirsiniz
1/2 çay kaşığı şeker
Tuz
Taze çekilmiş karabiber



Küçük bir kâsede soğanı 15 dakika sirkede bekleterek yumuşatın (bkz. sf. 118). Büyük bir kâsede ise soğanı ve içinde beklediği sirkeyi taze krema, zeytinyağı, sarımsak, taze soğan, otlar, şeker ve büyük bir tutam tuz ile küçük bir tutam karabiberle çırpın. Bir marul yaprağıyla tadın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın.

Artanın üzerini kapatıp üç güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Göbek marul, pancar, salatalık, Belçika marulu için ve ızgara balık veya kızarmış tavuk, sosa batırılan sebzelerle beraber, kızartmaların yanında servis etmek için idealdir.

Mavi Peynir Sosu

1 1/4 ölçü

150 gr mavi peynir, Rokfor, Bleu d'Auvergne (Fransız mavisi), ya da Maytag Mavi olabilir, ufalanmış

1/2 ölçü **Taze krema** (sf. 113), ekşi krema ya da kaymak

1/4 ölçü sızma zeytinyağı

1 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi

1 küçük diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş

Tuz

Orta boy bir kâsede çırpma teli kullanarak peynir, taze krema, zeytinyağı, sirke ve sarımsağı karıştırın. Alternatif olarak her şeyi bir kavanoza koyup kapağını kapattıktan sonra hızlı hızlı çalkalayarak karıştırın. Bir marul yaprağıyla tadın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın.

Artanın üzerini kapatıp üç güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Belçika marulu, turp, göbek marul ve marul için idealdir. Bu sos aynı zamanda bifteğe ve batırmak için havuç ve salatalığa da çok yakışıyor.



Yeşil Tanrıça Sosu

2 ölçü

3 tuza basılmış ançüez (ya da 6 fileto), suda bekletilmiş ve fileto haline getirilmiş
1 orta boy olgun avokado, ikiye kesilip çekirdeği çıkarılmış
1 diş sarımsak, kıyılmış
4 çay kaşığı kırmızı şarap sirkesi
2 çorba kaşığı artı 2 çay kaşığı limon suyu
2 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz
2 çorba kaşığı ince kıyılmış kişniş
1 çorba kaşığı ince kıyılmış Frenk soğanı
1 çorba kaşığı ince kıyılmış frenkmaydanozu
1 çay kaşığı ince kıyılmış tarhun otu
1/2 ölçü katı **Basit Mayonez**
Tuz

Ançüezleri büyük büyük doğradıktan sonra havanda dövüp püre haline getirin. Ne kadar iyi ezerseniz o kadar iyi bir sos hâline gelirler.

Ançüez, avokado, mayonez, sarımsak, limon suyu, sirke ve otları bir blendere büyük bir tutam tuzla koyup pürüzsüz ve katı bir krema haline gelinceye kadar çekin. Tadına bakıp gerekirse tuz ve asit ilavesi yapın. Yeşil Tanrıça'yı dip sos olarak kullanmak için katı bırakabilir ya da sulandırarak salata sosu olarak kullanabilirsiniz.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Marul, göbek marul, pancar, salatalık, Belçika marulu için, ızgara balık ve kızarmış tavukla beraber servis etmek, sebzeleri bandırmak ve **Avokado Salatası** için idealdir.

Tahinli Sos

1 ölçü

½ çay kaşığı kimyon çekirdeği ya da ½ çay kaşığı toz kimyon
Tuz
½ ölçü tahin
¼ ölçü taze sıkılmış limon suyu
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
¼ çay kaşığı öğütülmüş acı biber
2-4 çorba kaşığı buzlu su

Kimyon tohumlarını küçük, kuru bir tavaya koyup orta ateşin üzerinde kavurun. Kavururken tavayı sürekli dairesel hareketlerle sallayın. İlk birkaç tohum patlayana ve iştah açıcı bir koku yayana kadar, 3 dakika kadar kavurun. Ateşten alıp hemen bir havan ya da baharat öğütücüye atıp bir tutam tuzla öğütün.

Kimyon, tahin, limon suyu, zeytinyağı, sarımsak, acı biber, 2 çorba kaşığı buzlu su ve bir büyük tutam tuzu orta boy bir kâseye koyup çırparak karıştırın. Hepsini bir mutfak robotunda da karıştırabilirsiniz. Başta karışım gevşek görünebilir ama karıştırınca pürüzsüz, kremsi bir sıvı haline gelecektir. İnceltmeniz gerekirse su ilave edin – dip sos olarak kullanacaksanız katı bırakın, salataları, sebzeleri ya da eti soslamak için biraz sulandırın. Bir marul yaprağıyla tadın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitleme

- ***Goma-Ae*** (Japon susam sosu) yapmak için limon suyu yerine ¼ ölçü tuzlanmış pirinç şarabı sirkesi kullanın. Kimyon, tuz, zeytinyağı ve acı biberi çıkarıp 2 çorba kaşığı soya sosu, birkaç damla kavrulmuş susam yağı ile 1 çay kaşığı *mirin* (pirinç şarabı) kullanın. Bunları yukarıda tarif edildiği gibi sarımsakla çırpın. Tadıp tuz ve asidini ayarlayın.

Kızartma sebzelerin, ızgara balık veya tavuğun üzerine dökmek; şok haşlanmış brokoli, karalahana, taze fasulye ve ıspanakla karıştırmak ve salatalık ve havuçları banmak için idealdir.

Miso-Hardal Sos

¾ ölçü

4 çorba kaşığı beyaz ve sarı miso ezmesi
2 çorba kaşığı bal
2 çorba kaşığı Dijon hardalı
4 çorba kaşığı pirinç şarabı sirkesi
1 çay kaşığı ince rendelenmiş zencefil

Her şeyi orta boy bir kâsede çırpma teli kullanarak pürüzsüz bir kıvam tutturana kadar çırpın. Alternatif olarak her şeyi bir kavanoza koyup kapağını kapattıktan sonra hızlı hızlı çalkalayarak karıştırın. Bir marul yaprağıyla tadın ve ihtiyaca göre tuzunu ve asidini ayarlayın.

Doğranmış, çiğ lahana veya karalahana, bostan marulu, marul, Belçika maruluyla karıştırmak ve ızgara balık, artan kızarmış tavuk veya kızartma sebzelerin üzerine dökmek için idealdir.

Yer Fıstığı-Lime Sos

1 1/4 ölçü

1/4 ölçü bardağı taze sıkılmış lime suyu
1 çorba kaşığı balık sosu
1 çorba kaşığı pirinç sirkesi
1 çay kaşığı soya sosu
1 çorba kaşığı ince rendelenmiş zencefil
1/4 ölçü fıstık ezmesi
1/2 jalapeño, çekirdekleri çıkarılmış ve dilimlenmiş
3 çorba kaşığı nötral yağ
1 diş sarımsak, kıyılmış
İsteğe bağlı olarak: 1/4 ölçü büyük doğranmış kişniş yaprağı

Bütün malzemeleri bir mutfak robotuna koyup pürüzsüz bir kıvama gelinceye kadar karıştırın. Dip sosu olarak kullanmak için katı bırakın, salatalara katmak için biraz sulandırın. Bir marul yaprağıyla tadın ve tuzuyla asidini ayarlayın.

Artanın üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Salatalık, pirinç, soba eriştesi veya marul yanında ve ızgara ya da kızarmış tavuk veya biftek yanında servis etmek için idealdir.

SEBZELER

Soğanın Pişirilmesi

Soğanı pişirdikçe lezzeti ortaya çıkar. Ama pişirdiğiniz her soğanı karamelize etmenize gerek yok. Genel olarak, nasıl kullanacak olursanız olun *bütün* soğanları en azından yumuşayana kadar pişirin. Ancak bu noktaya eriştiğinde yemeğe gerçekten tatlılığını katar.

Beyaz soğanı sarartmak için yumuşayana kadar, şeffaflığını koruyacak şekilde pişirin. Renginin değişmesini önlemek için orta ateşte pişirin. Yapışmaya başladığını fark ederseniz tavaya biraz su katarak esmerleşmesini engelleyin. Beyaz soğanı **İpeksi Tatlı Mısır Çorbası**'nda ya da yemeğin açık rengini korumanın öncelik olduğu bütün yemeklerde kullanın.

Esmerleştirilmiş soğan rengi değişene ve bunun bir sonucu olarak lezzet kazanana kadar pişirilir. Makarna sosları, Mercimekli Pilav ile Tavuk ile ve birçok haşlama et yemeği ve çorbalar için idealdir.

Karamelize soğan esmerleşmenin kıyısına gelerek en derin lezzeti kazanır.

Karamelize soğanı **Karamelize Soğan Turtası** (sf. 127) yapmak için kullanın, şok haşlanmış brokoli veya taze fasulyeyle karıştırın, burgerlerin ve biftek sandviçlerinin üzerine yığın veya ince kıyıp taze krema ile karıştırarak harikulade bir soğanlı dip sosu yapın.

Yanlış isimlendirilmiş olsa da (Maillard edilmiş soğan kulağa hoş gelmiyor!), karamelize soğanda bir kusur yoktur. Yapması uzun sürdüğü ve çok güzel bir şey olduğu için bir yemeğe gerekenden fazla soğan karamelleştirin. Dört ya da beş gün birçok yemekte temel olarak kullanmak suretiyle derin lezzetinden faydalanabilirsiniz.

En az 8 ince kıyılmış soğanla başlayın. En büyük tavanızı veya büyük bir tencereyi **orta-yüksek ateşin üzerine koyun. Yeterince tereyağı, zeytinyağı ya da ikisinden de bolca** koyun. Yağ hafifçe titreyene kadar ısındıktan sonra biraz tuz atın. Tuz suyu çıkaracağından başta esmerleşmeyi yavaşlatacaksa da soğanları yumuşatacak ve uzun vadede daha dengeli bir esmerleşmeye yardım edecektir. Ateşi ortaya düşürün ve soğanları gözleyin,

SOĞANIN PİŞİRİLMESİ



SARARTMA
(15 DK KADAR)



ESMERLEŞTİRME
(25 DK KADAR)



KARAMELİZE ETME
(45 DK KADAR)

yanmamaları veya kimi yerlerde çok hızlı esmerleşmemeleri için arada karıştırın. Tam olarak pişmeleri biraz zaman alacaktır – en az 45 dakika, hatta bazen 1 saate kadar.

Soğanlar piştiğinde tadına bakıp tuz ve çeşnisini ayarlayın, ardından tatlılık oranını dengelemek için kırmızı şarap sirkesi ekleyin.

Çeri Domates Konfit

4 ölçü

Yazın ortasında haftada bir çeri domates konfit yapıp bunu makarna sosu olarak kullanın, ızgara balık ya da tavuğun üzerine koyun veya taze ricotta veya sarımsak sürülmüş ızgara krutonların yanında servis edin. Bulabildiğiniz en tatlı, en lezzetli domatesleri kullanın – dilinizde infilak edeceklerdir.

Konfit yağını süzüp saklayın ve bir sonraki konfitte yeniden kullanın ya da **Domates Sosu** yapımında kullanın.

4 ölçü çeri domates, yeşil sapları çıkarılmış (1 kg'a yakın)

Bir avuç küçük fesleğen yaprağı veya sapı (saplar da çok lezzetlidir!)

4 diş sarımsak, soyulmuş

Tuz

2 ölçü sızma zeytinyağı

Fırını 150 °C'de ısıtın.

Çeri domatesleri sığ bir fırın tavasının üzerine yaydığınız fesleğen yaprakları veya saplarıyla sarımsak yatağının üzerine tek kat halinde yerleştirin. 2 ölçü zeytinyağıyla kaplayın. Domateslerin tamamen yağa gömülmesi şart değil ama hepsi yağla temas etmelidir. İstediğiniz kadar tuz serpin, karıştırın ve 35-40 dakika fırında pişirin. Yemeğin hiç kaynamaması lazım – en fazla biraz fokurdayabilir.

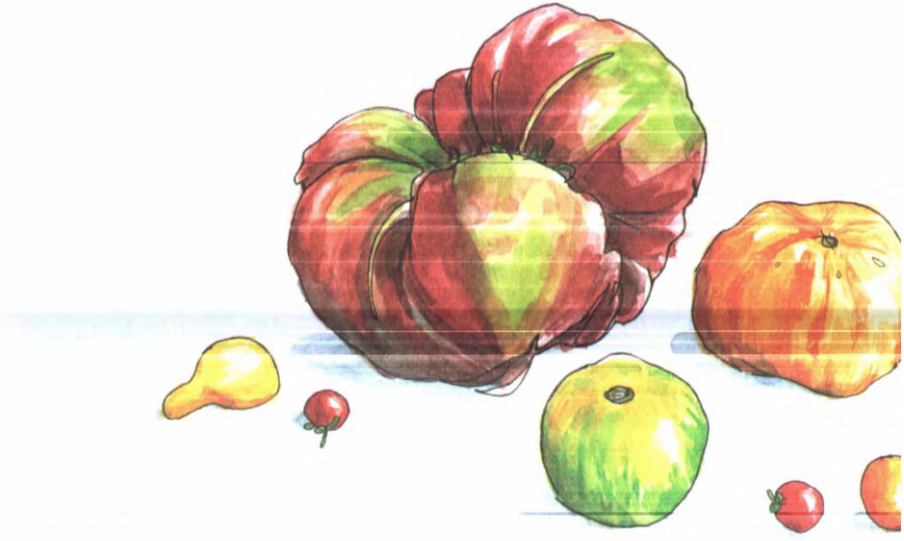
Şişlediğinizde domatesin tamamı yumuşaksa ve domateslerin kabukları yırtılmaya başlamışsa tavayı fırından çıkarmanın zamanı gelmiştir. Kullanmadan önce fesleğeni çıkartın.

Sıcak ya da oda sıcaklığında servis edin. Domatesleri yağlarının içinde 5 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitlemeler

- **Büyük domateslerden konfit** yapmak için önce kabuklarını soyun. 12 orta boy domatesin yeşil kısımlarını sivri bir bıçakla çıkartıp ters çevirin ve diplerine küçük birer X işareti yapın. 30 saniye ya da kabukları gevşeyinceye kadar kaynayan suda şok haşlayın. Daha fazla pişmemeleri için buz banyosuna atın, sonra kabuklarını soyun. Yukarıda tarif edildiği gibi tek kat halinde yerleştirerek, kabın 2/3'ünü kapatacak zeytinyağında pişirin. Pişirme zamanını 45 dakikaya ayarlayın ya da domatesler tamamen yumuşayana kadar.

- **Enginar konfit** için 6 büyük ya da 12 bebek enginarın sert dış kabuklarını kesin. Enginarın alt kısmındaki ve sapındaki yeşil, lifli sert kabuğu bir sebze soyacağıyla soyun. Enginarı ortadan ikiye kesin ve bir kaşıkla tüylü kısmını çıkarın (sf. 267'de enginar hazırlamak için resimli bir rehber bulunuyor). Yukarıda anlatıldığı gibi, tek kat halinde, kabın 2/3'ü zeytinyağıyla kaplı olacak şekilde 40 dakika, tamamen yumuşayıncaya kadar pişirin. Makarna, limon kabuğu ve pecorino peyniriyle karıştırın; birkaç nane yaprağı, bir diş sarımsakla beraber doğrayıp bir sıkım limon suyuyla beraber İtalyan usulü kızarmış ekmek üzerine (*crostini*) yayın veya kurutulmuş etlerin ya da peynirlerin yanında oda ısısında meze olarak servis edin.



Sebzeleri Pişirmenin* Altı Yolu

Bu bölümdeki tarifleri azaltmak için her oturduğumda kalbimdeki kırıklar biraz daha derinleşti. Sebzeler benim yemeyi ve pişirmeyi en sevdiğim yiyeceklerdir. Örneğin; brokoli, rapini *ve* Piramit karnabaharı eşit ölçüde severim. Ama yerimiz kısıtlı olduğunda her çeşit için bir tarif vermemin imkânı yok. Aralarından seçim yapmak ise ömür boyu dinlemek üzere tek bir albüm seçmek gibi geldi: İmkânsız.

Sorun ciddiydi: Sadece birkaç sayfada sebzelere olan tutkulu aşkımı nasıl aktarabilir ve sonsuz çeşitlerini nasıl gösterebilirdim? En sevdiğim sebze yemeği tariflerinin listelerini yaparken hemen hepsinin altı pişirme yönteminden birini kullandığını fark ettim. Bunlar her aşçının çok iyi öğrenmesi gereken en basit, en kullanışlı yöntemlerdir. Bunları öğrendikten sonra bulabildiğiniz bütün sebzeleri lezzetli bir şeye dönüştürebileceğinizi bilerek pazara korkusuzca çıkabilirsiniz.

Hangi mevsimde hangi sebzeyi seçeceğinize onları en iyi nasıl hazırlayacağınıza yardımcı olması için **Sebzeler: Nasıl ve Ne Zaman?** (sf. 268) rehberini kullanın. Sebzelerinize lezzet katma ve süsleme yollarını çeşitlendirmek için Yağ, Asit ve Lezzet Dünyaları başlıklarına danışın. Ama hangi mutfaktan ilham alırsanız alın lezzetli olmaları için sebzelerinizi uygun şekilde pişirmelisiniz.

Şok Haşlama: Yeşillikler

Yeşilliklerinizle ne yapacağınızı bilemediğinizde harlı ateşin üzerine büyük bir tencereyle su koymakla işe başlayın. Su kaynarken siz de yeşilliklerinizi ***Kuku Sabzi***, ***Pasta alle Vongole***, ***Ribollita*** için mi yoksa tamamen farklı bir şey için mi kullanmayı tercih edeceğinize karar verin. Bir ya da iki fırın tepsisine pişirme kâğıdı serip kenara ayırın. (Yeşilliklerin sapları sertse, onları sayfa 232'de tarif edildiği gibi çıkarın. Karalahana, pazı köklerini ise atmayıp yapraklarını pişirdikten sonra onları ayrıca haşlayın.)

Su fokur fokur kaynamaya başlayınca tadı deniz tuzu gibi oluncaya kadar tuzladıktan sonra hangi tür olursa olsun sebzelerini ekleyin. İtalyanlar gibi yapın: önce yeşillikleri yumuşayana kadar pişirin. **Pazı 3 dakikada yumuşayacak, karalahananın ise bir 15 dakikaya** ihtiyacı olacaktır. Tencereden bir yaprağı çıkarıp tadın. Isırınca yumuşak geliyorsa olmuştur. Bir kevgir kullanarak yeşillikleri sudan alıp tepsiye tek kat olarak serin. Yeşillikleri kuruduktan sonra avucunuzda fazla sıkarak sularını çıkarın ve büyük büyük doğrayın.

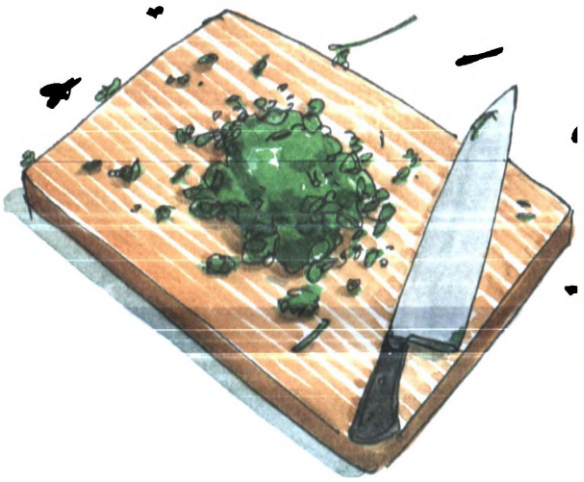
* ve MANTARLARI

Haşlanmış pazı yaprak ve saplarını **esmerleştirilmiş soğan**, safran, çamfıstığı ve kuşüzümüyle soteleyerek Sicilya sahili esintili bir yardımcı yemek hazırlayın. Haşlanmış ıspanak, karalahana, pazı (taze fasulye veya kuşkonmaz da olabilir) ***Goma-Ae Sos*** (sf. 251) ile karıştırarak **Glaze Beş Baharatlı Tavuk** ile servis etmek üzere o suşi bağlantı elemanının kendi uyarlamasını yapın. Çin lahanasını pul biber ve kıyılmış sarımsakla soteleyin, bu o kadar basit bir tariftir ki sizi pek de etkileyemediğini düşüneceksiniz. Fakat böyle düşünmeyin. **Baharatlı Kızarmış Tavuk** ile servis etmek üzere haşlanmış karalahanayı **esmerleştirilmiş soğan** ve jambonla pişirin. Aynı şekilde haşlanmış pancar ve şalgam yapraklarını **Hint Usulü Sarımsaklı Taze Fasulye'**yi yaptığınız gibi pişirin ve **Hint Usulü Baharatlı Somon**'un (sf. 311) yanında servis edecek lezzetli bir şey yapın.

Artan yeşilliklerinizi top haline getirip 2-3 gün buzdolabında saklayabilirsiniz. Ayrıca yeşillik toplarını tek kat halinde bir gece dondurup arkasından kilitli poşetlere aktarabilirsiniz. Donmuş yeşillikleri 2 aya kadar saklayabilir, canınız yine mücver çektiğinde çıkarıp kullanabilirsiniz. Sadece çözdürüp yukarıda tarif edildiği gibi pişirin.



PAZI TOPU



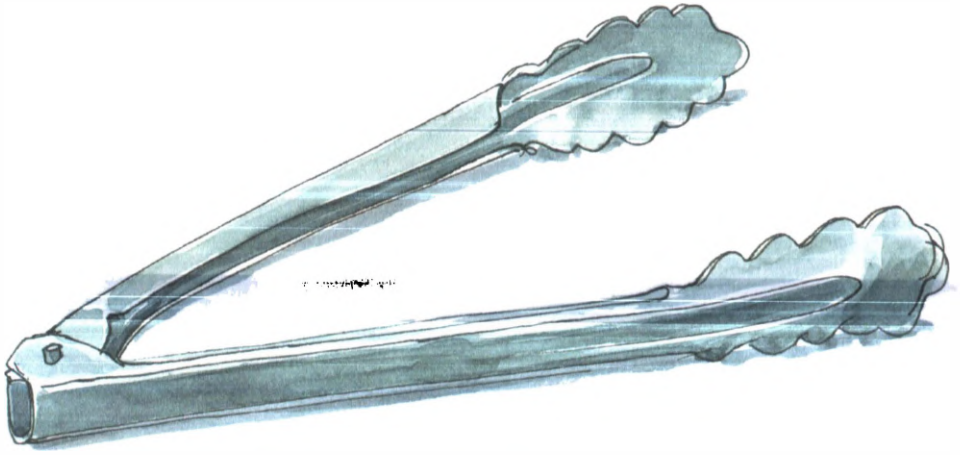
Sote: Biberli ve Naneli Bezelye

4 kişilik

Sote kelimesinin yiyeceği tavada hoplatan, bileğin bükülme hareketi olduğundan bahsetmiştim. Bu hareketi henüz öğrenmediyseniz üzerine çalışın (sote yapmanın püf noktaları için sayfa 173'e bakın). Öğreninceye kadar maşa kullanın. Çabuk, sadece birkaç dakikada pişen ve dokusu, rengi veya lezzeti fazla pişirmeye gelmeyen sebzeleri soteleyin.

2 çorba kaşığı kadar sızma zeytinyağı
700 gr kadar tatlı bezelye, kılçıkları ayıklanmış
Tuz
12 nane yaprağı, jülyen doğranmış
1 küçük limonun ince rendelenmiş kabuğu (1 çay kaşığı kadar)
1/2 çay kaşığı kırmızı pul biber

Büyük bir tavayı harlı ateşin üzerine yerleştirin. Tava ısındığında üzerini kaplayacak kadar zeytinyağı koyun. Yağ titremeye başlayınca bezelyeleri koyup tuz ekleyin. Bezelyelerin rengi esmerleşene ve tatlılığı ortaya çıkana kadar yüksek ateşte 5-6 dakika soteleyin. Ama henüz gevrekliğini kaybetmemiş olsunlar. Tavayı ateşten alın ve nane, limon kabuğu ve pul biberi ilave edin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.



Buharlı Sote: Sarımsaklı Taze Fasulye *6 kişilik*

Buharlı soteleme doğrudan sotelenemeyecek kadar sıkı sebzeler içindir. Ateşi harlayıp esmerleştirmeden önce sebzeleri biraz suda pişirmek suretiyle içlerinin de pişmesini sağlamış oluruz.

1 kg taze fasulye, kılçıkları ayıklanmış
Tuz
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
3 diş sarımsak, doğranmış

En büyük tavanızı orta-yüksek ateşe yerleştirin ve ½ ölçü suyu kaynatın. Taze fasulyeleri ve bir büyük tutam tuz ilave edip kapağını kapatın ve dakikada bir kapağını açıp karıştırın. Neredeyse tamamen yumuşadığında suyunu süzün. Tavayı yeniden ocağa koyup ateşi harlayın ve tavanın ortasında küçük bir delik açın. Zeytinyağını deliğe dökün, sarımsağı ilave edin. Sarımsak bir 30 saniye cızırdasın, aromasını dışarı versin. Sarımsağın rengi değişmeden fasulyeleri yağla ve sarımsakla karıştırın. Ateşten alın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın ve hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- **Klasik Fransız lezzetleri** için zeytinyağı yerine tuzsuz tereyağı kullanın, sarımsağı çıkarıp servisten önce 1 çay kaşığı tarhun otuyla karıştırın.
- **Hint lezzetleri** için zeytinyağı yerine sadeyağ veya tuzsuz tereyağı kullanın ve sarımsağa bir çorba kaşığı doğranmış taze zencefil ilave edin.

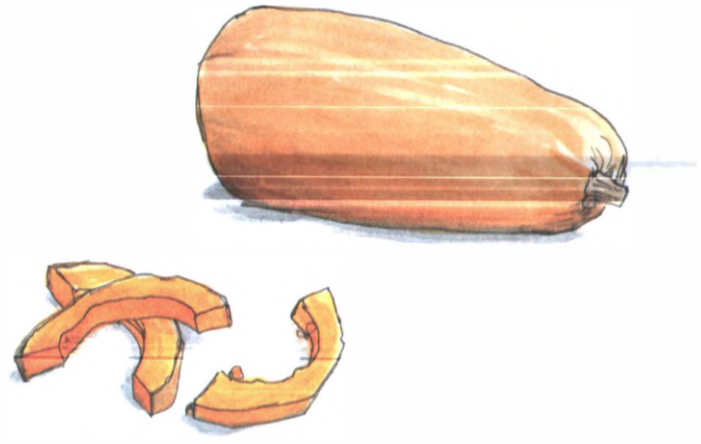
Fırında Kızartma:
Agrodolce'de Balkabağı ve Brüksel Lahanası

4-6 kişilik

Kavrulan sebzeler karamelleşmeye yani Maillard reaksiyonuna bağlı olarak hem içte hem de yüzeyde benzeri olmayan bir tatlılık kazanırlar. Bir başka deyişle tatlılığı ortaya çıkarmanın en iyi yolu kavurmaktır.

Ben bu tatlılığı daima asidik bir çeşniyle dengelemeyi amaçlarım. Bu bir **Otlu Salsa**, bir **Yoğurtlu Sos** veya bir sirke bazlı *agrodolce* (acı tatlı İtalyan sosu) olabilir. Bu yemek Şükran Gününde daima soframda bulunur. O kadar yoğun tatlı ve nişastalı bir yemektir ki fazladan asit yanına her zaman yakışır.

1 büyük balkabağı (1 kg), soyulmuş, boyuna ikiye bölünmüş, çekirdekleri çıkarılmış
Sızma zeytinyağı
Tuz
½ kg Brüksel lahanası, dış kabukları ve sapları ayıklanmış
½ kırmızı soğan, ince kıyılmış
6 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi
1 çorba kaşığı şeker
¾ çay kaşığı kırmızı pul biber
1 diş sarımsak, ince kıyılmış ya da bir tutam tuzla dövülmüş
16 taze nane yağrağı



Fırını 220 °C'de ısıtın.

Kabağı 1,5 cm kalınlığında dilimlere kesip büyük bir kâseye koyun. 3 çorba kaşığı zeytinyağıyla karıştırın. Tuzlayıp bir fırın tepsisine tek kat halinde yerleştirin.

Brüksel lahanalarını ikiye kesip aynı kâsede yağla karıştırın, gerekirse biraz daha yağ ekleyin. Tuzladıktan sonra ikinci tepsiye tek kat halinde yerleştirin.

Kabakla lahanaları sıcak fırına verin ve 26-30 dakika, yumuşayana ve karamelize olana kadar pişirin. Sebzeleri 12 dakika sonra yoklayın. Eşit esmerleşme için tepsileri çevirin ve yerlerini değiştirin.

Bu esnada küçük bir kâsede kıyılmış soğanları sirkeyle karıştırıp 20 dakika yumuşamaları için bekletin (bkz. sf. 118). Başka bir küçük kâsede 6 kaşık zeytinyağıyla şeker, pul biber, sarımsak ve bir tutam tuzu karıştırın.

Kızartılan sebzeler bıçak saplandığında yumuşaksa ve dışları esmerleşmişse fırından çıkarın. Lahana kabaktan biraz daha hızlı pişebilir. Sebzeleri büyük bir kâsede birleştirin. Yumuşattığınız soğanları ve onların sirkesini zeytinyağı karışımına ilave edip karışımın yarısını sebzelerin üzerine dökün. Karıştırın, tadın ve tuzuyla sosunu ayarlayın. Üzerine parçalanmış nane yaprakları koyup sıcak ya da oda ısısında servis edin.



KIRMIZI ŞARAP SİRKESİNDE YUMUŞATILMIŞ KIRMIZI SOĞAN

Uzun Pişirme: Ricotta Salatalı, Acılı Rapini

6 kişilik

Fazla pişirmek ayrı, uzun pişirmek ayrıdır. Fazla pişmiş sebzeler, şok haşlama veya sote tenceresinde birkaç dakika unutulmuş ve dağılmış, kararmış ve acıklı bir halde çıkanlardır. Oysa uzun pişmiş sebzeler yumuşayıp tatlılaşana kadar özenle muamele edilmiş olanlardır – ve benim sebzelikteki ihmal edilmiş sebzeleri kullanırken uygulamayı sevdiğim yöntemlerden biri uzun pişirmedir.

2 demet rapini, yıkanmış (1 kg)
Sızma zeytinyağı
1 orta boy kuru soğan, ince kıyılmış
Tuz
Büyük bir tutam kırmızı pul biber
3 diş sarımsak, kıyılmış
1 limon
1 kg ricotta salata peyniri, iri rendelenmiş

Rapininin sert uçlarını kesip atın. Sapları 1,5 cm, yaprakları ise 3 cm eninde doğrayın.

Büyük bir tencereyi orta ateşin üzerine koyun. Isınınca tencereye 2 çorba kaşığı zeytinyağı koyun. Yağ titremeye başlayınca soğanı ve bir tutam tuz ekleyin. Arada bir karıştırarak soğan yumuşayana ve esmerleşmeye başlayana kadar, yaklaşık 15 dakika pişirin.

Isıyı orta-harlıya yükseltin, bir yemek kaşığı daha yağ ve rapiniyi tencereye ekleyin ve karıştırın. Tuz ve kırmızı pul biberleri katın. Rapiniyi tencereye sığdırmak için yığmanız ya da önce bir kısmını pişirip küçülttükten sonra gerisini eklemeniz gerekebilir. Tencerenin kapağını kapatıp arada karıştırarak brokoli yumuşayana kadar, 20 dakika kadar pişirin.

Kapağı açıp ateşi harlayın. Brokoli esmerleşmeye başlasın, o zaman bir tahta kaşıkla karıştırın. Bütün brokoli esmerleşene kadar, yaklaşık 10 dakika pişirmeye devam edin, sonra hepsini tencerenin kenarına itip ortaya 1 kaşık zeytinyağı koyun. Yağa sarımsağı ekleyin, aromasını salana kadar, yaklaşık 20 saniye cızırdasın. Sarımsağın rengi değişmeye başladığında brokoliyi ortaya çekerek yağla ve sarımsakla karıştırın. Tadın ve ihtiyaç varsa tuzla kırmızı pul biber ilave edin. Ateşten alıp yarım limonun suyunu brokolinin üzerine sıkın.

Karıştırın, tadın ve ihtiyaç varsa biraz daha limon suyu ekleyin. Brokoliyi bir servis tabağına yığıp üzerine rendelenmiş ricotta salata yağdırın. Hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- Elinizde ricotta salata peyniri yoksa onun yerine Parmesan, pecorino Romano, Manchego, Asiago veya taze ricotta topakları kullanın.

- Biraz et tadı katmak için bütün zeytinyağı miktarını 1 çorba kaşığına indirip soğanla birlikte 120 gr ince uzun doğranmış jambon ya da pancetta kullanın.

- Umamiyi arttırmak için soğanla beraber 4 kıyılmış ançüez ekleyin. Çoğu insan nedenini tam olarak anlayamasa da herkes sebzelerin harikulade bir lezzet taşıdığını fark edecektir.

Izgara: Enginar

6 kişilik

Isının ahşapsı lezzetleri mucizevî bir şekilde sıradışı tütsülü tatlara dönüştürüşünü hatırlayın, o zaman ızgarada kaldığı zamanın neden bütün sebzelere lezzet kattığını da anlayacaksınız. Ancak sebzelerin sadece birkaçı çiğden ızgara yapılabilir. Izgarayı enginar, rezene veya bebek patates gibi nişastalı ve sıkı çoğu sebze için bir son dokunuş olarak düşünün. Onları önce ocakta veya fırında yumuşayıncaya kadar pişirip sonra biraz tütsü aroması için şiş veya ızgara yapın.

6 enginar (veya 18 bebek enginar)
Sızma zeytinyağı
1 yemek kaşığı kırmızı şarap sirkesi
Tuz

Büyük bir tencere suyu harlı ateşin üzerine kaynamaya koyun. Izgaranızı yakın. Bir fırın tepsisine pişirme kâğıdı serin.

Enginarların kara dış kabuklarını ayıklayın, yarı sarı yarı yeşil yaprakları kalsın. Sapının ahşapsı uç kısmıyla baş kısmından 3-4 cm kesin. Mor iç yapraklar varsa onları da kesip atın. Çok fazla ayıklıyormuşsunuz hissine kapılabilirsiniz ama devam edin çünkü yerken ağzınıza sert liflerin gelmesinden hoşlanmayacaksınız. Keskin bir soyma bıçağı veya bir sebze soyacağı kullanarak sapın ve göbeğin alt kısmının sert dış kısımlarını soyup açık sarı iç katmanlara ulaşın. Soyduğunuz enginarları oksitlenmemeleri için sirkeli su dolu bir kaba koyun.

Enginarları ikiye kesin. Ortalarındaki tüylü kısmı bir kaçıkla oyup çıkardıktan sonra yeniden asidik suya koyun.

Su kaynamaya başladıktan sonra suyu deniz suyu kıvamına gelecek kadar tuzlayın. Enginarları kaynayan suya koyun ve altını kısıp tıkırdama haline getirin. Bebek enginarları 5, büyükleri 14 dakika, yumuşayıncaya kadar pişirin. Kevgirle dikkatlice sudan çıkarıp kâğıt serili tepsiye tek kat halinde serin.

Üzerlerine biraz zeytinyağı ve tuz serpin. Izgarada orta-yüksek ateşin üzerine kesilen **tarafı alta gelecek şekilde yerleştirin. Esmerleşene kadar kımıldatmayın. Kesik yüzü esmer**leşince şişleri çevirin, her yüzünü 3-4 dakika pişirin.

Izgaradan alıp üzerlerine arzu ederseniz **Naneli Salsa Verde** (sf. 359) serpin veya **Aïoli** (sf. 374) ya da **Ballı-Hardal Sosu** (sf. 240) ile servis edin. Sıcak ya da oda sıcaklığında servis edin.

Enginarın Kalbi Nasıl Çıkarılır?

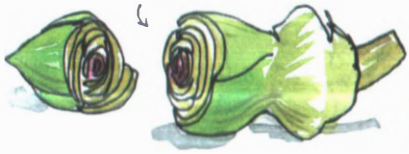
DIŞ KISIM:
SERT DIŞ KISIM





1. BÜTÜN SERT, KARA DIŞ YAPRAKLARI AYIKLAYARAK İÇ YAPRAKLARA ULAŞIN – BUNLAR YARI SARI YARI YEŞİL RENKTEDİR

DİKENE DİKKAT



SAP



2. SAP UCUNUN EN ODUNSU KISMINI ve BAŞ TARAFINDAN 3-4 CM KESİN

TEHLİKE



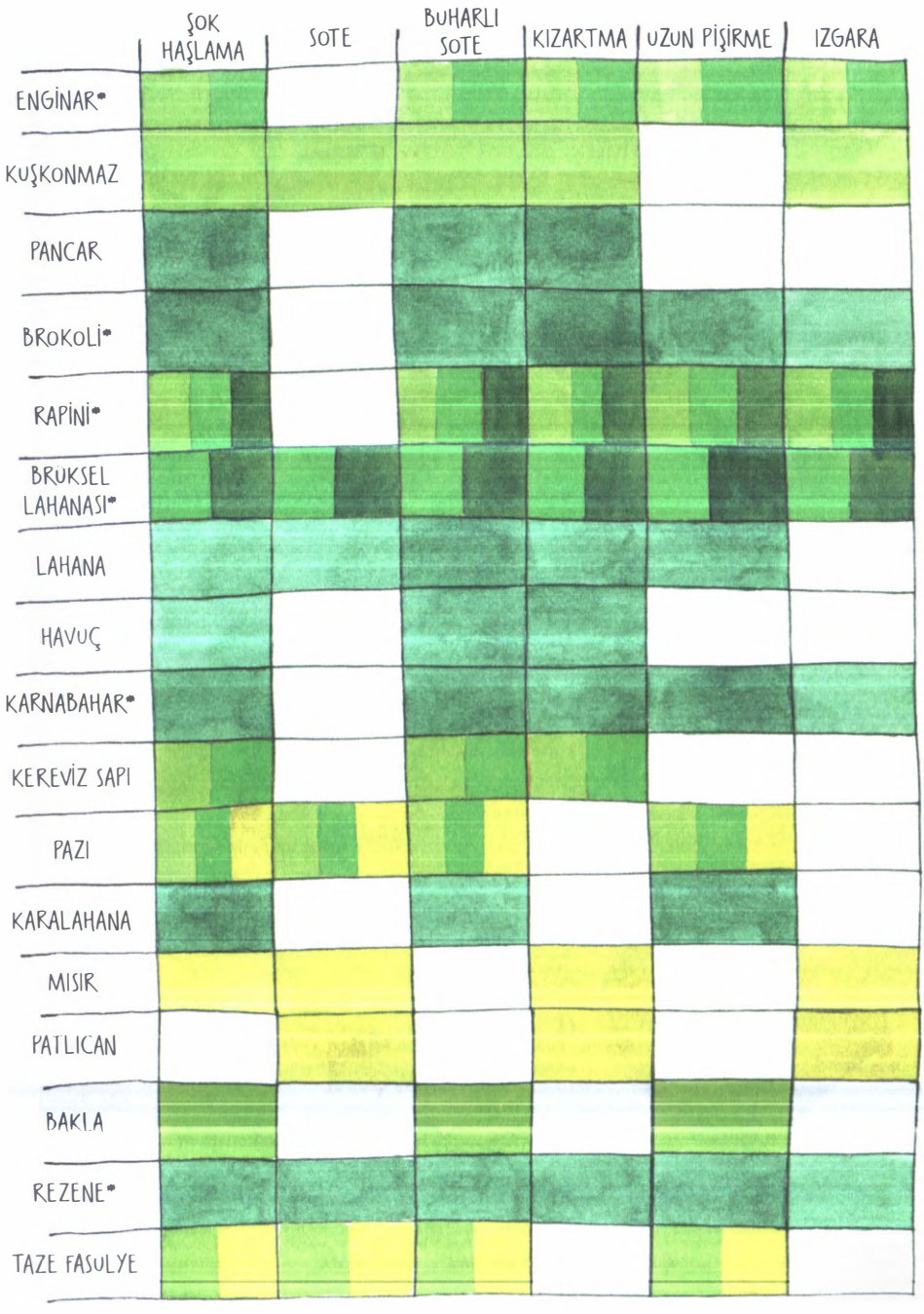
3. SAPIN VE GÖBEĞİN DİBİNİN DIŞ KABUĞUNU AÇIK SARI İÇ YAPRAKLARA ULAŞANA KADAR SOYUN

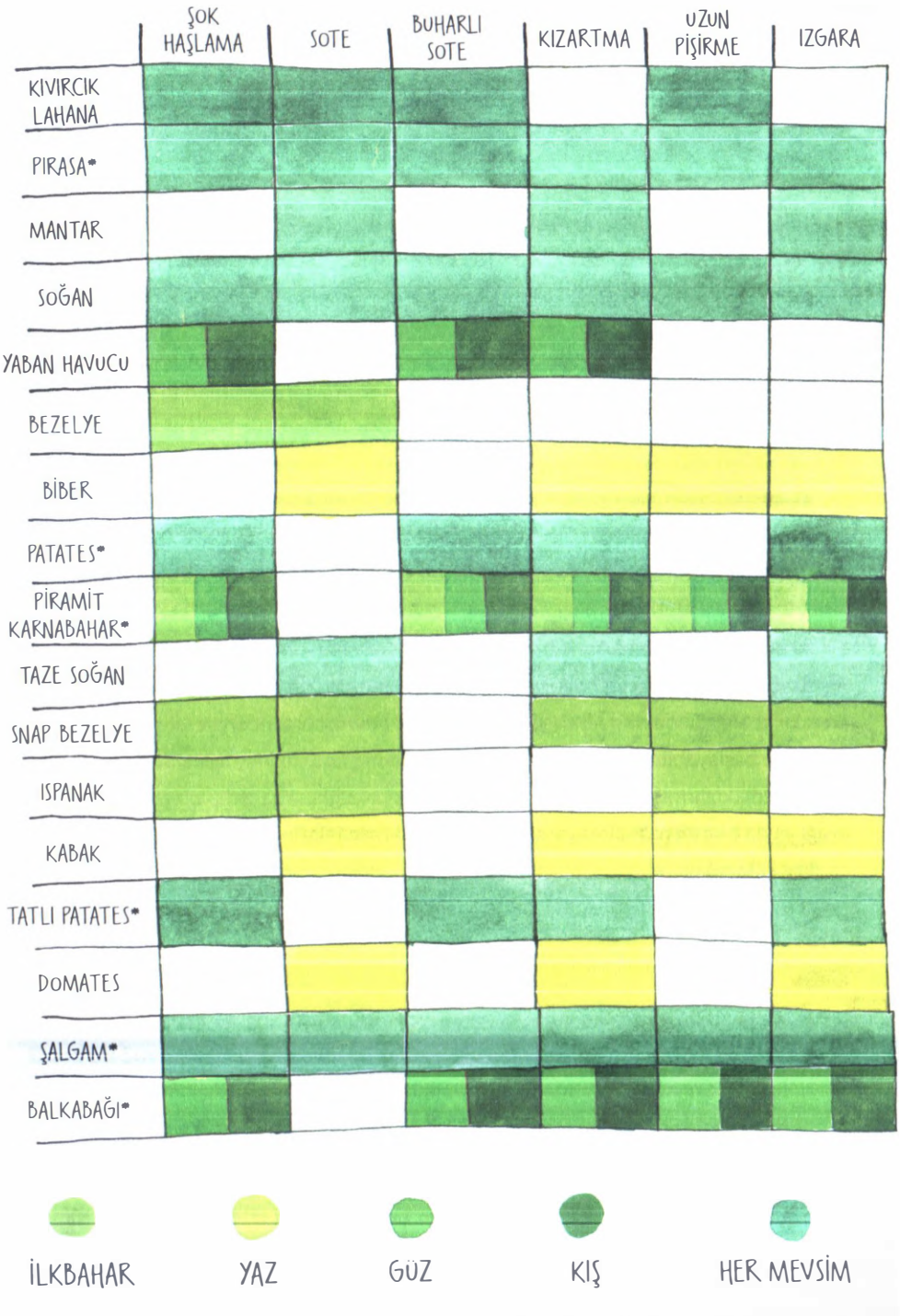


4. İKİYE KESİN ve BİR KAŞIKLA TÜYLÜ ORTA KISMI ÇIKARIN.

İÇ KISIM/KALP: YANİ MUKEMMEL, NARİN GÖBEK

SEBZELER : NASIL ve NE ZAMAN?





* IZGARA YAPMADAN ONCE BİR MİKTAR HAŞLANIR

ET SUYU VE ÇORBALAR

Et Suyu

Elinizde et suyu varsa yemek işi daima kolaydır. Sayısız şekilden birini alabilecek lezzetli, kolay, çabuk bir yemek – çorba, elbette ama ayrıca dolma ve papara, ekmek ve bol et suyuyla yapılan bir graten veya et suyunda pişerek ete gerek kalmadan lezzet ve proteinlerini veren tahıllar ya da et suyunda boğulan poşe yumurta ve hafif öldürülmüş ıspanak. Sonrasında et suyunun zenginleştireceği sayısız sulu yemek ve çorba var.

Tavuk kızartacağınız zaman tavuğu tuzlamadan evvel boynunu veya kafasını, ayaklarını ve kanatlarını (ve hatta ızgara yapacağınız zaman belkemiğini de) kesin ve plastik torbaya koyup dondurucuya atın. Yemekten sonra torbaya tavuğun kaburgalarını da ilave edin. Bir tavuk kaburgası et suyu için yeterli değildir o yüzden üç-dört tane biriktirip ayda bir, iki ayda bir kaynatın. Ayrıca soğan köklerini, pörsümeye yüz tutmuş son kereviz sapını, maydanoz saplarını ve havuç uçlarını atmayıp buzlukta saklayabilirsiniz. Buzluğunuz artık kalabalığı kaldıramaz hale gelince her şeyi büyük bir tencereye boşaltıp et suyunu yapmaya başlayabilirsiniz.

Elinizde kızarmış kemiklerden başka bir şey yoksa kasaba gidip biraz tavuk kafası ve ayağı ya da biraz kanat almaya değer. Çiğ kemiklerin jelatini et suyuna bir ton zenginlik ve canlılık katacaktır.

Tavuk Suyu

7 litre

3 kg tavuk kemiği (en az yarısı çiğ olmalı)
6 litre su
2 soğan, kabuğuyla, dörde bölünmüş
2 havuç, soyulmuş ve boyuna ikiye kesilmiş
2 kereviz sapı, enine ikiye kesilmiş
1 çay kaşığı tane karabiber
2 yaprak defne
4 dal kekik
5 dal maydanoz
1 çay kaşığı beyaz şarap sirkesi

Sirke hariç her şeyi büyük ve derin bir tencereye koyun. Tavuk suyunu yüksek ateşte kaynama noktasına getirin, sonra ateşin altını kısarak hafif ateşte pişirin. Yüzeyde oluşan köpükleri sıyırıp alın. Şimdi sirkeyi ekleyin, sirke vitamin ve minerallerin kemiklerde suya geçmesine yardım edecektir.

6-8 saat üzeri açık olarak pişirin. Hafifçe fokurdamasına dikkat ederek sürekli kontrol edin. Eğer kaynarsa fokurtular üste çıkan yağı yeniden dolaşıma sokacaktır. Devamlı ısı ve çalkalanmayla tavuk suyu emülsifiye olacaktır. Fakat bu sefer istediğiniz şey emülsiyon değildir çünkü emülsifiye et suyu bulanık görünmekten başka ağızda da bulanık bir tat ile yapışır. Güzel bir et suyunun en iyi yanlarından biri hem çok lezzetli hem de temiz olmasıdır.

Çok ince bir süzgeçten geçirip soğumaya bırakın. Üzerine çıkan yağları alıp daha sonra **Tavuk Konfit**'te kullanmak üzere buzdolabına ya da dondurucuda saklayın.

Tavuk suyunu 5 güne kadar buzdolabında, 3 aya kadar dondurucuda saklayabilirsiniz. Ben et suyunu eski yoğurt kaplarında saklamayı seviyorum. Hem yoğurt kaplarını ölçü kabı olarak da kullanıyorum.

Çeşitlemeler

- **Dana Eti Suyu** yapmak için aynı işlemleri takip edin ama tavuk yerine 3 kg etli dana kemiği (örneğin aşık kemiği) ve 500 gr dana iliği kullanın. Kemikleri 210 derece fırında, kenarları olan bir tepsinin içinde, tek kat halinde 45 dakika esmerleştirin. Yukarıda verilen aromatikleri birkaç kaşık zeytinyağında esmerleştirdikten sonra kemikleri, 3 çorba kaşığı domates salçası ve su ilave edin. Fırın tepsisini ocakta kısık

ateşin üzerine koyup içine 1 ölçü sek kırmızı şarap dökün. Bir tahta kaşıkla tepsinin dibine yapışan karamelize parçaları kazıyıp şarapla birlikte et suyu tenceresine aktarın. Önce kaynama noktasına getirin, sonra en az 5 saat hafif ateşte pişirin. **Süper Lezzetli Dana Eti Suyu** yapmak için su yerine tavuk suyu kullanın.

Çorba

Beethoven bir keresinde şöyle demiş: "Ancak kalbi temiz olanlar güzel çorba yapabilir."

Ah ne romantik adam! Ama belli ki yemek pişirmekten pek anlamıyormuş. Temiz kalbin bütün aşçılar için ideal bir özellik olduğuna katılsam da çorba yaparken kesinlikle şart değildir (ama açık bir zihin elbette işe yarar).

Çorba yapmak gerçekten çok kolaydır. Aynı zamanda tasarruf ettirir. Ama çoğunlukla dolabı temizlemenin kolay bir yolu haline gelir. Çorbanın lezzetli olması için ona katacağınız her malzeme için bir sebebiniz olması gerekir. Çorbayı daima az ve bulabildiğiniz en lezzetli malzemeyle yapmaya özen gösterin, o zaman çorba öyle lezzetli olur ki yüreğiniz paklanabilir.

Çorbalar üçe ayrılır: **Et suyuna**, **taneli** ve **pürüzsüz**. Ve her biri farklı türden bir açlığı giderir. Her tip farklı unsurlar içerse de bütün çorbalar lezzetli bir sıvıyla başlar: et suyu, hindistancevizi sütü veya fasulye pişirme suyu. Her tipten bir çorba üzerine uzmanlaşın, sonrasında güzel bir çorba yapmanın lezzeti ve iştahının açık zihninize ve berrak kalbinize rehberlik etmesine izin verin.

Et suyuna çorbalar berrak ve narin olur, hafif bir yemek veya aperatif olarak ya da iştahsız hasta bir arkadaşa servis etmek için uygundur. İçinde en fazla üç ya da dört malzeme olan et suyuna çorbayı normal bir et suyundan ayırmak zordur o yüzden bu çorbayı yapmak için elinizde evde yapılmış et suyu bulunana kadar bekleyin.

Taneli çorbalar ise aksine kuvvetli ve yoğun olurlar. Bir tencere biber veya Toskana usulü fasulye çorbası yapın bütün hafta onu içerek doyar ve ısınırsınız. Malzeme sayısı daha fazla ve pişirme süresi daha uzun olan bu türlü çorbada lezzet katmanın daha fazla yolu vardır, o yüzden elinizde ev yapımı et suyu yoksa suyla başlayabilirsiniz.

Pürüzsüz çorbalar kullanılan malzemelere bağlı olarak hafiften ağıra ölçeğinde et suyuna ile taneli arasında bir yerde yer alırlar. Hangi sebze ya da kökü kullanırsanız kullanın sonuç pürüzsüz ve zarif olacaktır. Pürüzsüz, püre yapılmış çorbalar yemek davetlerinde hoş başlangıç yemeği veya sıcak yaz günlerinde hafif öğle yemeği olurlar.

Bütün püre çorbalar için formül basittir. Taze ve lezzetli malzemelerle başlayın. Sonra birkaç sarı soğanı pişirin, seçtiğiniz malzemeleri koyun ve her şeyi birlikte birkaç dakika boyunca kısık ateşte pişirin. Üzerini kapatacak kadar sıvı ekleyin, kaynama noktasına getirdikten sonra altını kısıp her şey yumuşayıncaya kadar hafif ateşte pişirin. (En yeşil sebzelerin hafiften bile olsa fazla pişirildiğinde solup kararacağını unutmayın; İngiliz bezelyesi, kuşkonmaz ve ıspanak çorbasını ateşten pişmeden bir dakika önce alın, zaten kalan ısı onu pişirmeye devam edecektir. Soğutmayı hızlandırmak için birkaç küp buz koyun.) Püre yapın ve tadını, asidini ayarlayın. Sonra da süsleme malzemesini seçin. Sadeliğin mükemmel bir örneği olarak püre çorba gevrek, kremalı, asidik ve yoğun garnitürleri sever. İlham için sayfa 278'deki çeşitleme listesini kullanın.

Et Suyuna: *Stracciatella* Roma Usulü Yumurta Çorbası

10 ölçü (4-6 kişi)

9 ölçü **Tavuk Suyu**
Tuz
6 büyük yumurta
Taze çekilmiş karabiber
20 gr Parmesan kalıbı, ince rendelenmiş (3/4 ölçü kadar), artı biraz da servis için
1 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz

Et suyunu orta boy bir tencerede ağır ateşte kaynamaya bırakın ve tuzlayın. Bir ölçü kabında yumurtaları, büyük bir tutam tuzu, karabiberi, Parmesanı ve maydanozu beraber çırpın.

Yumurta karışımını fokurdayan et suyuna ince bir dere gibi akıtırken çorbayı bir çatalla hafifçe ve devamlı karıştırın. Fazla karıştırırsanız yumurtalar minik, iştah kapatıcı parçalara bölünecek ve çorbanın ismini aldığı *stracci* yani çaputlar meydana gelmeyecektir. Yumurta karışımı 30 saniye kadar piştikten sonra çorbayı kâselere alın. Biraz daha Parmesanla süsleyip hemen servis edin.

Artan çorbanın üstünü kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayın. Çorbayı tekrar ağır ateşte pişirebilirsiniz.

Çeşitleme

- Bir **Klasik Yumurta Çorbası** yapmak için 9 ölçü et suyunu 2 çorba kaşığı soya sosu, 3 diş ince kıyılmış sarımsak, baş parmak büyüklüğünde bir zencefil parçası, birkaç dal kişniş ve 1 çay kaşığı tane karabiberle 20 dakika ağır ateşte kaynattıktan sonra başka bir tencereye aktarın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Çorbayı yeniden kaynatın. Bir kaşık mısır nişastasını orta boy bir kâseye koyup 2 kaşık et suyu ilave edin. İkisini çırpın, sonra 6 yumurtayı ve bir tutam tuzu da ilave edip çırpın. Ağır ateşte kaynayan çorbaya yukarıda tarif edildiği gibi katın. Kıyılmış taze soğanla süsleyip hemen servis edin.

Taneli: Toskana Usulü Fasulye ve Karalahana Çorbası

10 ölçü (6-8 kişi)

Sızma zeytinyağı
İsteğe bağlı: 50 gr pancetta veya jambon, küp doğranmış
1 orta boy sarı soğan, küp doğranmış (1 1/2 ölçü)
2 kereviz sapı, küp doğranmış (2/3 ölçü)
3 orta boy havuç, kazınıp küp doğranmış (1 ölçü)
2 yaprak defne
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
2 diş sarımsak, ince kıyılmış
2 ölçü suyuyla beraber domates
3 ölçü pişmiş fasulye, pişirme suyunu saklayın (yaklaşık 1 ölçü çiğ fasulyeden; gerekirse konserve kullanın!)
30 gr taze rendelenmiş Parmesan (1/3 ölçü kadar), kabuğunu saklayın
3-4 ölçü **Tavuk Suyu** ya da su
2 demet kara lahana, ince kıyılmış (kıyılmış olarak 6 ölçü kadar)
1/2 küçük boy lahana, ortası çıkarılmış ve ince kıyılmış (kıyılmış olarak 3 ölçü kadar)

Büyük bir tencereyi orta-yüksek ateşin üzerine yerleştirip, içine bir kaşık zeytinyağı ilave edin. Yağ titremeye başladığında, tercih ederseniz pancetta'yı koyun ve esmerleşmeye başlayana kadar 1 dakika karıştırarak pişirin.

Soğan, kereviz, havuç ve defne yapraklarını ekleyin. Bolca tuz ve karabiber ekleyin. Ateşi orta seviyeye getirip arada bir karıştırarak sebzeler yumuşayana ve esmerleşmeye başlayıncaya kadar, bir 15 dakika pişirin. Tencerenin ortasında küçük bir delik açıp bir kaşık daha yağ koyun, sarımsağı da ekleyin ve kokusunu salmaya başlayıncaya kadar, bir 30 saniye hafifçe cızıldatın. Karıştırın, tadın ve tuzunu ayarlayın.

Domates püre kıvamını alana kadar yaklaşık 8 dakika kaynasın, sonra fasulyelerle onların pişirme suyunu, rende Parmesanın yarısını, kabuğunu ve hepsinin üzerini kapatacak kadar et suyu veya su ekleyin. ¼ ölçü kadar zeytinyağı ilave edin. Arada bir karıştırarak çorbayı tıkırdama haline getirin. Kıvırcık lahana ve lahanayı ekleyip yeniden tıkırdatın, gerekirse biraz daha et suyu ya da su ilave edin.

Lezzetler bir araya gelene ve yeşillikler yumuşayana kadar, bir 20 dakika daha pişirin. Tadıp tuzunu ayarlayın. Ben bu çorbayı çok koyu severim ama siz isterseniz biraz daha su ekleyebilirsiniz. Parmesan kabuğuyla defne yapraklarını çorbadan çıkarın.

Elinizdeki en iyi zeytinyağından birkaç damla ve Parmesan rendesini çorbanın üzerine serpiştirin.

Buzdolabında üzeri kapalı olarak 5 güne kadar saklayın. Bu çorba ayrıca 2 aya kadar dondurucuda kalabiliyor. Çorbayı içmeden önce yeniden kaynatın.

Çeşitlemeler

- ***Pasta e Fagioli*** (Toskana Usulü Makarna ve Fasulye Çorbası) yapmak için fasulyelerle beraber ¾ ölçü *ditalini, tubetti* ya da başka küçük bir makarna çeşidi ekleyin. Sık sık karıştırın zira makarnanın salıverdiği nişasta tencerenin dibinde katman oluşturup yanmaya müsaittir. 20 dakika, makarna yumuşayana kadar pişirin. Arzu edilen kıvam için ihtiyaç varsa biraz daha et suyu veya su ekleyin. Yukarıda belirtildiği gibi servis edin.

- ***Ribollita*** (Ekmek, Fasulye ve Kıvırcık lahana Çorbası) yapmak için 4 ölçü **Parçalanmış Kruton**'u çorba tıkırdamaya başladığında kıvırcık lahana ile lahananın hemen arkasından ilave edin. Sık sık karıştırın, zira ekmeğin salıverdiği nişasta tencerenin dibinde katman oluşturup yanmaya müsaittir. 25 dakika, ekmek et suyunu tamamen emene ve dağılana kadar pişirin. Ekmekler yumuşayarak çorbaya dağılmalıdır. *Ribollita* çok koyu olmalıdır – Toskana tepelerindeki en sevdiğim restoran Da Delfina'da bu çorba düz tabakta servis edilir!



Pürüzsüz: İpeksi Tatlı Mısır Çorbası

10 ölçü (6-8 kişi)

Ben iyi yemek pişirmenin havalı teknikler ve pahalı malzemelerle fazla ilgisi olduğuna inanmıyorum. Bazen minnacık – ve çok ucuz – bir şey yemeği değiştiriverir. Bunun en iyi kanıtı da gizli malzemesi mısır koçanı ve suyla yapılan çabuk bir sebze suyu olan bu çorbadır. Bulabildiğiniz en taze, en tatlı yaz mısırını kullanırsanız beş basit malzemeden ne kadar lezzetli bir çorba çıktığını göreceksiniz.

8-10 tane mısır, kabukları, sapları ve püsküllleri ayıklanmış
8 çorba kaşığı (120 gr) tereyağı
2 orta boy sarı soğan, kıyılmış
Tuz

Bir mutfak havlusunu dörde katlayıp büyük, geniş bir metal kâsenin içine yerleştirin. Mısırı bir elinizle havlunun üzerinde başağından tutup diğer elinizle tırtıklı bir bıçakla tanelerini çıkarın. Bir seferde iki veya üç sıradan fazla almaya çalışmadan koçana mümkün olduğu kadar yaklaşarak işlemi tamamlayın. Koçanları atmayın.

Bir çorba tenceresinde çabucak bir koçan suyu hazırlayın: Koçanların üzerini 9 ölçü suyla kapatıp kaynama noktasına getirin. Altını kısıp 10 dakika kaynatın, sonra koçanları çıkarın ve suyu kenara ayırın.

Tencereyi ocağa geri getirip orta ısının üzerine yerleştirin. Tereyağını ekleyin. Yağ eriyince soğanları ekleyip ateşi orta-düşüğe getirin. Soğanlar yumuşayıp şeffaflaşıncaya yani **pembeleşinceye** kadar 20 dakika arada bir karıştırarak pişirin. Isıyı arttırıp mısırlar parlak bir sarıya dönüşene kadar 3-4 dakika soteleyin. Soğanların esmerleşmeye başladığını fark ederseniz biraz su katıp sık sık karıştırın.

Soğanlar yumuşar yumuşamaz mısırları ekleyin. Isıyı yükseltip mısırlar parlak sarıya dönene kadar 3-4 dakika soteleyin. Hepsinin üzerini kapatacak kadar mısır suyu ekleyin ve ateşi harlayın. Çorbayı daha sonra sulandırmak istemeniz ihtimalini düşünerek mısır suyunu saklayın. Tuz ilave edin, tadına bakın ve ayarlayın. Kaynamaya başlayınca altını kısıp 15 **dakika daha pişirin**.

Çorbayı soğuk olarak servis etmek için kâselere bölüştürün ve üzerine kaşıkla salsa koyun ya da kaynatıp **Meksika Usulü Otlu Salsa** veya **Hint Usulü Hindistancevizi ve Kişnişli Acı Sos** gibi ekşi garnitürlerle süsleyin.

Çeşitlemeler

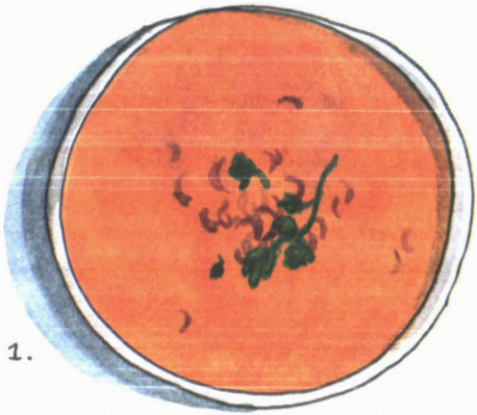
Her türlü sebzeyi bu yöntemle ve yukarıda tarif ettiğim formülle – 1 kg sebze veya **Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat**, 2 soğan ve üzerlerini kapatacak kadar sebze suyu veya su – kadifemsi bir çorbaya dönüştürebilirsiniz. Koçan suyu mısır çorbasına özgüdür; başka sebzeyle bunu denemeyin. Havuç kabuğu suyu çorbaya pek bir şey katmayacaktır!

Aynı zamanda Biberli Salatalık ve Yoğurt çorbası yapmanız için herhangi bir şey pişirmenize gerek yok! Çekirdekleri ayıklanmış ve kabukları soyulmuş salatalıkları yoğurtla karıştırın ve istediğiniz kıvama gelene kadar suyla inceltin.

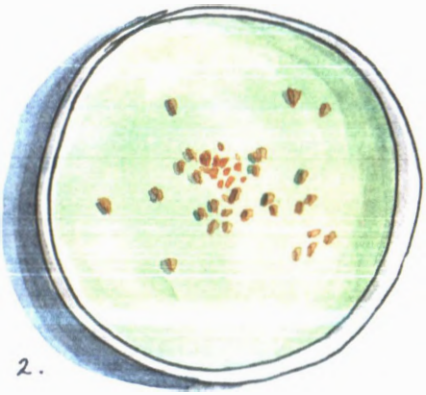
Çorba yapmanıza ilham verecek çorba ve garnitür birleştirmeleri için sayfayı çevirin.



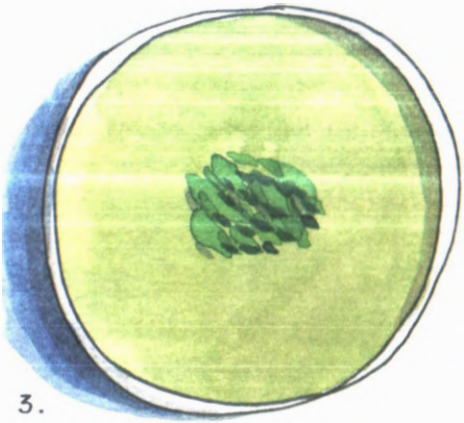
PÜRÜZSÜZ ÇORBA ÖNERİLERİ



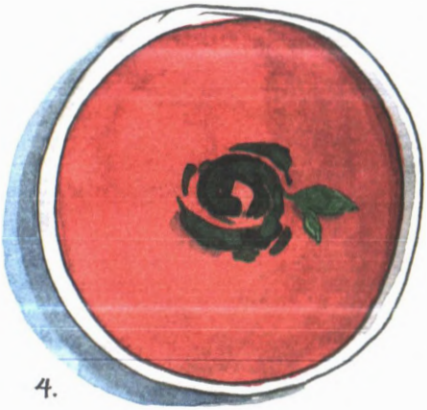
1.



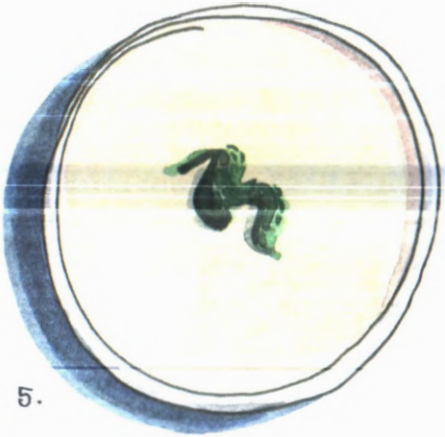
2.



3.



4.



5.

1. BALKABAĞI ve TAZE KÖRİ ÇORBASI, KIZARMIŞ SOĞAN ve KİŞNİŞLE BERABER

2. SOĞUK HIYAR ve YOĞURT ÇORBASI (CACIK), KAVRULMUŞ SUSAMLA

3. İNGİLİZ BEZELYE ÇORBASI, NANELİ SALSA VERDE İLE

4. DOMATES ÇORBASI, FESLEĞEN PESTOLU

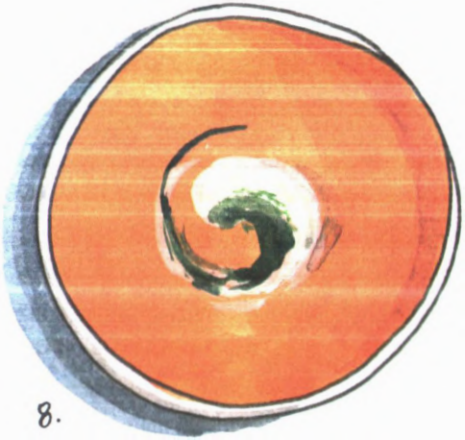
5. ŞALGAM ÇORBASI, ŞALGAMLI YEŞİL PESTOYLA



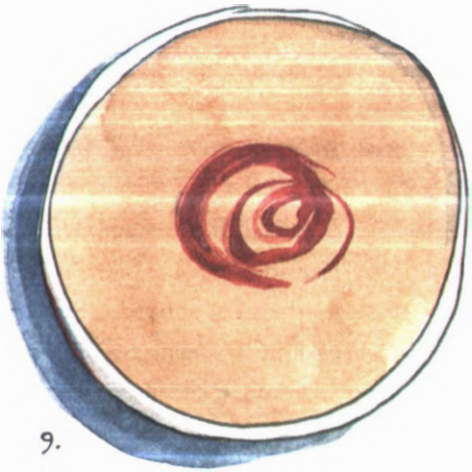
6.



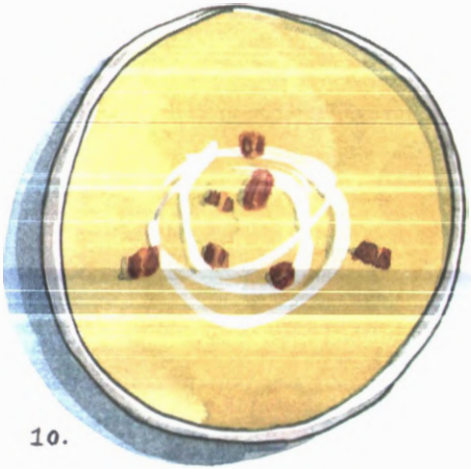
7.



8.



9.



10.

6. KARNABAHAR ÇORBASI, KAVRULMUŞ ÇAM FISTIĞI ve KUŞÜZÜMÜYLE

7. ISPANAK ve DEREOTU ÇORBASI, UFALANMIŞ FETA ve IZGARA PİDE KIRINTILARIYLA

8. HAVUÇ ÇORBASI, YOĞURT ve ŞERMULE İLE

9. KIZARMIŞ PATLICAN ÇORBASI, HARİSSA İLE

10. PATATES—PIRASA ÇORBASI, TAZE KREMA ve JAMBON UFAKLARIYLA

BAKLİYAT, TAHIL VE MAKARNALAR

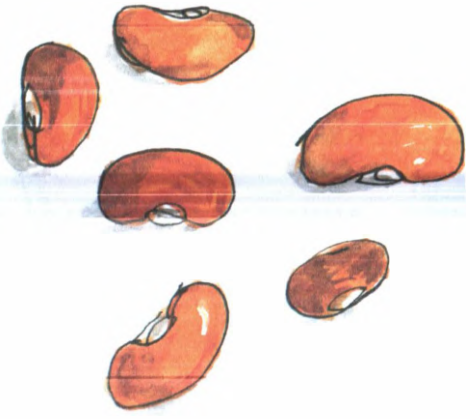
İster taze, ister kuru olsun bakliyat pişirmek son derece kolaydır. Hatta **Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat** tarifi kısa bir cümlede özetlenebilir: Üzerini geçecek kadar suda kısık ateşte yumuşayıncaya kadar haşlayın.

Taze bakliyat 30 dakikada haşlanırken kuru bakliyatın yumuşaması saatler alabilir. Pişirme süresini azaltmak için kuru bakliyatı geceden suya koyun.

Ben kuru bakliyatı önceden suya koyma konusunun yorulmaz şampiyonuyumdur. Güzel pişmiş bütün nişastaların bir ölçüsü de yeterince su emmiş olup olmadığıysa, o zaman ıslatmayı bir avantajlı bir başlangıç olarak düşünün. Bundan daha kolay bir pişirme biçimi yok.

Bakliyatı ıslatırken 1 ölçü kuru bakliyatın piştiğinde 3 kat büyüyüp 6 porsiyon çıkaracağını aklınızda bulundurun. Bir avuç tuz ve büyük bir tutam karbonat da ekleyerek tencerede pH'ı alkaline doğru yöneltin ve bakliyatın daha çok yumuşamasını sağlayın. Bakliyatı pişirmeyi planladığınız kapta ıslatarak kendinizi bulaşıktan kurtarın ve bir gece (nohut ve sert fasulyeleri 2 gece) ya buzdolabına koyun ya da tezgâhın üzerinde serin bir yerde tutun.

Pişen bakliyatı istediğiniz herhangi bir şeye dönüştürülmeye hazır, boş bir levha olarak düşünün. İyi pişmiş ve çeşnilendirilmiş kuru bakliyatın üzerine sadece sızma zeytinyağı döktüğünüzde bile bakliyat sevmeyenler de dâhil çoğu insan için bir keşiftir. Ve çoğu yiyeceğe olduğu gibi pişmiş bakliyata da doğranmış otlardan veya bir kaşık **Otlu Salsa**'dan zarar gelmez.



Bakliyat ile yumurta klasik bir ikilidir. Sığ bir tavada suyu içindeki bakliyata yumurta kırıp sıcak fırına verin. Beyazlar katılaşana kadar pişirin. Beyaz peynir, *Harissa* ve sıcak, kabuklu ekmekle servis edin.

Bakliyat, tabağı başka bir nişastayla paylaşmaktan hoşlanır. Hemen her kültürün mutfağında eşleştirilen pilav ve bakliyat *casamiento* diye bilinen, ikisinin birlikte pişirilerek gevrek bir kek haline getirildiği El Salvador mutfağında; *Moros y Cristianos* adını aldıkları Küba mutfağında ***Adas Polo*** adıyla bir araya getirildikleri İran mutfağında ve elbette klasik pirinç ve fasulye burrito olarak özellikle lezzetlidir. İtalya'da bakliyat ***Ribollita*** (sf. 275) olarak bilinen çorbada ekmekle ve ***Pasta e Fagioli*** (sf. 275) adlı bir diğer çorbada makarnayla birleşir. Ve dünyanın herhangi bir yerindeki mutfaklarda, kremalı bakliyatların üzerine kaplamak için **Serpinti Kırıntı**'lardan daha iyi bir alternatif yoktur.

Bir keresinde vejetaryen şef Deborah Madison şerefine düzenlenen bir öğle yemeğine sirkede beklemiş kuru soğan, kavrulmuş kimyon tohumları, feta peyniri ve kişniş filizleriyle sade bir barbunya salatası getirmiştim. Masa diğer meşhur aşçılarca yapılmış etkileyici yemeklerle dolu olsa da bir sene boyunca benden o "olağanüstü barbunya salatası"nın tarifini istediler.

Nohut da dâhil bütün bakliyat bol zeytinyağı, sarımsak, otlar, pul çili, limon suyu ve arzu ederseniz tahin ile humus benzeri lezzetli bir püreye dönüştürülebilir. Tuzunu ve asidini ayarlayın ve kraker, ekmekle servis edin ya da benim gibi kaşık kaşık götürün.

Pişmiş bakliyatı yumuşatılmış soğan, otlar, bir yumurta, rendelenmiş Parmesan ve karışımı bağlamaya yetecek kadar pirinç veya kinoa ile harmanlayın ve küçük köfteler haline getirip kızartın. Yanında **Yoğurtlu Sos** (sf. 368), ***Harissa*** (sf. 378), ***Şermule*** (sf. 365) veya herhangi bir **Otlu Salsa** (sf. 357) ile servis edin. Üzerine bir de kızarmış yumurta yaparsanız dört dörtlük kahvaltı olur.

Pişmiş bakliyatın fazlasını bol suyun içinde dondurup daha sonra buzunu çözdürüp çorbalara katabilirsiniz.

Ve nihayet konserve bakliyat kendi pişirdiğinizle kıyaslanamasa da pratik olması bakımından benzersizdir. Ben hummalı bir açlık bastırdığında kullanmak için daima birkaç kutu nohut ve siyah fasulye konservesi bulundururum.

Tahıl (ve Kinoa*) Pişirmenin Üç Yolu

Buhar

Ne zaman bir Asya marketinde raflarda dizili o havalı pilav makinelerinden görsem, bir tane alasım gelir. Ne de olsa çok pilav yiyorum ve bu makineler çok tatlı! Sonra silkinip kendime geliyorum. Bir kere, mutfağımda bir makineye daha yer yok. Daha da mühimi ben pilav pişirmeyi zaten biliyorum!

Bence pazarlama dehâları dünyanın her yanındaki ev aşçılarının zihinlerine pilav yapma umutsuzluğunun sahte tohumlarını ekmiş. Düşünsenize: Pirinç dünyanın en eski tarım ürünlerinden biri. Aşçılar bunu nasıl pişireceklerini bilmeselerdi insan soyu bence katiyen yok olurdu.

Gerçekten de o kadar zor bir iş değil. Hafta içi akşam yemekleri için buharda pişirme benim tercih ettiğim yöntem çünkü kolay ama aynı zamanda pirinçler kullanılan sıvıların tatlarını emme imkânı buluyor.

Sevdiğiniz bir çeşit pirinci bulup onunla pişirme alıştırmaları yapın. Benim gözdelerim basmati ile yasmin bir de besleyici özünü koruyacak şekilde işlenen ama çabuk pişen *haiga* adlı Japon pirinçleridir. Her şeyde olduğu gibi pilavda da ne kadar çok talim ederseniz o kadar ustalaşırsınız. Pilav yaparken en önemli değişken sıvının pirince oranıdır.

Basmati ile yasmin pirinçleri genelde suları durulaşana kadar defalarca yıkanır ama ben hafta içinde bir akşam yemeğine pilav yapıyorsam, uğraşmıyorum. Yıkama adımını yemek davetlerine saklayın.

Pirinç-sıvı oranları için aşağıdaki tabloya bakın ve 1 numaralı kuralı unutmayın: **1 ölçü pişmemiş pirinçten, 2-3 kişilik pilav çıkar.**

Çok hafif ateşte ağır ağır kaynamaya bırakın, üzerini kapatın, suyunu çekene ve pirinçler yumuşayana kadar pişirin. Ateşi kapattıktan sonra tencerenin kapağı kapalı olarak 10 dakika bekletin. Ve risotto hariç – o bambaşka bir hikâyedir – pişerken pilavı karıştırmayın. Sadece servis etmeden önce çatalla şöyle bir kabartın.

** GERÇEKTEN ÖYLE!

tahıl:su

MÜKEMMEL ORANLAR



SUŞİ PİRİNCİ



YASMİN PİRİNÇ



KİNOA



BASMATİ PİRİNÇ
(ve DİĞER UZUN BEYAZ PİRİNÇLER)



ESMER PİRİNÇ



ÇELİK-KESME YULAF



YUVARLAK YULAFLAR



POLENTA&İRİ YULAF



ARBORIO PİRİNCİ

Yumuşayana Kadar Pişir ve Karıştır

Çelik kesme ve yuvarlak yulaflar: Çok hafif tuzlanmış sıvıyı kaynama noktasına getirin, yulafı ilave edin ve altını kısıp yumuşayana kadar devamlı karıştırarak ağır ateşte pişirin.

Polenta ve iri yulaf: Polenta veya yulafı hızlı hızlı karıştırdığınız kaynayan, tuzlanmış suya ince bir ırmak halinde dökün. Devamlı karıştırarak yumuşayana kadar, yaklaşık bir saat ve gerekirse su ekleyerek pişirin. Servis etmeden önce tuzunu ayarlayın, tereyağı ve rende peynir ekleyin.

Risotto için Arborio pirinci: Önce bir ölçü pirince ½ sarı soğanı küp doğrayıp yumuşayıp şeffaflaşana kadar pişirin, ardından pirinci ilave edip kavurun. ½ ölçü beyaz şarapla deglaze edin. Devamlı karıştırarak suyu yarımşar ölçülük arttırmalarla, her seferinde önce pirinci sıvıyı emmesini bekleyerek yavaş yavaş ekleyin. Kıvamı ince sulu yulaf lapanınkine benzemelidir, yani gerekirse su veya şarapla inceltin. Tuzunu ayarlayıp ince rendelenmiş Parmesanla bitirin. Hemen servis edin.

Kaynatma

Makarna, farro, dinkel, buğday veya çavdar, arpa, amaranth ve **yaban buğdayını** bolca tuzlanmış suda yumuşayana kadar pişirin. Bu yöntem **kinoa, esmer** ve **basmati pirinç** için de kullanılabilir.

Fars-ımtırak Pilav

4-6 kişilik

Her İranlının pilavla, özellikle de her İranlı annenin mutfaktaki marifetinin ölçüsü olan pilavın tutan dibi anlamına gelen *tahdig* ile özel bir ilişkisi vardır. Eşit kızarması, kıtır kıtırlığı ve tencereden mükemmel bir kek halinde çıkıp çıkmamasına ve tabiî tadına bakılarak değerlendirilen iyi bir *tahdig* iftihar kaynağıdır. İran usulü pilavda ustalaşmak yıllar alacağından, yapması ise saatler süreceğinden bu Fars-ımtırak versiyonu veriyorum. Bu versiyonu bir gece beklenmedik bir şekilde elimde fazladan henüz haşlanmış basmati pirinçle kalınca tesadüfen icat ettim.

2 ölçü basmati pirinç
Tuz
3 çorba kaşığı yoğurt
3 çorba kaşığı tereyağı
3 çorba kaşığı nötral yağ

Büyük bir tencereye 1 litre suyla doldurup yüksek ateşin üzerinde kaynatın.

Bu esnada pirinci bir kâseye koyup soğuk suyla parmaklarınızla pirinçleri iyice karıştıra rak yıkayın. Suyu en az beş kere değiştirerek nişastayı akıtın; su berraklaşsın. Sonra pirincin suyunu süzün.

Tenceredeki su kaynayınca içine bol tuz atın. Ne tür tuz kullandığınıza bağlı olarak miktar değişir ama yaklaşık 6 çorba kaşığı ince deniz tuzu ile ½ ölçü koşer tuz yeterlidir. Bu sizin pirinci içeriden çeşnilendirmek için en büyük şansınız ve pirinç tuzlu suyun içinde sadece birkaç dakika kalacağı için fazla tuz kullanmış olmaktan korkmayın. Pirinci suya döküp karıştırın.

Lavabonun içine çok ince delikli bir süzgeç yerleştirin. Pirinci zaman zaman karıştırarak al dente yani yaklaşık 6-8 dakika pişirin. Süzgeçte suyunu süzün ve hemen soğuk sudan geçirerek pişmesini durdurun. Süzün.

Haşladığınız pirincin 1 ölçüsünü alıp yoğurtla karıştırın.

Büyük, çok iyi tuzlanmış 25 cm'lik bir demirdöküm tavayı ya da yapışmaz bir kızartma tavasını orta ateşin üzerine yerleştirin, sonra sıvı yağı ve tereyağını ilave edin. Tereyağı eriyince yoğurt-pirinç karışımını tavaya koyup düzleştirin. Kalan pirinci üzerine döküp hafifçe ortaya yığın. Tahta kaşığın sapıyla pirinçlerin üzerinde tavanın dibine kadar beş, altı tane delik açın. Hafifçe cızıldayacak olan bu delikler sayesinde pirinçlerin en alt katmanındaki

buhar dışarı çıkaracak ve oradaki pirinçler kıtır bir kabuk oluşturacaklar. Tavada kenarlardan köpürecek kadar yağ olmalıdır. Bu köpürmeleri göremiyorsanız biraz daha sıvı nötral yağ ekleyin.

Pilavı orta ateşte, tavayı 3-4 dakikada bir çeyrek saat döndürerek pişirmeye devam edin. 15-20 dakika sonra tavanın kenarlarında bir altın sarısı kabuğun oluşmaya başladığını gördüğünüzde ısıyı azaltıp bir 15-20 dakika daha pişirmeye devam edin. Kabuğun kenarları altın sarısı, pirinçler tamamen pişmiş olmalıdır. Pilavı ters çevirmeden *tahdig*in nasıl göründüğünü kestirmek zordur, o yüzden ben aşırı kızarma tarafında yanılmayı tercih ederim ama siz fazla kızarmış istemiyorsanız pilavı tavadan toplamda 35 dakika sonra alın.

Pilavı tavadan almak için önce kenarlarını bir spatulayla dikkatlice ayırın, fazla yağı tavayı eğdirerek bir kâseye boşaltın ve cesaretinizi toplayıp dikkatli bir şekilde bir tabağın ya da bir doğrama tahtasının üzerine ters çevirin. Altın sarısı, kabuklu, pofuduk güzel bir pilav keki görüntüsünde olmalıdır.

Herhangi bir sebepten ötürü pilav tek parça olarak çıkmazsa her İranlı babaannenin eskiden beri yaptığı şeyi yapın: Pilavı kaşıkla kabuğun içinden alın, *tahdig*i bir kaşıkla ya da metal spatulayla parçalayın ve baştan beri zaten öyle yapmak istemişsiniz gibi davranın. Kimse şüphelenmeyecektir.

Bu pilavı **Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Köfte Kebaplar**, **İran Usulü Kızarmış Tavuk** (sf. 341) veya ***Kuku Sabzi*** ile servis edin.

Çeşitlemeler

- **Ekmek *Tahdig*** yapmak için bir parça lavaş ekmeğinden 25 cm çapında bir daire kesin ya da 25 cm çapında bir un tortillası kullanın. Az pişmiş pirincinizin hepsini yoğurtla karıştırın. Tavayı yukarıda tarif edildiği gibi ısıtın, tereyağıyla sıvı yağı ilave ettikten sonra lavaş ya da tortillayı tavaya koyun. Pirinci kaşıkla üzerine koyup yukarıdaki gibi devam edin. Ekmek *Tahdig* sırf pirinçle yapılandan daha hızlı kızaracaktır, o yüzden tavaya sık sık göz atın ve 15-20 değil, 12 dakika kadar sonra tavanın altını kısın.

- **Safranlı Pilav** yapmak için büyük bir tutam **safranı** bir tutam tuzla havanda döverek toz haline getirerek safran çayı yapın. 2 çorba kaşığı kaynar su ekleyip 5 dakika demlenmeye bırakın. Az pişmiş pirincin üzerinde gezdirin ve pirinci yukarıda tarif edildiği gibi tavaya ekleyerek devam edin. **Köfte Kebap** ile beraber servis edin.



SAFRAN

- **Otlu Pilav** yapmak için 6 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz, kişniş ve dereotunu pişmiş ve suyu süzülmüş pirince katın. Yukarıda tarif edildiği gibi pişirin. **Fırında Yavaş Kızarmış Somon** ve **Otlu Yoğurt** ile beraber servis edin.

- **Baklalı ve Dereotlu Pilav** yapmak için 1/3 ölçü ince kıyılmış dereotuyla ¾ ölçü taze veya buzu çözülmüş donmuş, kabukları soyulmuş baklayı, suyu süzülmüş ve pişmiş pirince katın. Yukarıda tarif edildiği gibi pişirin. **İran Usulü Kızarmış Tavuk** ile beraber servis edin.

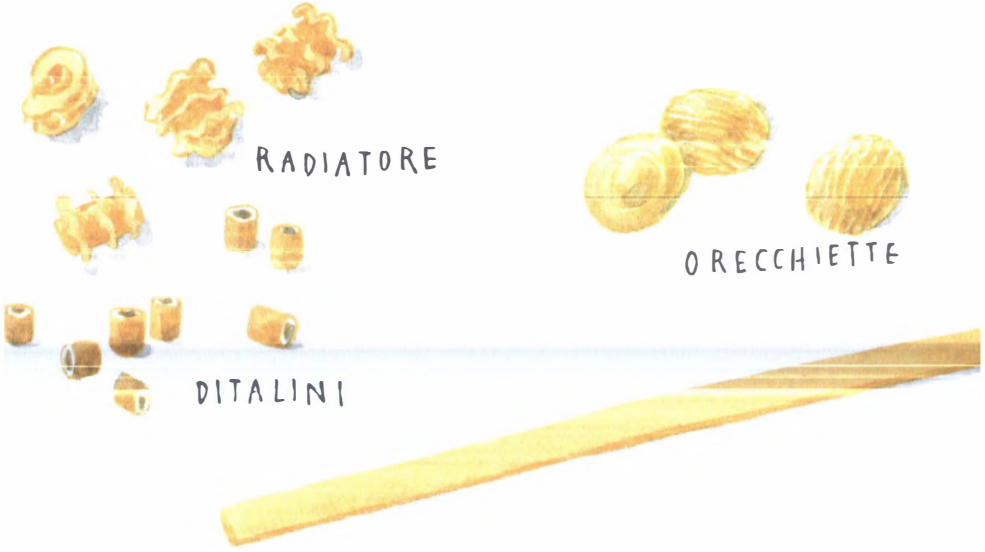
Beş Klasik Makarna

Makarna benim baş tacımdır. İkisi İtalya'da geçen on sene boyunca her gün makarna yapıp yedim. Buraya hangi makarna tariflerini koyacağıma karar vermeye sıra gelince neredeyse bunalıma girecektim. Makarna hakkında anlatacaklarımı birkaç basit tarife nasıl indirgeyecektim?

İndirgemeye başlamadan önce bütün imkânları görmem gerektiğini anladım ve en sevdiğim makarna ve sos eşleşmelerinin listesini çıkardım. Liste kabarırken ortaya bir şablon çıktı. Listemdeki her bir sos beş aileden birinin üyesiydi: Peynir, domates, sebze, et ve (kabuklu) deniz ürünleri.

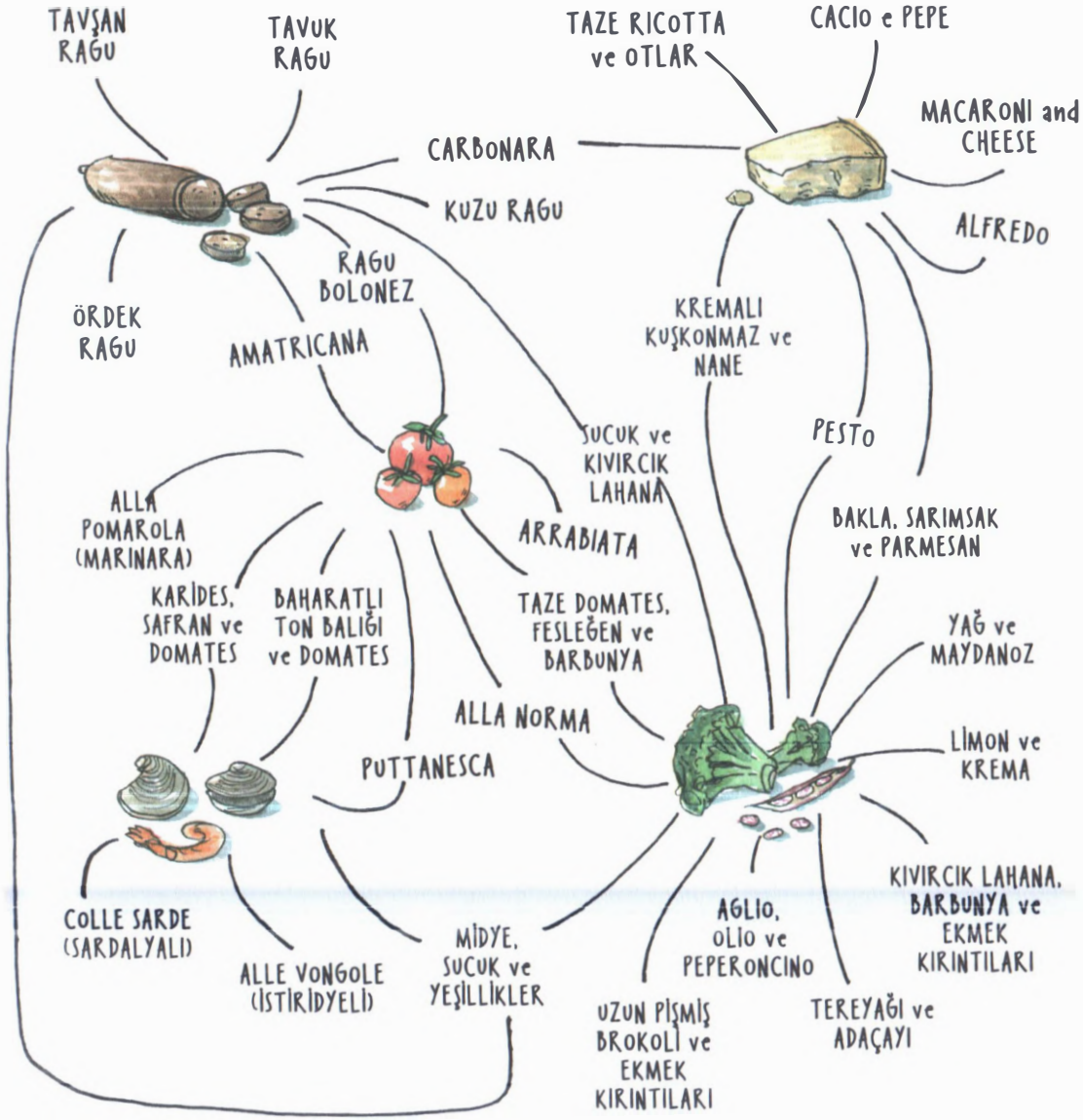
Her aileden bir sosta ustalaşırsanız sayısız çeşitlemelerin yolu önünüze açılacaktır. Nihayet, istediğiniz gibi doğaçlama yapabileceksiniz. Sadece şunu unutmayın, her malzemenin yemekte bir rolü olmalıdır – mukfakta ne var ne yok makarnaya katarsanız o makarna hiçbir şeye benzemez. Elinizdeki malzemelerle doğaçlama yapacaksanız makarna, zeytinyağı ve tuzun haricinde altı malzemeyi aşmayın. Ve servis etmeden önce Tuz, Yağ ve Asit dengesini ayarlamayı unutmayın.

İki şey daha: **Pesto** hariç bütün makarnalar sıcak sosla karıştırılmalıdır. Bir de makarnanın lezzeti ve pişkinlik derecesi de en az sos kadar önemlidir, o yüzden hem pişirmeyi doğru yapın hem de suyu yeterince tuzlayın. Su yaz denizi kadar tuzlu olmalıdır, bu da 250 ml suya 2 silme çorba kaşığı koşer tuz veya 4 çay kaşığı ince deniz tuzu demektir.



Pasta Nostra

BEŞ BÜYÜK AİLENİN EVLİLİK BAĞLARI



Peynir: *Cacio e Pepe* Makarna

4-6 kişi

Cacio e pepe Roma'nın makarna ve peynire cevabıdır (ve bence ondan daha iyidir). Geleneksel olarak, tuzlu bir koyun peyniri olan *pecorino Romano* ve bol karabiber ile yapılır. Sosun topaklanmaması için birkaç önlem alın: Peyniri rendenin en ince tarafıyla rendeleyin ki hemen erisin. Bir de biber, yağ ve nişastalı makarna suyunu iyice karıştırıp emülsiyon haline getirin. Ve nihayet, tavanız yeteri kadar büyük değilse makarnayla sosu büyük bir kâsenin içinde, arada bir makarna suyu ekleyerek karıştırın.

Tuz
500 gr spagetti, bucatini ya da tonnarelli makarna
Sızma zeytinyağı
1 çorba kaşığı çok iri çekilmiş karabiber
120 gr *pecorino Romano*, çok ince rendelenmiş (2 ölçü kadar)

Büyük bir tencere suyu yüksek ateşe koyup kaynatın. Yaz denizi gibi tuzlu oluncaya kadar bolca tuzlayın. Makarnayı ilave edip arada bir karıştırarak al dente pişirin. Makarnayı süzerken suyundan 2 ölçü ayırın.

Bu esnada büyük bir tavayı orta ateşin üzerine koyup dibini kaplayacak kadar zeytinyağı ekleyin. Yağ titremeye başladığında karabiberi ilave edip 20 saniye kokusunu salana kadar pişirin. ¾ ölçü makarna suyundan ekleyip kaynatın – makarna suyu emülsiyona yardım edecektir.

Süzdüğünüz makarnayı sıcak tavaya aktarın, karıştırın, peynirin bir avucunu ayırıp gerisini üzerine serpiştirin. Arada bir makarna suyu ilave ederek maşayla hızlı hızlı karıştırmak suretiyle topaklanmadan makarnaya yapışan krema kıvamında bir sos meydana getirin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Kalan peyniri ve biraz daha iri çekilmiş biber ilave edip hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- **Pasta Alfredo** için 4 ölçü ağır kremayı 2 ölçüye düşene kadar yaklaşık 30 dakika tıkırdatın. Geniş bir tavayı orta ateşin üzerine koyun ve 3 çorba kaşığı tereyağı ekleyin. Yağ eriyince 3 diş doğranmış sarımsak ekleyin. Sarımsak aromasını verene kadar, 20 saniye boyunca pişirin. Sarımsak rengini değiştirmeye başlamadan kaynattığınız kremayı da katıp ağır ateşe alın. 500 gr fettucine makarnayı al dente pişirip süzün. 1 ölçü makarna suyunu kenara ayırın. Sıcak makarnayı tavaya ekleyip 120 gr Parmesan ve bolca taze çekilmiş karabiberle beraber karıştırın. Kremalı bir kıvam yakalamak için gerekirse makarna suyu ekleyebilirsiniz. Tadına bakın ve tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.

- **Kremalı Kuşkonmaz ve Naneli Makarna** yapmak için büyük bir tavayı orta ateşin üzerine koyun ve tavanın dibini kaplayacak kadar yağ ekleyin. Yağ titreyince 1 küçük küpler halinde doğranmış sarı soğanı (ya da iki taze soğanı) ve bir büyük tutam tuzu ilave edin. Ateşi orta-düşüğe getirip 12 dakika boyunca yumuşayana kadar arada bir karıştırarak pişirin. 3 diş doğranmış sarımsağı ilave edin. Sarımsak rayihasını dışarı verene kadar 20 saniye kadar pişirin. Sarımsak rengini değiştirmeye başlamadan 2 ölçü ağır krema ekleyip 25 dakika yarı yarıya azalana kadar ağır ateşte pişirin.

  Bu esnada 700 gr kuşkonmazın sert uçlarını kesip atın. Kuşkonmazları çaprazlama dörde kesip kenara ayırın. Krema çekmesini tamamlamaya yakın, 500 gr fettucine ya da penne makarnayı al dente pişirin. Makarnayı almadan bir dakika önce kuşkonmazları ekleyip pişirin. Makarna al dente, kuşkonmaz az pişmiş iken suyu süzün. 1 ölçü makarna suyunu kenara ayırın. Makarnayla kuşkonmazları tavaya atıp krema, 85 gr (1 ölçü) ince rendelenmiş Parmesan, ¼ ölçü doğranmış nane yaprağı ve taze çekilmiş karabiberle karıştırın. Sosu açmak gerekiyorsa biraz makarna suyu ekleyerek kremalı bir kıvam elde edin. Tadıp tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.

Domates: *Pasta alla Pomarola*

8 ölçü sos; makarna tarifi 4 kişilik

Chez Panisse'deki o sos yapma yarışmasından bu yana basit domates sosu yapmanın düzinelerce yolunu öğrendim ama işin aslı bütün çeşitlemeler – soğan kullanmak ya da kullanmamak, fesleğen ya da kekik kullanmak, püre yapmak ya da rendelemek – kişinin kendini geliştirmesinden öte bir şey sunmuyor. Sosu nasıl isterseniz yapabilirsiniz; en önemlisi bulabileceğiniz en lezzetli domatesleri ve zeytinyağını kullanmak ve tuzu iyi ayarlamaktır. Bunu yaparsanız harikulade bir boş levhanız olur; bunu elbette makarna ve pizzada ama aynı zamanda şakşuka, Fas usulü kuzu kavurma, Meksika usulü pilav veya Provance usulü balık yahnisinde de kullanabilirsiniz.

Sızma zeytinyağı
2 orta boy kırmızı ya da sarı soğan, ince kıyılmış
Tuz
4 diş sarımsak
2 kg taze, olgun domates, yeşil kısımları çıkarılmış
16 taze fesleğen yaprağı veya 1 çorba kaşığı kuru kekik
350 gr spagetti, bucatini, penne ya da rigatoni Parmesan,
pecorino Romano ya da ricotta salata, servis için

Büyük, kalın tabanlı bir tencereyi orta-yüksek ateşe koyun. Tencere ısınınca dibini kaplayacak kadar zeytinyağı koyun. Yağ titremeye başlayınca soğanları ekleyin.

Tuz ekleyip ateşi orta dereceye indirin, yanmamaları için soğanları zaman zaman karıştırın. Soğanlar yumuşayıp şeffaflaşana ya da sararana kadar, yaklaşık 15 dakika pişirin. Biraz esmerleşme olabilir ama soğanları yakmayın. Soğanlar çok hızlı esmerleşmeye başladıysa ateşi kısın ve biraz su ilave edin.

Soğanlar pişerken sarımsağı kıyın, sonra domatesleri dörde bölün. Soğanlar yumuşayınca onları tencerenin kenarlarına itip ortaya bir kaşık dolusu zeytinyağı dökün. Sarımsağı yağın içine atın. Sarımsak aromasını salıverene kadar, bir 20 saniye cızırdasın, **o esmerleşmeye başlamadan domatesleri ilave edin. Domatesleri tahta kaşıkla bir parça** ezerek sularını çıkarın. Sos kaynamaya başlayınca altını kısarak pişmeye bırakın. Tuzlayın ve fesleğen yapraklarını bölerek ilave edin ya da kullanıyorsanız kekiği ekleyin.

Sosu düşük ateşte tahta kaşıkla sık sık karıştırarak pişirin. Tencerenin dibinin yapış-

maması için tahta kaşıkla kazıyın. Sos yapışıp kavrulmaya başlarsa tam tersini yapın. Karıştırmayın! Bu sadece yanık tadının sosun geri kalanına da bulaşmasını sağlar. Tencerenin dibine dokunmadan sosu hemen yeni bir tencereye aktarın. Dibi tutan tencerenin içine su koyarak lavaboda bekletin. Bu sefer yeni tencerenin dibini tutturmamak için özen gösterin.

Su dolu büyük bir tencereyi yüksek ateşte kaynamaya koyun. Buhar kaçmasını engellemek tencerenin kapağını kapatın.

Sos 25 dakika kadar sonra pişmiş olacaktır. Kaşığınızı sosa daldırdığınızda, bu size bahçe ve pazarlardan çok rahatlatıcı bir tencere makarnayı anımsatacaktır. Domatesler pişince sosu hızlıca kaynama seviyesine getirin ve ¾ ölçü zeytinyağı ilave edin. Birkaç dakika ağır ateşte pişirin; *pomarola* emülsiyon halini aldıkça lezzeti artacaktır. Ocaktan alın.



El blenderi, blender veya mutfak robotuyla sosu püre yapın, tadına bakın ve tuzunu ayarlayın. Bir haftaya kadar buzdolabında ağzı kapalı olarak saklayabilirsiniz veya 3 aya kadar dondurabilirsiniz. Raf ömrü uzun *pomarola* için sos dolu kavanozları 20 dakika su banyosunda bekletin ve bir yıl içinde tüketin.

4 kişilik makarna için, su dolu tencereyi yaz denizi tadını alana kadar tuzlayın. Su kaynayınca makarnayı ekleyip karıştırın ve al dente pişirin. Makarna pişerken 2 ölçü *pomarola* sosunu geniş bir sote tenceresinde hafif ateşte kaynatın. Makarnayı süzün, 1 ölçü suyu kenara ayırın. Makarnayı **sosun üzerine döküp karıştırın, ihtiyaç olursa ma-**karna suyu ve zeytinyağıyla inceltin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Parmesan, *pecorino Romano* veya ricotta salata peyniriyle hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- Makarnaya biraz krema eklemek isterseniz 2 ölçü *pomarola* sosa ½ ölçü **taze krema** (sf. 113) ilave edin ve biraz kaynattıktan sonra pişmiş makarnayı ekleyin. Ayrıca makarnayı domates sosuyla karıştırdıktan sonra büyük taze ricotta peyniri parçaları ekleyebilirsiniz.

- ***Pasta alla Puttanesca*** yapmak için büyük bir tavayı orta ateşin üzerine koyun ve dibini kapatacak kadar zeytinyağı ilave edin. Yağ titremeye başlayınca 2 diş doğranmış sarımsak ile 10 doğranmış ançüez filetosunu ekleyip sarımsak aromasını dışarı verene kadar, bir 20 saniye hafif pişirin. Sarımsak renk değiştirmeye başlamadan önce 2 ölçü *pomarola* sosu, ½ ölçü yıkanmış ve çekirdeksiz siyah zeytin (tercihen yağda saklanmış) ve 1 çorba kaşığı yıkanmış, tuzlama kapari ilave edin. Arzuya göre pul biber ve tuzla çeşnilendirip arada bir karıştırarak 10 dakika tıkırdatın. Bu esnada 350 gr spagettiyi al dente pişirin ve süzün. 1 ölçü makarna suyunu kenara ayırın. Makarnayı fokurdayan sosun üzerine döküp karıştırın ve ihtiyaç varsa makarna suyuyla inceltin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Kıyılmış maydanozla süsleyip hemen servis edin.

- ***Pasta all'Amatriciana*** yapmak için büyük bir tavayı orta ateşin üzerine koyun ve dibini kapatacak kadar zeytinyağı ilave edin. Yağ titremeye başlayınca 1 ince kıyılmış sarı soğan ve bir büyük tutam tuz ekleyin. 15 dakika, soğan yumuşayıp esmerleşene kadar pişirin. Jambonu uzun uzun doğrayıp soğana ilave edin. Hafif kıtırlaşana kadar orta ateşte pişirdikten sonra 2 diş kıyılmış sarımsak ekleyip rayihasını verene kadar 20 saniye pişirin. Sarımsak renk değiştirmeye başlamadan önce 2 ölçü *pomarola* sosu ekleyin ve tuzla toz kırmızı biber atın. 10 dakika tıkırdatın. Bu esnada 350 gr spagetti veya bucatini makarnayı al dente pişirip süzün. 1 ölçü makarna suyunu kenara ayırın. Makarnayı tıkırdayan sosun üzerine döküp karıştırın ve ihtiyaç varsa makarna suyuyla inceltin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Bol **pecorino Romano** veya Parmesan ile süsleyip hemen servis edin.

Sebze: Brokolili ve Ekmek Kırıntılı Makarna *4-6 kişilik*

Bu benim günün sonunda hiç enerjim kalmadığında pişirdiğim bir yemektir. Bir tabak brokolili makarnayı sağlıklı olduğu için yiyormuş gibi davranırım. Oysa bu yemeği severim; kavrulmuş soğanın derin lezzeti, bol Parmesanın kattığı umami ve yumuşamış brokolinin tatlılığı yemeğe beklenmedik bir lüks getirir. Toskana köylüleri ekmek kırıntılarını makarnayı süslemek için peynirin hesaplı muadili olarak kullandılarsa da ben kıtırlık *ve* lezzet için ikisinin de kullanılmasını destekliyorum. Ve brokoli köklerini atmayın! Onlar genelde bitkinin en tatlı kısımlarıdır. Köklerin kalın kabuklarını soyup dilimleyin ve çiçekleriyle beraber pişirin.

Tuz
1 kg brokoli, çiçeği ve soyulmuş kökleri
Sızma zeytinyağı
1 büyük sarı soğan, küçük küpler halinde doğranmış
1-2 çay kaşığı kırmızı pul biber
3 diş sarımsak, doğranmış
500 gr orecchiette, penne, linguine, bucatini veya spagetti
1/2 ölçü **Serpinti Kırıntı**
Taze rendelenmiş Parmesan, servis için

Yüksek ateşin üzerine büyük bir tencereyle su koyun. Su kaynayınca içine bol tuz atın.

Brokoli çiçeklerini 1,5 cm eninde parçalara, köklerini 1 cm eninde dilimlere kesin.

Büyük bir tencereyi orta-yüksek ısının üzerine yerleştirin. Tencere ısınınca dibini kaplayacak kadar zeytinyağı koyun. Yağ titremeye başlayınca bir büyük tutam tuzu ve 1 çay kaşığı pul biberi ilave edin. Soğanlar esmerleşmeye başlar başlamaz karıştırıp altını kısın. Arada bir karıştırarak soğanları yumuşayana ve altın sarısı esmer renk alana kadar bir 15 dakika pişirin. Soğanları tencerenin kenarlarına itip ortaya bir çorba kaşığı kadar zeytinyağı ve onun içine de sarımsağı koyun. Sarımsak rayihasını dışarı verene kadar 20 saniye kadar pişirin. Sarımsak **rengini değiştirmeye başlamadan soğanlarla karıştırın ve ocağı kısın.**

Brokoliyi kaynayan suya atıp yumuşayana kadar 4-5 dakika haşlayın. Süzgeçli bir kaşıkla brokolileri sudan alıp doğrudan soğanların üzerine ekleyin. Su tenceresinin kapağını kapatın, makarnayı haşlamak için suyu kaynamaya bırakın. Brokolilerin olduğu tencerenin altındaki ateşi biraz arttırıp brokoli dağılıp soğan ve zeytinyağıyla karışana ve bir sos haline

gelene kadar 20 dakika pişirin. Karışım bir sos gibi olmaktan ziyade kuru görünüyorsa pişirme suyundan bir iki kaşık ekleyerek sulandırın.

Makarnayı suya atıp karıştırın. O pişerken, siz brokoliyi karıştırarak pişirmeye devam edin. Burada önemli olan tavada yeterli su olması ve brokoli, yağ ve suyun emülsiyon haline gelerek sos kıvamını almasıdır. Karıştırarak pişirmeye devam edin ve ihtiyaç oldukça su ekleyin.

Makarna al dente piştiğinde suyunu süzün. 2 ölçü makarna suyunu kenara ayırın. Sıcak makarnayı brokoliye ilave edip karıştırın. Biraz daha zeytinyağıyla tuzlu makarna suyundan ekleyip makarnanın tamamen sosla kaplanmış, ıslak ve lezzetli olduğundan emin olun. Tadına bakıp tuzunu ve biberini ayarlayın.

Üzerine ekmek kırıntıları ve bolca kar gibi rendelenmiş Parmesanla hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- Bir umami gücü eklemek için soğanlara sarımsakla beraber 6 doğranmış ançüez filetosu ilave edin.

- **Fasulyeli ve Brokolili Makarna** (barbunyalı da olabilir) yapmak için makarna haşlanırken brokoliyle soğana 1 ölçü pişmiş fasulye ekleyin.

- **Sucuklu ve Brokolili Makarna** yapmak için 250 gr sucuğu fındık büyüklüğünde parçalara bölerek soğanlara ekleyin, yumuşayınca ateşi arttırıp esmerleştirin.

- Biraz asit ve tatlılık eklemek için brokoliyi eklemeden önce pişmiş soğanlara 1 ölçü ***pomarola*** sosu karıştırın.

- Biraz tuzlu lezzet istiyorsanız brokoli ve soğana 1/2 ölçü büyük doğranmış, çekirdeksiz siyah ya da yeşil zeytin ilave edin.

- Brokolinin yerine kıvırcık lahana, karnabahar, rapini de kullanabilirsiniz; ya da şok haşlama kısmını atlayıp uzun pişmiş enginar, rezene veya kabak kullanabilirsiniz (sf. 264).

Et: Pasta al Ragù

7 ölçü sos; 4 kişilik makarna

Et sosu yani *ragù* yapmayı henüz yirmi iki yaşımdayken beni mutfağına ve ailesine sokan Floransa'lı şef Benedetta Vitali'den öğrendim. Restoranı Zibibbo'da günaşırı bir tencere *ragù* yapardık. Restorandaki çoğu yemek gibi bu da *soffritto* yani ince doğranmış, iyice esmerleştirilmiş aromatik sebzelerle başlar. Benedetta'dan *soffritto*'mun üzerine titremeyi öğrendim, önce gördüğüm en büyük bıçakla sebzeleri ince ince doğrarken, sonra da onları aşırı miktarda zeytinyağı kullanarak esmerleştirirken. *Ragù*'da esmerleşmekten daha önemli başka bir şey yoktur, o yüzden *soffritto* ve ette acele etmeyin. Ondan sonra bir Toskana tepe yamacından güneş ışığının yansıdığı akşamüstü kadar harikulade bir tadı olan makarnanızın başına oturmanız zaman meselesidir.

Sebzeleri elinizde doğramak size zor gelirse mutfak robotu kullanın. Her sebzeyi makinede ayrı doğrayın. Makinenin bıçağı sebzelerin üzerinde bıçaktan daha fazla hücreyi açacağından makinede doğranmış sebzeler daha sulu olacaktır. Kerevizle soğanı ince süzgece koyup bastırarak çıkarabildiğiniz kadar suyu çıkarın, sonra havuçlarla birleştirin ve sanki hepsini elde doğramışsınız gibi devam edin. Kim bilecek?

Sızma zeytinyağı
500 gr dana kıyma
500 gr kürek bölgesinden iri kıyma
2 orta boy sarı soğan, küp doğranmış
1 büyük havuç, küp doğranmış
2 büyük kereviz sapı, doğranmış
1 1/2 ölçü sek kırmızı şarap
2 ölçü **Tavuk veya Et Suyu** (sf. 271) veya su
2 ölçü tam yağlı süt
2 yaprak defne
1 2.5x8 cm ebadında limon kabuğu şeridi
1 2.5x8 cm ebadında portakal kabuğu şeridi
1 1/2 cm tarçın çubuğu
5 çorba kaşığı domates salçası
İsteğe bağlı: Parmesan kabuğu
Bütün muskat
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
500 gr tagliatelle, penne veya rigatoni
4 çorba kaşığı tereyağı
Taze rendelenmiş Parmesan, servis için

Büyükçe bir tencereyi yüksek ateşin üzerine koyun ve içine dibini kaplayacak kadar zeytinyağı dökün. Dana kıymayı tencereye koyup ceviz büyüklüğünde toplar haline getirin. Kıymayı delikli bir kaşıkla karıştırarak ve küçük parçalara bölerek cızırdamaya başlayana ve altın sarısı kahverengi alana kadar 6-7 dakika pişirin. Henüz tuz katmayın, tuz etin suyunu çıkaracak ve esmerleşmeyi geciktirecektir. Delikli kaşıkla eti bir kâseye aktarın, etin eriyen yağı tencerede kalsın. İri kıymayı da aynı şekilde esmerleştirin.

Soğan, havuç ve kereviz saplarını – *soffritto* – aynı tencereye atıp orta-yüksek ateşte pişirin. Yağın miktarı *soffritto*'yu neredeyse kapatacak kadar çok olmalıdır, o yüzden ihtiyaç varsa biraz daha zeytinyağı ilave edin. Düzenli olarak karıştırarak, sebzeler yumuşayana ve *soffritto* koyu kahve rengini alana kadar 25-30 dakika pişirin. (*Soffritto*'yu zeytinyağında bir, iki gün önceden pişirebilir, tarifteki zaman alan adımları bölebilirsiniz. *Soffritto* da 2 aya kadar dondurucuda kalabilir!)

Eti yeniden tencereye koyun, ateşi harlayın ve şarabı ekleyin. Tencerenin dibine yapışan kızarmış parçaları kazıyarak sosa karıştırın. Et suyunu ya da sade suyu, süt, defne yaprakları, tarçın, domates salçası ve eğer kullanıyorsanız Parmesan kabuğunu ilave edin. Muskat rendesiyle başka bir ince rendeyle 10 taze muskat parçası ekleyin. Tuz ve taze çekilmiş karabiberle çeşnilendirin. Kaynamaya başlayınca altını kısıp pişmeye bırakın.

Süt sosa iyice karışıp görünmez olduğunda ve sos lezzetli bir görünüm almaya başladığında, 30-40 dakika arasında karışımı tatmaya ve tuz, asit, tatlılık, lezzet ve hacmi ayarlamaya başlayın. Biraz aside ihtiyacı varsa şarap ekleyin. Yavansa domates salçası katarak hayat ve tatlılık katın. Daha yağlı olması gerekiyorsa, süt ilave edin. *Ragù* fazla duruysa et suyu ekleyin. Fokurdarken suyunu çekecek ve geriye jelatini kalarak sosun koyulaşmasına yardım edecektir.

Mümkün olan en düşük ısıda kaynatırken, zaman zaman üzerindeki yağı sıyırıp alın, sık sık karıştırarak et yumuşayana ve lezzetler birbirine geçene kadar 1,5-2 saat pişirin. *Ragù*'nun olduğuna kanaat getirdiğinizde bir kaşıkla yüzeye çıkan yağları sıyırıp alın ve Parmesan kabuklarıyla defne yapraklarını, narenciye kabuklarını ve tarçını çıkarın. Tadına bakıp tuzuyla biberini ayarlayın.

4 porsiyon için 2 ölçü sıcak *ragù*'yu 500 gr al dente pişmiş makarna ve 4 çorba kaşığı **tereyağıyla karıştırın. Bolca taze rendelenmiş Parmesanla servis edin.**

Kalan *ragù*'yu üzerini kapatarak buzdolabında 1 haftaya kadar, dondurucuda 3 aya kadar saklayabilirsiniz. Kullanmadan önce yeniden kaynatın.

Çeşitlemeler

- **Kümes Hayvanları *Ragù*** için 2 kg bütün kalça kullanın. Eğer bütün kalça kullanıyorsanız sos pişince etle deriyi parçalayıp kemiklerle kıkırdakları ayıklayın. Eti parça parça esmerleştirin – tavayı sıkış tıkış doldurmaktan kaçının – ve *soffritto*'yu yukarıda tarif edildiği gibi hazırlayın. *Soffritto* esmerleşince 4 diş kıyılmış sarımsağı tencereye atın ve 20 saniye sarımsakların kokusu çıkana kadar cızırdatın ama renkleri değişmesin. Kırmızı şarap yerine beyaz şarap kullanın, sosa içinde 1 dal taze adaçayı, 1 çorba kaşığı ardıç yemişi olan bir ot keseciği ve 7 gr kurutulmuş porcini mantarı ekleyin. Tavuk suyunu 3 ölçüye çıkarın. Süt, muskat, portakal kabuğu ve tarçını çıkarın ama defne yaprakları, limon kabuğu, domates salçası, tuz, karabiber ve Parmesan kabuğu kalsın. 90 dakika, yumuşayana kadar tıkırdatın. Yağını yüzeyden sıyırıp alın ve aromatikleri önceki sayfada tarif edildiği gibi sostan çıkarın. Tadına bakıp tuzuyla biberini ayarlayın. Tarifteki gibi servis edin.

- **Sucuk *Ragù*** için dana etinin yerine 1 kg hafif veya baharatlı sucuk kullanın. Eti esmerleştirin ve *soffritto*'yu yukarıda tarif edildiği gibi hazırlayın. *Soffritto* esmerleşince 4 diş kıyılmış sarımsağı tencereye atın ve 20 saniye sarımsakların kokusu çıkana kadar cızırdatın ama renkleri değişmesin. Kırmızı şarap yerine beyaz şarap kullanın, domates salçası yerine konserve domates ve suyunu kullanın. Süt, muskat, portakal kabuğu ve tarçını çıkarın ama et suyu, defne yaprakları, limon kabuğu, tuz, karabiber ve Parmesan kabuğu kalsın. 1 çorba kaşığı kuru kekik ve 1 çay kaşığı pul biber ekleyin. 1 saat, yumuşayana kadar tıkırdatın. Yağını yüzeyden sıyırıp alın ve aromatikleri önceki sayfada tarif edildiği gibi sostan çıkarın. Tadına bakıp tuzuyla biberini ayarlayın. Tarifteki gibi servis edin.



(Kabuklu) Deniz Ürünleri: İstridyeli *Pasta alle Vongole*

4-6 kişilik

Yirmi yaşıma gelene kadar ne midyenin ne de istiridyenin tadını bilirdim. Şimdi bile başka bir seçeneğim varsa kabuklu deniz ürününü nadiren seçerim. Ama istiridyeli makarna başka. *Pasta alle Vongole* lezzetini malzemelerin listesinin pek açıklayamadığı o gizemli yemeklerden biridir. İstiridyeli makarna sörf yapmak için mükemmel bir güne benzer – tuzlu ve yağlı, taze ve canlı, tastamam. Bu yemeğin resimli tarifi için sayfa 120'ye dönün.

Ben bu makarnada 2 türlü istiridye kullanmayı seviyorum: Büyük littleneck istiridyeleri ile küçük Manila veya cherrystone istiridyeleri. Bu istiridyeleri bulamazsanız hiç dert etmeyin, 2 kg hangi türü bulursanız ona littleneck gibi muamele edin.

Tuz
Sızma zeytinyağı
1 ortaboy sarı soğan, küçük küpler halinde doğranmış, köklerini saklayın
2 ya da 3 maydanoz dalı, artı 1/4 ölçü ince kıyılmış yaprak
1 kg littleneck istiridye, fırçayla iyice ovulmuş
1 ölçü sek beyaz şarap
2 diş sarımsak, doğranmış
1 çay kaşığı pul biber
500 gr linguine ya da spagetti
1 kg Manila veya cherrystone istiridyesi, fırçayla iyice ovulmuş
1 limon suyu
4 çorba kaşığı tereyağı
30 gr Parmesan, ince rendelenmiş (yaklaşık 1/4 ölçü)
Bolca tuzladığınız bir tencere suyu kaynatın.

Büyük bir kızartma tavasını orta-yüksek ateşte ısıtın ve bir çorba kaşığı zeytinyağı ilave edin. Soğanın köklerini, maydanoz dallarını ve tek kat halinde aldığı kadar littleneck istiridyeyi, sonra da ¾ ölçü şarabı ekleyin.

Ateşi harlayın, tavanın üzerini kapatın ve istiridyeler açılana kadar 3-4 dakika pişirin. Kapağı açıp bir maşa kullanarak açılan istiridyeleri bir kâseye aktarın. İnatçı istiridyeler varsa maşayla hafifçe vurarak açılmasına yardım edin. 6 dakika piştikten sonra açılmayan istiridyeleri çıkartın. Kalan littleneck istiridyelerini de aynı şekilde tavada kalan şarapla pişirin.

Pişirme suyunu ince bir süzgeçten geçirin ve kenara ayırın. İstiridyeler tutulacak kadar soğuyunca kabuklarından çıkarıp iri iri doğrayın. Üzerini kapatacak kadar pişirme sıvısıyla beraber bir kâsenin içine koyarak kenara ayırın. Kabukları atın.

Tavayı sudan geçirip orta ateşe koyun. Tavanın dibini kaplayacak kadar yağ koyun ve küp soğanlarla bir tutam tuz ilave edin. Soğanlar yumuşayana kadar, arada bir karıştırarak, 12 dakika pişirin. Soğan renk değiştirebilir ama yanmasına müsaade etmeyin; gerekirse biraz su ekleyin.

Bu arada makarnayı al dente'den biraz daha diri oluncaya kadar haşlayın. Sarımsağı ve ½ çay kaşığı pul biberi soğanlara ekleyip hafifçe cızırdatın. Sarımsak esmerleşmeye kalmadan Manila istiridyelerini koyup ateşi harlayın. Bir miktar istiridyenin pişme suyundan ya da şarap ilave edip tavanın kapağını kapatın. İstiridyeler açılır açılmaz doğranmış littleneck istiridyelerini ekleyin. Birkaç dakika birlikte pişsinler. Sonra tadıp ihtiyaç varsa limon suyu veya biraz daha beyaz şarapla asidini ayarlayın.

Makarnayı süzün, suyundan 1 ölçü ayırın. Makarnayı hemen istiridyelerin üzerine aktarıp al dente olana kadar istiridye suyunda pişirin. Böylece makarnalar da istiridyenin tuzlu tadını emecektir.

Tadına bakıp tuz, baharat ve asidini ayarlayın. Makarna epey sulu olmalı – değilse kaşık kaşık istiridye pişirme suyu, şarap veya makarna suyu ekleyin. Tereyağıyla peyniri ekleyip eritin ve makarnayla karıştırın. Üzerine kıyılmış maydanoz yapraklarını serpip kâselere bölüştürün.

Suyuna banmak için yanında kabuklu ekmekle hemen servis edin.

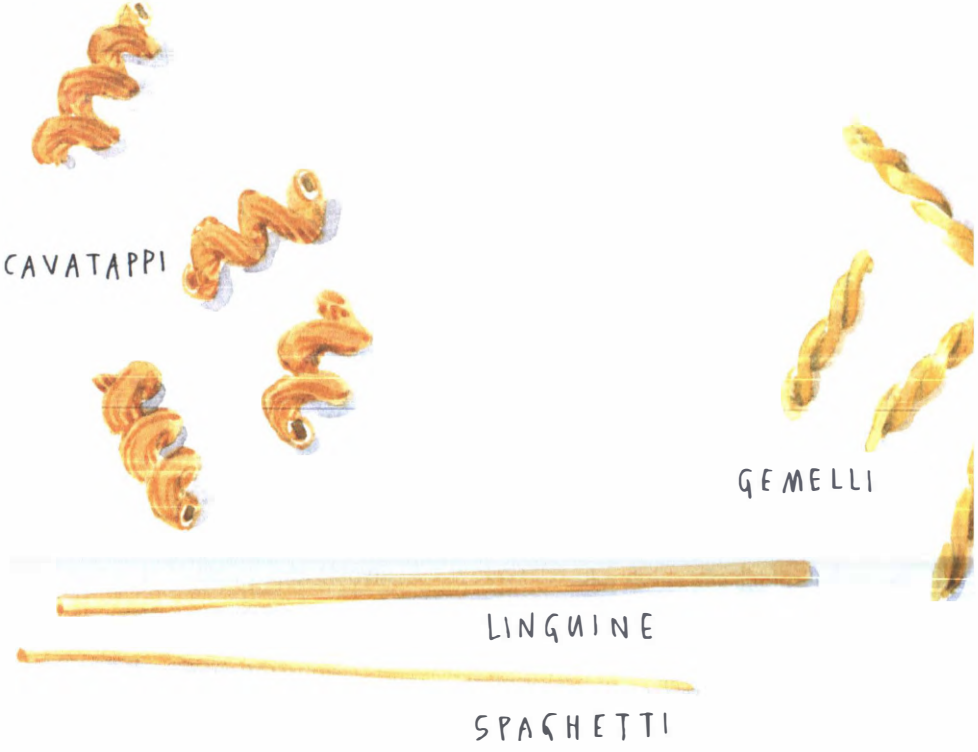
Çeşitlemeler

- **Midyeli Makarna** yapmak için istiridyelerin yerine 2 kg kabukları fırçalanmış, sakalları ayıklanmış midye kullanın ama onları bir önceki sayfadaki littleneck istiridyeleri gibi pişirin. Soğana tuzla beraber büyükçe bir tutam safran ekleyin. Parmesanı çıkarın ama gerisini aynen yukarıda tarif edildiği gibi pişirin.

- **İstiridye ve Sucuklu Makarna** yapmak için 250 gr baharatlı veya sade sucuğu ceviz büyüklüğünde parçalara bölerek soğanlara ilave edin, ateşi arttırın ve esmerleştirin. Manila istiridyelerini ekleyin ve yukarıda tarif edildiği gibi pişirmeye devam edin. Yukarıda belirtildiği gibi servis edin.

- **Beyaz İstiridye Sosu** yapmak için soğan tenceresine sarımsağı hafifçe cızırdattıktan sonra 1 ölçü krema ekleyin. 10 dakika tıkırdattıktan sonra istiridyeleri ekleyin. Önceki sayfada tarif edildiği gibi pişirmeye devam edin.

- **Kızıl İstiridye Sosu** yapmak için soğan tenceresine sarımsağı hafifçe cızırdattıktan sonra 2 ölçü taze ya da konserve doğranmış domates ekleyin. 10 dakika hafif ateşte pişirdikten sonra istiridyeleri ekleyin. Önceki sayfada tarif edildiği gibi pişirmeye devam edin.
- Yemeğe biraz yeşillik eklemek istiyorsanız 1 ölçü doğranmış Şok Haşlanmış **Yeşilliği** – kıvırcık lahana ile rapini özellikle yakışıyor – pişmiş soğanlara sarımsaktan önce ekleyin.
- Doku farklılığı için tariflerini verdiğimiz makarnalara servisten önce **Serpinti Kırıntıları** ekleyin (sf. 237).



YUMURTA

Bir yumurta ve biraz cesaretiniz varsa yüz mutfak mucizesinden birini gerçekleştirebilirsiniz. Damla damla, korkusuzca dökeceğiniz yağ size **Basit Mayonez** verir ve **Aïoli**'den **Tartar**'a bütün sosları mümkün kılar. Aklınıza gelebilecek her tatlı veya lezzetli ***pots de crème*** için baz olarak klasik 1 yumurtaya 1 yumurta beyazı ve 1 ölçü krema oranını kullanıyorum. Kremaya taze çekilmiş karabiber, otlar ve Parmesan ekleyerek klasik lezzetli bir koyu krema yaparsınız. Hafifçe ısıtılmış kremada lavanta demleyin, sonra balla tatlandırıp süzdükten sonra yumurtayla karıştırarak sade, rayihalı bir tatlı edersiniz. Su banyosuna oturtulmuş kâselerde (bkz. sf. 161) hafifçe katılaşana kadar 160 °C fırında pişirin.

Artan beyazları şekerle çırpın ve üzerine kremayla meyve ekleyerek lokum **pavlova** (sf. 419) yapın.

Bir diğer klasik oranı ezberlerseniz istediğiniz zaman **yumurtalı taze makarna** yapabilirsiniz. 1 yumurta ile 1 yumurta beyazını ağır ağır 1 ölçü unla karıştırın ve birbirine karışana kadar yoğurun. Dinlendirin, yuvarlayın, erişte şeklinde kesin ve ***Ragù*** ile karıştırın.

Mükemmel sahanda yumurtayı yapmak için küçük bir tavayı yüksek ateşte, normalde yapacağınızdan daha fazla ısıtın, tavayı kaplayacak kadar yağ koyun ve yumurtayı kırın. Tavaya az miktarda tereyağı koyup tavayı bir elinizle eğdirirken, diğer elinizdeki kaşıkla eriyen yağı **yumurtanın beyazının üzerine** aktarın. Her tarafı yağlanan yumurtanın beyazının altıyla üstü aynı ölçüde pişer, sarısı ise hafifçe koyulaşır.



ŞEKERLE ÇIRPILMIŞ YUMURTA BEYAZLARI

Kabuklu bir yumurtayı kaynayan suya atın ve 9 dakika sonra sudan çıkarın. Buzlu suya atın ve soğuyunca soyun. İşte size kremsi, parlak sarısıyla **Mükemmel Haşlanmış Yumurta**. Taze yumurtaları haşlayınca kabuklarını soymak zor olabilir. Bunları pişince tezgâhın üzerinde yuvarlayın ve buz dolu bir kâseye koyun; su kabukla beyazın arasındaki kâğıda benzeyen katmanın altına girecek ve soyma işini kolaylaştıracaktır. Yumurtayı doğranabilir ve salataya uygun hale getirmek için 10 dakika kaynayan suda bırakın. Biraz daha parlak bir sarı için yumurtayı 8 dakika sonra çıkarın.

Poşe yumurtayı bir kâse pilav, erişte veya yeşillik çorbasına eklerseniz akşam yemeği olur (Çılbır). Büyük bir sos tenceresine en az 5 cm derinliğinde su ile beyazın katılaşmasını nazikçe teşvik etmesi için az miktarda beyaz şarap sirkesi ekleyin. Her yumurtayı nazikçe elinize ya da delikli kaşığa kırarak beyazının en sulu kısımlarını parmaklarınızın ya da kaşığın deliklerinin arasından akıtın. Yumurtayı nazikçe bir pişirme kâsesine ya da kahve fincanına kırıp dikkatlice tencerenin köpüklerin çıktığı yerine bırakın. Tencerenin ısısı düşüp köpükler kaybolursa ısıyı arttırın ama suyun kaynamasına izin vermeyin zira o zaman beyazdan parçalar kopmasına veya sarısının çatlayarak açılmasına sebep olabilir. Her yumurta için aynı işlemi uygulayıp 3 dakika kadar poşe edin. Pişen yumurtaları delikli bir kaşıkla sudan alın, bir mutfak havlusunda kurutun ve kâselere koyun.

Poşe yumurtalar sizin mucize seçiminiz değilse o zaman bir tanesini biraz Parmesanla çırpıp hafif ateşte pişen et suyunun üzerinde gezdirerek rahatlatıcı bir ***Stracciatella*** yapın.

Kremalı, koyu bir çırpılmış yumurta için Alice B. Toklas'ın sayfa 147'de yer alan tavsiyesine göz atın. Yumurtaları mutlaka en hafif ısıda pişirin ve ateşi pişmeden 30 saniye önce kapatın. Sizi ve yumurtaları bitiş çizgisine cesaretiniz taşısın.

Ve tabiî İranlıların frittata'ya cevabı ***Kuku Sabzi***'yi çevirmeye gelince de biraz cesaretin zararı olmaz.

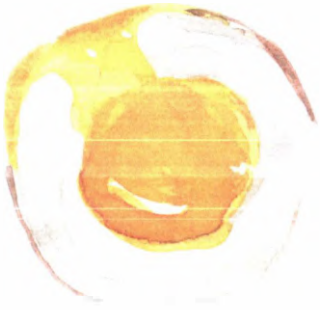
Yumurta Kaynatma



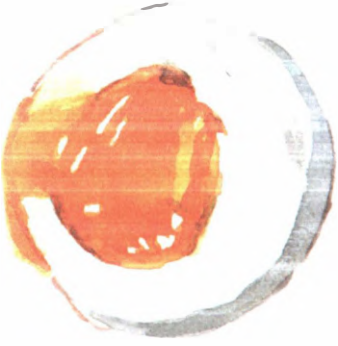
ÇİĞ



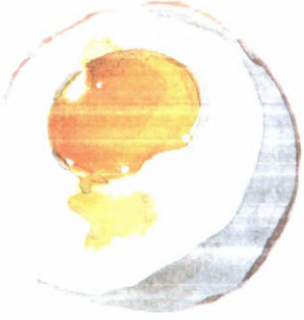
3 DAKİKA



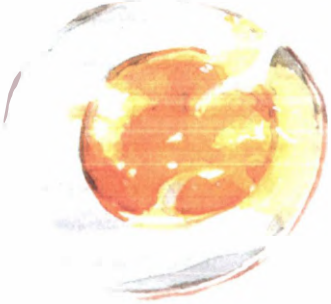
4 DAKİKA



5 DAKİKA



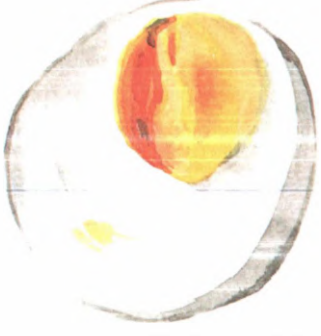
6 DAKİKA



7 DAKİKA



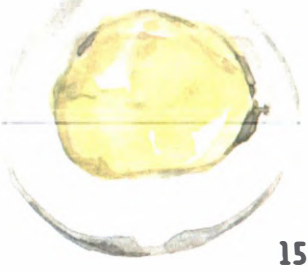
8 DAKİKA



9 DAKİKA



10 DAKİKA



15 DAKİKA

Kuku Sabzi İran Usulü Sebze ve Yeşillikli Omlet (Mücver)

6-8 kişilik

Mükemmel bir hafif öğle yemeği ya da atıştırmalık olan *kuku sabzi* iki bakımdan frittata'dan ayrılır. Öncelikle yeşillik-yumurta oranı yeşilliklerin lehine olmak üzere tersine dönmüştür – aslında ben sadece yeşillikleri bağlayacak kadar yumurta kullanıyorum. Ve *kuku sabzi* canlı, muhallebi kıvamındaki iç kısma doku ve lezzet olarak zıtlık oluşturan hayli esmer bir kabuk olmadan *kuku* değildir. *Kuku sabzi*'yi sıcak, oda sıcaklığında veya soğuk, beyaz peynirle, yoğurtla veya bir asit dengesi oluşturmak için turşuyla yiyin.

Yeşillikleri yıkamak, doğramak ve pişirmek, dağ gibi malzemelere bakıp durmaya alışık değilseniz sıkıcı gelebilir, o yüzden yeşillikleri bir gün önceden hazırlayabilirsiniz.

2 demet pazı, yıkanmış
1 büyük pırasa
Sızma zeytinyağı
Tuz
6 yemek kaşığı tuzsuz tereyağı
4 ölçü ince kıyılmış kişniş yaprağı ve ince sapları
2 ölçü ince kıyılmış dereotu yaprakları ve ince sapları
8-9 büyük yumurta

Kuku sabzi'yi tavada çevirmek istemiyorsanız fırını 160°C'de ısıtın (çevirmeyle ilgili daha fazla bilgi için sf. 307 ve 308'e bakın).

Pazı yapraklarını saplarından ayırın. Sapları saklayın.

Pırasanın uçlarını kesin ve boyuna dörde bölün. Bu çeyrekleri de 1 cm'lik dilimler halinde doğrayıp büyük bir kâseye koyun ve iyice yıkayıp kirinden arındırın. Suyunu iyice süzün. Pazı saplarını ince ince doğrayın, dibindeki sert kısımları atın. Yıkanmış pırasanın yanına koyup kenara kaldırın.

25-30 cm'lik bir demirdöküm ya da yapışmaz tavayı orta ateşin üstüne koyup dibini kaplayacak kadar zeytinyağı ilave edin. Pazı yapraklarını ekleyip bolca tuzlayın. Arada bir karıştırarak yapraklar solana kadar 4-5 dakika pişirin. Pazıyı tavadan çıkarıp kenarda soğumaya bırakın.

Tavayı yeniden ocağa koyup orta ateşin üstünde ısıtın ve 3 çorba kaşığı tereyağı ekleyin. Tereyağı köpürmeye başladığında pırasayla pazı saplarını bir tutam tuzla beraber

ilave edin. Yumuşayıp şeffaflaşana kadar 15-20 dakika pişirin. Zaman zaman karıştırın ve gerekirse biraz su ilave edip altını kısın ya da kapağını kapatarak buharı hapsedin ve malzemelerin renk değiştirmesine engel olun.

Bu esnada pişmiş pazı yapraklarının suyunu sıkıp çıkarın ve iri iri doğrayın. Büyük bir kâsede kişniş ve dereotuyla karıştırın. Pırasayla pazı sapları pişince onları da yeşilliklere ekleyin. Karışım biraz soğuduktan sonra ellerinizle iyice karıştırın. Tadına bakın ve bolca tuz ekleyin çünkü birazdan karışımın içine yumurta kıracaksınız.

Yumurtaları birer birer ekleyin, ta ki karışım yumurtayla birbirine bağlanana kadar – yumurtaların 9'unu da kırmanız gerekmeyebilir. Yeşilliklerinizin ıslaklığına ve yumurtalarınızın büyüklüğüne göre değişir ama yeşillikler aşırı kalabalık görünmelidir! Ben genellikle bu noktada karışımın tadına bakıp tuzunu ayarlarım ama çiğ yumurta yemek istemiyorsanız bir parça pişirip tadına öyle bakabilirsiniz.

Tavanızı silip temizledikten sonra orta-yüksek ısıda yeniden ısıtın – bu *kuku sabzi*'nin yapışmaması için önemli bir adımdır – ve 3 çorba kaşığı tereyağıyla 2 çorba kaşığı zeytinyağı ekleyip karıştırın. Tereyağı köpürmeye başladığında *kuku sabzi* karışımını dikkatlice tavaya aktarın.

Kuku sabzi'nin her yerinin eşit pişmesi için pişirmenin ilk birkaç dakikasında silikon bir spatulayla karışımın kenarlarını koyulaştıkça nazikçe ortaya çekin. 2 dakika kadar bunu yaptıktan sonra ısıyı orta dereceye düşürüp *kuku sabzi*'yi dokunmadan pişmeye bırakın. *Kuku sabzi*'nin kenarlarından yağ köpürmeye başladıysa tavanın yeterince sıcak olduğunu anlayabilirsiniz.

Bu *kuku sabzi* çok kalın olduğundan ortasının da pişmesi biraz zaman alacaktır. Burada önemli olan içi pişmeden dışının yanmamasıdır. Silikon bir spatulayla *kuku sabzi*'yi kenarından kaldırarak altının ne kadar esmerleştiğine bakın, eğer çok hızlı esmerleşiyorsa ısıyı düşürün. Tavayı 3-4 dakikada çeyrek saat çevirerek dengeli bir esmerleşmeye yardım edin.

10 dakika kadar sonra karışım katılaştığında ve altı altın sarısı kahve rengi aldığında bütün cesaretinizi toplayıp *kuku sabzi*'yi çevirmeye hazırlanın. Öncelikle, kendinizi yakmamak için tavayı eğdirerek fazla yağı dökün, sonra *kuku sabzi*'yi bir pizza tavasına ya da bir kurabiye tepsisinin arkasına veya başka bir büyük kızartma tavasına ters çevirin. Tavaya **2 çorba kaşığı zeytinyağı ekleyip *kuku sabzi*'yi kaydırarak yeniden tavaya aktarın. Diğer** yüzünü de 10 dakika kadar 3-4 dakikada bir tavayı çevirerek pişirin.

Kuku sabzi'yi çevirirken bir terslik olursa korkmayın! Altı üstü öğle yemeği. Sadece *kuku sabzi*'yi çevirmek için elinizden geleni yapın, tavaya biraz daha yağ koyup *kuku sabzi*'yi tavaya tek parça halinde koymaya çalışın.

Çevirmemeyi tercih ederseniz tavayı olduğu gibi fırına koyun ve *kuku sabzi*'nin ortası tamamıyla koyulaşana kadar 10-12 dakika pişirin. Ben ancak koyulaşana kadar pişirmeyi seviyorum. Bir kürdanla veya sadece tavayı öne arkaya sallayıp *kuku sabzi*'nin üst tarafının ne kadar titrediğine bakarak pişip pişmediğine bakın. Piştiğinde dikkatlice tavadan bir düz tabağa aktarın. Fazla yağı kâğıt havluyla alın. Sıcak, oda ısısında veya soğuk yiyin. *Kuku sabzi*'nin beklemişi de harika olur.

Çeşitlemeler

- Buzdolabınızda bulunan malzemeleri kullanmak istiyorsanız pazı yerine 700 gr herhangi bir yumuşak yapraklı yeşillik olabilir. Isırgan otuyla ıspanak lezzetlidir ama hindiba, kıvırcık salata, roka, pancar yaprağı veya istediğiniz herhangi bir yeşilliği de kullanabilirsiniz.
- Biraz sarımsak tadı için pırasaya 2 tane ince kıyılmış taze sarımsak kullanın.
- Otantik bir İranlı dokunuşu için karışıma pişirmeden önce 1 ölçü hafif kavrulmuş, iri doğranmış fındık veya ¼ sarıçalı ekleyin.



OMLETTEN SONRA

- *Frittata* yapmak için ise malzemelerin oranını yumurta tarafına doğru tersine çevirin. *Frittata*'nın özelliği krema kıvamındaki yumurtadır. 12-14 yumurta ile ½ ölçü süt, krema, ekşi krema veya **taze krema**'yı yumurta temeline ilave edip muhallebi kıvamı elde edin. Altı malzeme kuralına bağlı kalın: Yumurta, tatlı bir şey, kremalı veya yağlı bir şey, yeşil bir şey, tuz ve yağ. Mantar ve sosis, jambonla peynir, ıspnakla ricotta da dâhil, klasik kiş veya pizza malzemeleri genellikle iyi başlangıç noktaları oluşturuyorlar. Veya bütün yemeklerde olduğu gibi frittata'da mevsimin malzemelerinden esinlenin:

Bahar

Kuşkonmaz, taze soğan ve nane
Enginar Konfit ve frenksoğanı

Yaz

Çeri domates, ufalanmış feta ve fesleğen
Kızarmış biber, brokoli rabe ve ufalanmış, pişmiş sosis

Güz

Pazı, taze ricotta topakları
Brüksel lahanası ve pişmiş jambon küpleri

Kış

Fırınlanmış patates, karamelize soğan ve Parmesan
Fırınlanmış turp, fontina peyniri ve maydanoz

BALIK

Fırında Yavaş Kızarmış Somon

6 kişilik

Bu benim en sevdiğim somon pişirme yöntemidir, en çok da hafif ısının balığı fazla pişirme tehlikesini hemen tamamen ortadan kaldırmasıdır. Bu yöntem yüksek yağ içeriği sayesinde somonda özellikle işe yaramakla birlikte, yöntemi diğer balık türlerinde de deneyebilirsiniz. Ayrıca yazın ızgaranızın fırın tepsisini **dolaylı ateşin** üzerine koymak ve ızgaranın kapağını kapatmak suretiyle ağır pişiren fırına dönüştürebilirsiniz. Bunun sizin de en gözde somon pişirme yönteminiz haline geleceğini düşünüyorum.

1 avuç dolusu ince ot, örneğin maydanoz, kişniş, dereotu veya rezene yaprağı ya da üç incir yaprağı
1 kg'lık bir somon fileto, derisi sıyrılmış
Tuz
Sızma zeytinyağı

Fırını 110 °C'de ısıtın. Bir fırın tepsisinin ortasına otlardan bir yatak hazırlayın. Kenara koyun.

Somonun her iki yanında filetonun 2/3'lük kısmı boyunca uzanan birer ince kılçık hattı bulunur. Bir cımbız veya iğne uçlu kargaburun kullanarak filetonun derili tarafını doğrama tahtasının üzerine yatırın. Elinizi balığın üzerinde baştan ayağa gezdirerek kılçıkların yerlerini tespit edip uçlarını etten dışarı çıkarın. Baş taraftan başlayarak kılçıkları cımbızla tutup derinin içinde yer aldığı istikamette çekmek suretiyle bir bir çıkarın. Kılçığı çıkardıktan sonra cımbızınızı bir bardak soğuk suya batırarak kılçığı bırakın. İşinizi tamamladığınızda elinizi balığın üzerinde bir kere daha gezdirerek kılçık kalmadığından emin olun. İşte bu kadar!

Balığın iki yanını da tuzlayıp sebze yatağına yatırın. Balığın üzerine bir çorba kaşığı zeytinyağı serpip elinizle her yanına dağıtın. Tavayı fırına koyun.

40-50 dakika pişirin, büyük, rüstik parçalara ayırın ve herhangi bir tür **Otlu Salsa**'dan üzerine kaşıkla bol miktarda koyun. **Kumkat Salsa** (sf. 361) ve **Meyer Limonlu Salsa** buna özellikle yakışıyor. Yanında bakliyat veya patates ve **Rendelenmiş Rezene ve Turp** ile servis edin.

Çeşitlemeler

- **Soyayla Glaze Edilmiş Somon** yapmak için 1 ölçü soya sosu, 2 çorba kaşığı kavrulmuş susam, ½ ölçü silme esmer şeker ve bir tutam kırmızı biberi bir sos tenceresinde yüksek ateşte akçaağaç şurubu kıvamı alana kadar kaynatın. 1 diş dövülmüş veya ince rendelenmiş sarımsak ile 1 çorba kaşığı ince rendelenmiş taze zencefil ekleyin. Ot yatağını çıkarıp yerine tepsiye pişirme kâğıdı serin ve glaze'yi 1 kg'lık bir somon filetonun üzerine pişirmeden önce sürün ve pişerken her 15 dakikada bir üzerine sürün.

- Canlı bir **Narenciyeli Somon** için balığı tuzlayın, sonra 2 çorba kaşığı zeytinyağıyla karıştırılmış 1 çorba kaşığı ince rendelenmiş narenciye ovun. Ot yatağını çıkarıp yerine fırın tepsisine pişirme kâğıdı serip balığı ince kan portakalı veya Meyer limonu dilimlerinden meydana gelen bir yatağının üzerine yerleştirin. Parçalara ayırıp bir **avokado ve narenciye salatasının** (sf. 217) üzerinde servis edin.

- **Hint Usulü Baharatlı Somon** için 2 çay kaşığı kimyon tohumu, 2 çay kaşığı kişniş tohumu, 2 çay kaşığı rezene tohumu ve 3 karanfili kuru bir tavanın içinde orta-yüksek ısıda kavurup havanda dövün. Küçük bir kâseye aktarın. ½ çay kaşığı kırmızı biber, 1 çorba kaşığı zerdeçal ve büyük bir tutam tuzu baharat karışımına ekledikten sonra 2 çorba kaşığı erimiş sadeyağ veya tatsız sıvı yağı da ilave edip karıştırın. Balığı tuzlayın, sonra da baharatı balığın iki tarafına sürün ve üzerini kapatarak buz dolabında 1-2 saat bekletin. Oda ısısına getirin, ot yatağını atlayın ve yukarıda tarif edildiği gibi pişirin.

Biralı Hamurla Kaplı Balık

4-6 kişilik

İlk defa balık unlayıp kızartışımı hâlâ dün gibi hatırlarım; hamurun kızgın yağa girince kabarması mucize gibi gelmişti. Kızartmanın beni daima çok korkutmuş olmasını düşününce balığın bu kadar güzel kızarması – çıtır çıtır ve lezzetli – daha da büyük bir mucizeydi. Kızartma işini henüz öğrenme dönemimde, kızartma kariyerimin onuncu yılına denk gelen bir zamanda, Britanyalı şef Heston Blumenthal'ın balık kızartma tarifiyle karşılaştım. Hamurdaki suyun bir kısmının yerine, su oranı sadece yüzde 60 civarında olan votkayı kullanarak suyun miktarını düşürüyordu ve böylece glüten meydana geliyordu. Böylece kabuk inanılmaz yumuşak bir hâl alıyor. Gazlı bira ve kabartma tozu kullanmak, ayrıca her şeyi buz gibi soğuk tutarak, hamurun hafifliğini daha da arttırıyordu. Sonuç olarak kabuk *daha da* inanılmaz bir şekilde yumuşak oluyor. Bazıları buna mucize diyebilir.

2 1/2 ölçü çok amaçlı un
1 çay kaşığı kabartma tozu
1/2 çay kaşığı çekilmiş kırmızı biber
Tuz
700 gr pullu beyaz balık, pisi balığı, dil balığı veya kaya morinası, kılçıkları ayıklanmış
6 ölçü üzüm çekirdeği, fıstık veya kanola yağı
1 1/4 ölçü votka, buz gibi
1 1/2 ölçü hafif bira, buz gibi
İsteğe bağlı: Hamurun kızardığında daha çıtır olması için çok amaçlı unun yarısını çıkarıp yerine pirinç unu kullanın

Orta boy bir kâsede un, kabartma tozu, kırmızı biber ve büyük bir tutam tuzu karıştırın. Dondurucuya koyun.

Balığı çaprazlama olacak şekilde 8 eşit parçaya kesin. Bolca tuzlayın. Pişirinceye kadar buzun üstünde veya buzdolabında tutun.

Orta ateş üzerine geniş, derin bir tava koyun. Derinliği 4 cm'i bulacak kadar yağ koyun **ve 185°C ısıtın.**

Yağ kızınca hamuru yapın: Kâsenin içindeki una votkayı ekleyin, aynı esnada parmak uçlarınızla hafifçe karıştırın. Sonra yavaş yavaş bira ekleyerek hamuru inceltin; hamur krep hamuru kıvamına gelmeli, parmaklarınızdan kolayca damlamalıdır. Fazla karıştırmayın – topaklar kızardığında hafif, çıtır çıtır kabuklara dönüşecektir.

Balığın yarısını hamur kâsesine koyun. Her birini teker teker iyice hamurla kapladıktan sonra dikkatli bir şekilde sıcak yağa bırakın. Tavaya aynı anda fazla balık koymayın. Bir maşa yardımıyla parçaların kızarırken birbirine yapışmasını engelleyin. 2 dakika kadar sonra alt taraflar altın sarısı kahve rengini alınca parçaları çevirip diğer yanlarını kızartın. Diğer yanları da kızarınca bir maşa veya delikli kaşık yardımıyla balığı yağdan alın. Bir fırın tepsisine serdiğiniz kâğıt havluların üzerinde fazla yağı alın ve tuzlayın.

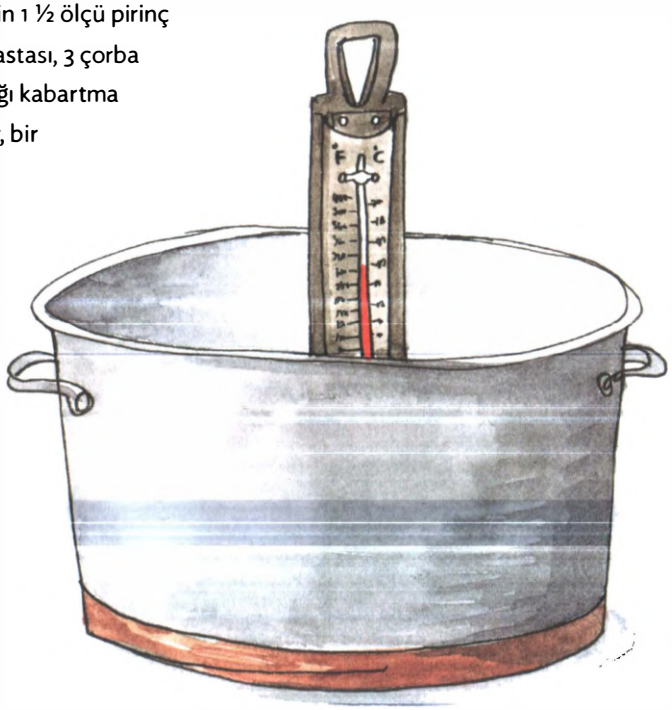
Isıyı yeniden 185°C'ye getirerek kalan balık parçalarını da aynı şekilde kızartın.

Limon dilimleri ve **Tartar Sos** ile birlikte hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- ***Fritto Misto*** yapmak için bu hamuru karışık balık ve kabuklu deniz ürünlerini kaplamayıp kızartmakta kullanın. Örneğin boyuna ikiye kesilmiş karides, dilimlenmiş kalamar ve yumuşak ıstakoz ile yanında kuşkonmaz dalları, taze fasulye, brokoli veya karnabahar, taze soğan, kabak çiçeği ve çiğ kıvırcık lahana yaprakları gibi renkli sebzeler kullanabilirsiniz. Limon dilimleri ve **Aïoli** ile beraber servis edin.

- Çıtır çıtır, **Glütensiz Hamur** için 1 ½ ölçü pirinç unu, 3 çorba kaşığı patates nişastası, 3 çorba kaşığı mısır nişastası, 1 çay kaşığı kabartma tozu, ¼ çay kaşığı kırmızı biber, bir tutam tuz, 1 ölçü votka, 1 ölçü soğutulmuş maden suyu kullanın. Bir önceki sayfada verilen tarife göre yapın.

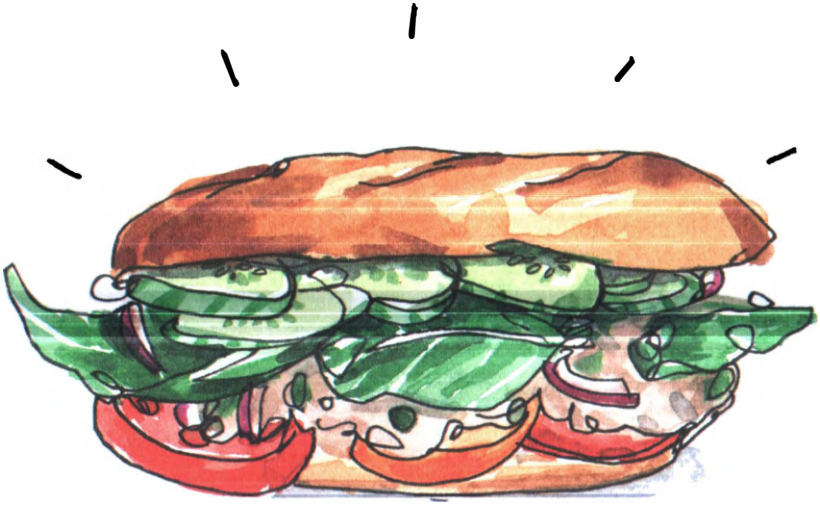


Ton Balığı Konfit

4-6 kişilik

Bu ton balıklı tarif bütün hayatını konserve ton balığı yiyerek geçirmiş olanlar için, ilk yediğimde benim için de olduğu gibi bir esin kaynağı, bir keşif olacak. Zeytinyağında poşe edilen ton balığı günlerce nemli kalıyor. Bunu İtalyanların klasik yemekleri *tonno e fagioli*'de yaptıkları gibi, oda ısısında ve fasulye, maydanoz ve limon salatasıyla beraber yiyin. Ya da yaz ortasını bekleyin ve eşsiz Provance usulü ton balıklı sandviç *pan bagnat* yapın. Bulabildiğiniz en kabuklu ekmeği kullanın ve bir yüzüne bolca **Aïoli** yayın, sonra bir kat ton balığı konfiti parçaları, **dilimlenmiş haşlanmış yumurta**, olgun domates ve salatalık dilimleri, fesleğen yaprakları, kapari ve zeytini döşeyin. Ekmeğin en üst kısmını ton balığı yağına banıp sandviçin üstüne koyun ve bastırın. Bu sandviçi yemek zor diye düşünüyorsanız, bir de bizim Eccolo'da her yıl düzenlediğimiz yaz partisi için bundan 700 tane yaptığımızı düşünün.

800 gr taze ton balığı, 3-4 cm'lik kalın dilimlere kesin
Tuz
2 ½ ölçü zeytinyağı
4 diş sarımsak, soyulmuş
1 kurutulmuş kırmızı biber
2 defne yaprağı
2 tane 1.5 cm'lik limon kabuğu şeritleri
1 çay kaşığı tane karabiber



Ton balığını pişirmeden 30 dakika önce tuzlayın.

Ton balığı konfit yapmak için derin ve ağır bir tencereye yağ, sarımsak, kırmızı biber, defne yaprağı, limon kabuğu ve karabiber tanelerini yerleştirin. 85 °C ısıtın – yağın ısınması lazım ama kızgın olmamalı. Yağı aromatiklerle karıştırmak ve ayrıca uzun bir raf ömrü için her şeyi pastörize etmek için 15 dakika kadar pişirin.

Ton balığını tek kat halinde sıcak yağa bırakın. Balığın yağla kaplanması gerekiyor, o yüzden gerekirse yağ ekleyin. İcap ederse balığı parti parti de koyabilirsiniz. Yağın ısısını 65 °C'ye indirin, yani balık sadece birkaç saniyede bir, iki baloncuk çıkarsın. Yağın tam ısısı o kadar önemli değil ve ateşi azaltıp açtıkça ve pişen parçaları alıp yenilerini koyarken dalgalanacaktır. Önemli olan balığı yavaş pişirmektir. 9 dakika kadar sonra yağdan bir parça alıp olup olmadığına bakın. Balık orta-az pişmiş olmalıdır – ortası hâlâ pembe olmalıdır – zira içinde kalan ısı onu pişirmeye devam edecektir. Çok az pişmişse balığı yağa geri koyun ve bir dakika daha pişirin.

Pişen balığı yağdan alın ve tek kat olarak soğuk bir tabağın üstüne koyun, sonra bir cam kabın içine koyup yağı balığın üzerine süzün. Oda ısısında veya soğuk olarak sunun. Balık buzdolabında yağın içinde 2 hafta dayanır.

ON ÜÇ TAVUK TARİFİ

"HANGİSİNİ TERCİH EDECEĞİMİ BİLMİYORUM..."
WALLACE STEVENS

Çıtır Yarma Tavuk

4 kişilik

Bildiğim bütün tavuk pişirme yollarından iki kısa yol bu basit tarifi çok sıradışı yapıyor. Birincisi yarmadır. **Yarma** ile kast edilen tavuğun omurgasını çıkarıp tavuğu ikiye ayırıp yaymaktır ama ben bunu kızartma alanını genişletirken pişirme zamanını azaltmak olarak düşünmeyi seviyorum. (Bu ayrıca benim Şükran Günü hindisini pişirirken kullanmayı sevdiğim ve pişirme süresini yarı yarıya indiren yöntemdir!)

İkinci numara ise Eccolo'da aşçılarımdan biri birkaç tavuğu tuzlayıp üzeri açık olarak geceleyin soğuk hava deposunda bıraktığında karşıma çıktı. Ertesi gün geldiğimde aşçımın ihmaline sinirlendim. Soğuk hava deposunun – bütün buzdolaplarında olduğu gibi – devamlı deveran eden havası tavuğun derisini kurutmuş ve tavuklar taşlaşmışlardı. Fakat başka seçeneğim olmadığından tavukları pişirdim. Kurumuş deri pişince altın sarısı ve parlak oldu. Bu benim gördüğüm en çıtır tavuk derisiydi.

Tavuğu tuzlayıp bir gece buzlukta bekletecek vaktiniz yoksa, mümkün olduğu kadar erken tuzladıktan sonra pişirmeye başlamadan önce üzerindeki suyu bir kâğıt havluyla kurulayın. Bu da benzer bir etkide bulunacaktır.

2 kg'lık bütün tavuk
Tuz
Sızma zeytinyağı

Tavuk yapmayı planladığınız günden bir gün önce tavuğu sırtından yarın (ya da kasabınızdan rica edin, o yapsın!). Büyük mutfak bıçağıyla omurganın iki yanından boylu boyunca kesin ve omurgasını çıkarın. Kuyruksokumundan ya da enseden başlayabilirsiniz, tercih sizin. Omurgayı çıkarınca tavuk suyu için saklayın. Kanatları da kesip tavuk suyu için ayırın.

Tavuğu göğüs tarafı yukarı gelecek şekilde doğrama tahtasına serin. Göğüs kafesine kıkırdak patlayıp tavuk dümdüz uzanana kadar bastırın. Tavuğun iki yanını da bolca tuzlayın. Sığ bir kâseye göğsü yukarı bakacak şekilde yerleştirip üzeri açık olarak bir gece buzdolabında bekletin.

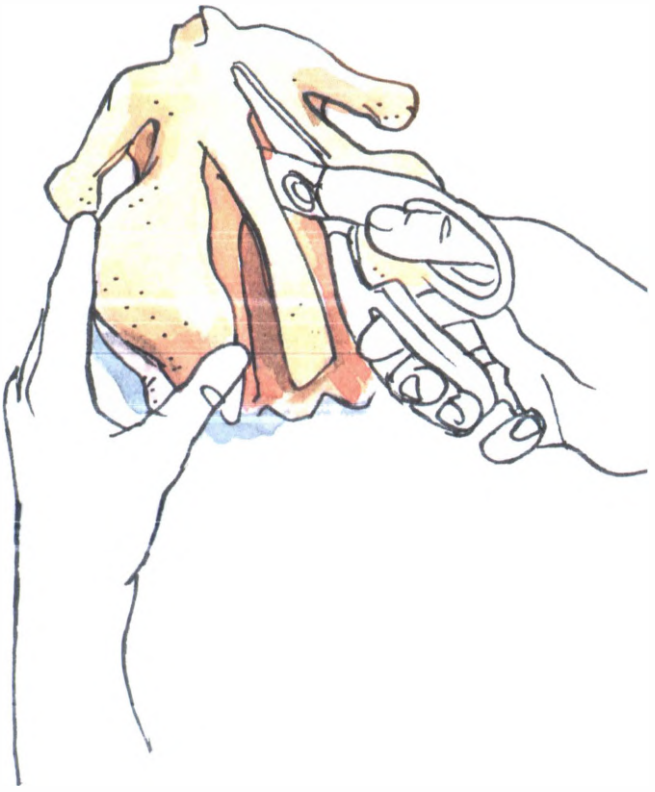
Tavuğu pişirmeden bir saat önce buzdolabından çıkarın. Fırını 220 °C'de ısıtın. Fırının içinde tavana yakın bir tel raf olsun.

25-30 cm çapında bir demirdöküm tavayı orta-yüksek ısıda ısıtın. Tavanın tabanını kaplayacak kadar zeytinyağı ekleyin. Yağ titremeye başlayınca tavuğu tavaya göğüs tarafı alta gelecek şekilde yerleştirin ve 6-8 dakika altın sarısı rengini alana kadar esmerleştirin. Göğüs tavayla temas halinde olduğu müddetçe tavuğun dümdüz uzanıp uzanmaması önemli değildir. Tavuğu çevirin (yine dümdüz uzanmıyorsa sorun değil) ve tavayı olduğu gibi fırına hazırladığınız rafın üzerine koyun. Tavayı fırının arkasına doğru itin, sapını sola getirin.

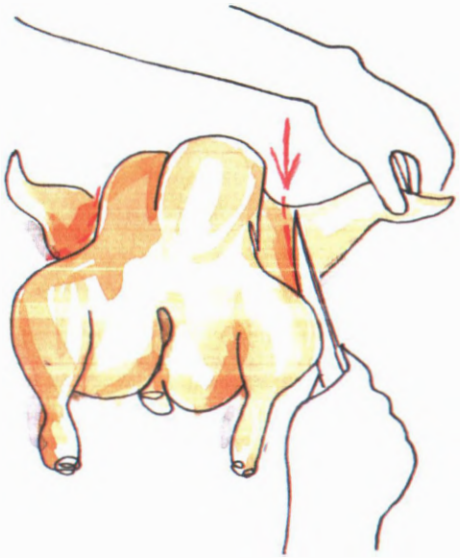
20 dakika kadar sonra bir fırın eldiveni kullanarak tavayı dikkatlice 180 derece, yani sapı sağa gelecek şekilde çevirin.

Tavuğu her yeri esmerleşinceye ve bacakla kalça arasını kestiğinizde suyu berrak akıncaya kadar, 45 dakika pişirin.

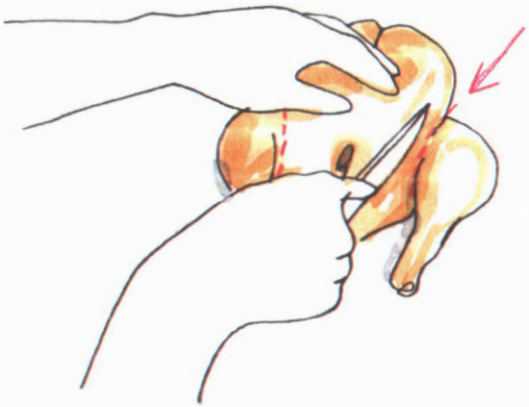
Kesmeden önce 10 dakika dinlendirin. Sıcak ya da oda ısısında servis edin.



BÜTÜN TAVUĞU NASIL PARÇALAMALI?



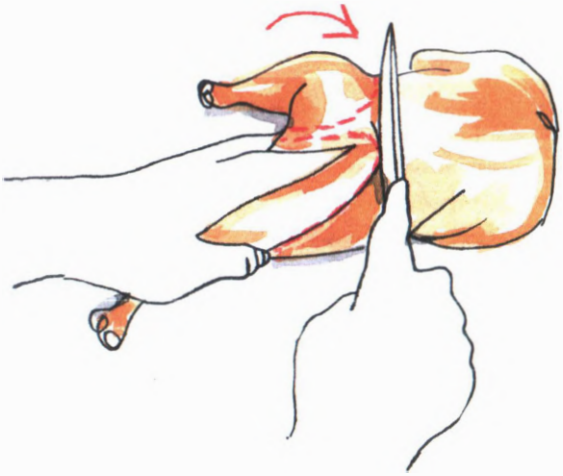
1. ÖNCE, İKİ KANADI KESİN VE TAVUK SUYU İÇİN KENARA AYIRIN.



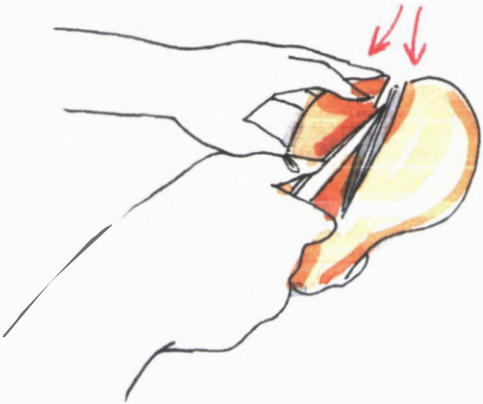
2. SONRA, BUTLA GÖĞÜS ARASINDAKİ DERİYİ İKİ TARAFTA DA KESİN.



3. DAHA SONRA, PARMAKLARINIZI KESİKLERE GEÇİRİN. **BUTLARI ARKADAN TUTUN** VE ELLERİNİZİ ÖNE DOĞRU ÇEVİREREK BUTLARI GÖVDEDEN AYIRIN.



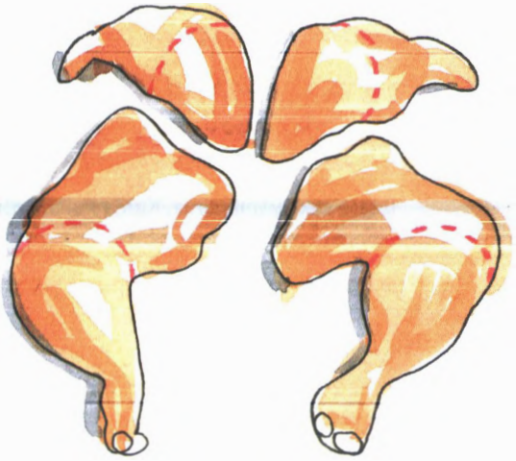
4. ARDINDAN TAVUĞUN ALTINI ÜSTÜNE GETİRİP EKLEMDEN KESEREK SAĞ BUDU AYIRIN. SOL TARAFTA DA AYNISINI TEKRAR EDİN.



5. TAVUĞU YİNE ÇEVİRİN VE GÖĞSÜ İKİ YANINDAN KESİN.



6. BIÇAĞINIZI GÖĞÜS KAFESİNDEN AŞAĞI DOĞRU KAYDIRIP KANAT EKLEMİNİ KESEREK GÖĞÜS PARÇALARINI ÇIKARIN.



7. BÖYLECE İKİ GÖĞÜS VE İKİ BUDUNUZ OLUR. BUNLARIN HER BİRİNİ SAĞDA GÖSTERİLEN ÇİZGİLERDEN İKİYE KESİN.

1 TAVUK = 8 PARÇA

Baharatlı Kızarmış Tavuk

4-6 kişilik

Memphis'teki Gus's restoranı, şimdiye kadar yediğim en iyi kızarmış tavuğu yapıyor. Bir keresinde şehirdeyken orada kiliseden çıkıp gelmiş insanlarla beraber öğle yemeği yemiştim. Baharatlı, gevrek ve mükemmel tuzlanmış bu kızarmış tavuk bir keşifti. Aşçılara kabuğu öyle çıtır, tavuğun kendisin öyle yumuşak pişirmenin sırrını sordum ama söylemediler, bunun üzerine ben de eve dönüp denemeler yapmaya başladım. Birçok tavuk kızarttıktan sonra yayıkaltı sütüne birkaç yumurta kırmanın, ayrıca çift kaplamanın kabuğun tutmasına yardım ettiğini buldum. Ve Gus's'dakilerin tütsülenmiş paprika kullanmadıklarından çok emin olsam da bu tatlı ve tütsülü baharat yağını, servis etmeden önce tavuğun her yanına sürmekten kendimi alamam, o yüzden başka türlü yapabileceği zannetmiyorum. Gus's nihayet tarifini açıklarsa, o zaman başka.

2 kg tavuk, 10 parçaya kesilmiş ya da 1 kg 250 gr kemikli ve derili kalça
Tuz
2 büyük yumurta
2 ölçü yayıkaltı sütü
1 çorba kaşığı acı sos (ben en çok Valentina'yı seviyorum!)
3 ölçü çok amaçlı un
6-8 ölçü kızartma için üzüm çekirdeği, fıstık ya da kanola yağı, ¼ ölçü de baharatlı yağ için
2 çorba kalığı kırmızı toz biber
1 çorba kaşığı esmer şeker
½ çay kaşığı tütsülenmiş paprika
½ çay kaşığı kavrulmuş kimyon, ince çekilmiş
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla havanda dövülmüş

Tavuğu pişirmeden önce hazırlayın. Elinizde bütün tavuk varsa onu 10 parçaya kesin – bir önceki sayfada yer alan tarifi uygulayarak 8 parça elde edebilir, bunlara 2 kanadı da ilave ederek sayıyı 10'a tamamlayabilirsiniz. Göğüs kafesini **Tavuk Suyu** yaparken kullanmak **üzere saklayabilirsiniz. Kalça kullanıyorsanız, kemiklerini ayırın (tarif için sayfa 318'e bakın)** ve onları ikiye kesin. Her iki yanı da bolca tuzlayın. Ben tavuğu bir gün önceden tuzlamayı tercih ediyorum ama zamanınız yoksa tuza ete nüfuz etmesi için pişirmeden önce en az bir saat verin. Tavuğu tuzladıktan sonra bir saatten uzun beklemeyeceksiniz buzdolabına koyun; aksi halde tezgâhta bırakın.

Yumurtaları, yayıkaltı sütünü ve acı sosu büyük bir kâsede çırpın. Kenara ayırın. Başka bir kâsede unla iki büyük tutam tuzu çırpın. Kenara koyun.

Geniş ve derin bir orta ateşin üzerine koyun. 3,5-4 cm derinliğinde yağ koyun ve 185 °C'de ısıtın. Tavuğu karışıma bulamaya başlayın. Her seferinde bir parçayı bulayın. Önce una bulayın ve fazla unu silkeleyin, sonra yayıkaltı sütüne batırıp fazla sütü kâsenin içine damlatın, nihayet parçayı bir kere daha un karışımına batırın. Fazlasını silkeleyip bir fırın tepsisinin üzerine yerleştirin.

Tavuğu iki üç seferde kızartın, tavuk pişerken yağın ısısını 165 °C'ye düşürün ve o civarda tutun. Metal maşa kullanarak tavuğu arada bir çevirin. Yaklaşık 12 dakika (daha büyük parçalar için 16 dakika ve küçüklerde 9 dakika) koyu altın sarısı kahve rengi alana kadar kızartın. Etin içinin pişip pişmediğinden emin olamazsanız ince bir bıçağı ete batırarak içine bakabilirsiniz. Kemiğe kadar pişmiş olması ve herhangi bir sıvı çıkarsa bunun berrak bir su olması gerekir. Et henüz çiğ ya da hafifçe bile olsa pembeyse tavuğu yeniden yağın içine koyun ve iyice pişirin.

Bir fırın tepsisinin üzerine koyacağınız tel rafta soğutun.

Kırmızı toz biberi, esmer şeker, paprika, kimyon ve sarımsağı küçük bir kâsede karıştırıp ¼ ölçü yağı ilave edin. Karışımı fırçayla tavuğun üzerine sürün ve hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- Etin daha da yumuşak olması için, **Yayıkaltı Sütüyle Marine Edilmiş Kızarmış Tavuk**'ta olduğu gibi tuzladığınız tavuğu bir gece yayıkaltı sütünde bekletin.

- **Klasik Kızarmış Tavuk** yapmak için acı sosla baharatlı yağı çıkarın. ½ çay kaşığı kırmızı toz biber ile 1 çay kaşığı paprikayı una ekleyip yukarıdaki gibi hazırlayın.

- **Hint Usulü Baharatlı Kızarmış Tavuk** yapmak için acı sosla baharatlı yağı çıkarın. Tavuğu önceden tuza ilave olarak 4 çay kaşığı körü tozu, 2 çay kaşığı çekilmiş kimyon ve ½ çay kaşığı kırmızı toz biberle çeşnilendirin. 1 çorba kaşığı köri tozuyla 1 çay kaşığı paprikayı un karışımına ilave edip yukarıdaki gibi hazırlayın. 1 ölçü mango ezmesini 3 çorba kaşığı su, ¼ çay kaşığı kırmızı toz biber ve bir tutam tuzla ısıtarak bir glaze hazırlayın. **Tavuğun üzerine fırçayla sürüp hemen servis edin.**

Tavuklu Pay

6-8 kişilik

Ben Amerika'da sevilen yemekleri yiyerek büyümedim. Sanırım bugün bu yemeklere olan takıntım bundan kaynaklanıyor. Özellikle de Tavuklu Pay'a olan takıntım. Kremalı sosu, yumuşak tavuğu ve katmerli hamuruyla hem bir ev yemeği hem de ince bir zevke hitap ediyor. Aşçılık mesleğine yeni adım attığımda Tavuklu Pay'ın bütün inceliklerini öğrenmeye karar verdim. Bu tarif bunun neticesidir.

İçi için

2 kg tavuk ya da 1 kg 250 gr kemikli ve derili kalça

Tuz

Sızma zeytinyağı

3 çorba kaşığı tereyağı

2 orta boy sarı soğan, soyulmuş ve 1 ½ cm'lik küpler halinde doğranmış

2 büyük havuç, soyulmuş ve 1 ½ cm'lik küpler halinde doğranmış

2 büyük kereviz sapı, 1 ½ cm'lik eninde doğranmış

500 gr mantar, temizlenip dörde kesilmiş

2 defne yaprağı

4 dal taze kekik

Taze çekilmiş karabiber

$^{3}/_{4}$ ölçü sek beyaz şarap veya sek şeri

$^{1}/_{2}$ ölçü krema

3 ölçü **Tavuk Suyu** veya su

$^{1}/_{2}$ ölçü un

1 ölçü bezelye, taze veya konserve

$^{1}/_{4}$ ölçü ince doğranmış maydanoz yaprakları

Kabuk için

1 tarif **Tereyağlı Turta Hamuru**, ama hamuru tek parça halinde soğutun ya da $^{1}/_{2}$ tarif **Hafif ve Katmerli Yayıkaltı Sütünden Bisküvi** veya 1 paket marketten alınan milföy hamuru

1 büyük yumurta, hafifçe çırpılmış

Tavuğu pişirmeden önce hazırlayın. Bütün tavuk kullanıyorsanız tavuğu dörde bölmek için sayfa 318'deki tarifi uygulayın ve göğüs kafesini daha sonra **Tavuk Suyu**'nda kullanmak üzere saklayın. Bolca tuzlayın. Ben tavuğu bir gün önceden tuzlamayı tercih ediyorum ama zamanınız yoksa tuzun ete nüfuz etmesi için eti pişirmeden önce en az bir saat verin. Tavuğu tuzladıktan sonra bir saatten uzun bekletecekseniz buzdolabına koyun; aksi halde tezgâhta bırakın.

Büyük ve ağır bir tencereyi orta-yüksek ısının üzerine yerleştirin. Tencere ısınınca dibini kaplayacak kadar zeytinyağı koyun. Yağ titremeye başlayınca tavuk parçalarının yarısını derisi alta gelecek şekilde tencereye koyun ve her yanı esmerleşene kadar, her yüzünü 4'er dakika kızartın. Bir tabağa aktarın ve kalan tavukları da aynı şekilde kızartın.

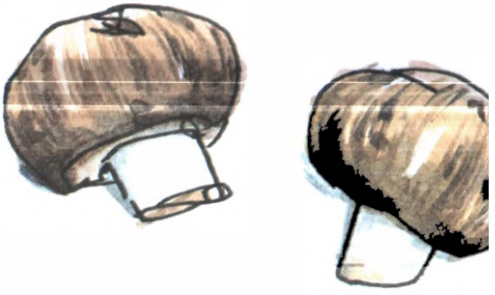
Yağı dikkatlice döküp tencereyi orta ateşin üstüne koyun. Tereyağını eritip soğan, havuç, kereviz, mantar, defne yaprakları ve kekiği ekleyin. Biraz tuz ve karabiber ilave edin. Arada bir karıştırarak, sebzeler renk değiştirmeye başlayana ve yumuşayana kadar 12 dakika pişirin. Şarap ya da şeriyi döküp bir tahta kaşıkla tavayı deglaze edin.

Esmerleşmiş tavuğu sebzelerin içine yerleştirin. Kremayı ve tavuk suyunu ya da suyu ekleyip ateşi yükseltin. Tencerenin kapağını kapatıp kaynama noktasına getirdikten sonra hafif ateşte pişmeye bırakın. Eğer kullanıyorsanız göğüs etlerini 10 dakika pişirdikten sonra tencereden alın ama koyu renkli etleri toplamda 30 dakika pişirin. Defne yapraklarıyla kekiği çıkarın. Sos birkaç dakika oturduktan sonra yağ yüzeye çıkacaktır, bir kepçe ya da büyük bir kaşıkla yağları sıyırıp bir sıvı ölçüm kabına ya da küçük bir kâseye aktarın.

Ayrı bir küçük kâsede çatal kullanarak sıyırdığınız yağın ½ ölçülük kısmını unla karıştırarak koyu kıvamlı bir macun yapın. Bütün un emilince bir kepçe pişirme sıvısını ekleyip karıştırın. Bu koyu kıvamlı sıvıyı tencereye aktarıp bütün sosu yeniden kaynama noktasına getirin, sonra da çiğ un tadı gidinceye kadar 5 dakika ağır ateşte pişirin. Tadına bakıp tuzunu ve karabiberini ayarladıktan sonra ateşten alın.

Fırını 210°C'de ısıtın. Fırın rafını orta-üst konuma getirin.

Tavuk el değecek kadar soğuyunca eti parçalayıp deriyi ince ince doğrayın. Kemikleri Tavuk Suyu için saklayın. **Parçaladığınız etle deriyi, bezelye** ve maydanozu tencereye ilave edin. Karıştırın, tadına bakın ve tuz ve biberini ayarlayın. Ateşten alın.



Turta hamuru kullanıyorsanız 30x40 cm boyutunda, 3 mm kalınlığında bir hamur açın. Hamurun üzerine en az 10'ar cm uzunluğunda buhar delikleri açın. Bisküvi kullanıyorsanız 8 tane bisküvi kesin. Puf hamuru kullanıyorsanız hamurun buzunu çözdürün ve açın, sonra hamurda en az 10 cm uzunluğunda buhar bacaları açın.

İç malzemeleri 22x33 cm boyutlarında bir cam ya da seramik kaba ya da aynı boyutlarda sığ bir fırın kabına dökün. Hazırladığınız hamuru ya da puf hamurunu iç malzemenin üzerine serin ve kabın kenarlarını 1,5 cm geçecek kadar uzun bırakarak dışarı taşan kenarlarını kesin. Bıraktığınız payı yine hamurun altına kıvırıp sıkıştırın ve kapatın. Hamur kaba kendiliğinden yapışmazsa biraz yumurta sürerek yapışmasına yardımcı olun. Bisküvi kullanıyorsanız bisküvileri nazikçe iç malzemenin içine yerleştirin. Ancak dörtte üçlük kısımları açıkta kalsın. Hamur, puf hamuru veya bisküvileri yumurtayla bolca sıvayın.

Bir fırın tepsisine koyup 30-35 dakika hamur altın sarısı esmer renk alana ve iç malzeme fokurdayana kadar pişirin. Sıcak servis edin.

Çeşitlemeler

- Eğer elinizde artan kızarmış veya poşe kümes hayvanı varsa ya da işten eve gelirken yolda bir çevirme piliç almak istiyorsanız sebzeleri ayrıca pişirin. 5 ölçü parçalanmış, pişmiş tavuk ya da hindiyi karışıma katın ve hamur macununu yapmak için tereyağı kullanın.

- **Tek Kişilik Paylar** için aynı tarifi kullanarak 450 gr'lık 6 tek kişilik fırın kâsesi kullanın. Yukarıda tarif edildiği gibi pişirin.

Taşıma Bandı Tavuğu

Kişi başı 2 kalça

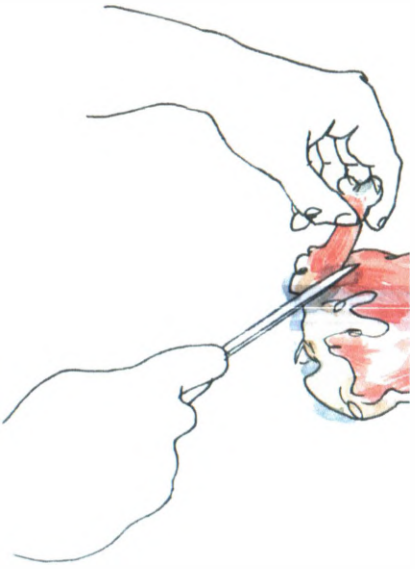
On beş senedir bu şekilde tavuk pişirsem de Taşıma Bandı Tavuğu adını yakınlarda bir akşam arkadaşım Tiffany ile sörf yapmaya gittikten sonra aldı. Ancak okyanustan çıktıktan sonra gelen türden bir açlıktan kıvranıyorduk. Tiffany buzdolabında tavuk butları olduğunu söyledi ama onları fırında veya ocakta pişirecek zamanımız olmadığını biliyordum. Acilen yemeğe ihtiyacımız vardı.

Arabayı eve doğru sürerken ben de arkadaşıma tarif ediyordum: Butların kemiklerini çıkarıp etlerini tuzlayacaktık. Sonra etleri biraz zeytinyağıyla orta-yüksek ateşte, sıcak demirdöküm tavada, derili tarafı altta olacak şekilde ve üzerlerine başka bir demirdöküm tava (ya da folyoya sarılmış domates konservesi) koyarak pişirecektik. Orta dereceli ısıyla ağırlık bir arada yağın erimesini sağlayacak ve derinin çıtır çıtır kızarırken etin yumuşaklığı korumasına yardım edecekti. On dakika kadar sonra tavuğu çevirecek, ağırlığı alacak ve eti iki dakika daha pişirecektik. Yemek on iki dakikada hazır olacaktı.

Eve gittiğimizde Tiffany'nin dolabında tavuk butları değil, göğüsleri bulduk ve onları ızgarada pişirip yanında salata yaptık. Biz karnımızı doyurana ve benim kan şekerim normal seviyeye çıkana kadar tavuk kalçalarını çoktan unutmuştum.

Ama Tiffany unutmamıştı. Ertesi akşam bana bir fotoğraf gönderdi: Çarşıya gidip but satın almış ve açlıktan serseme dönmüş halimde verdiğim kaba tarife göre pişirmişti. Esmer, çıtır çıtır derileri ve yumuşak etleriyle kalçalar mükemmel görünüyordu ve belli ki tatları da mükemmeldi: Bir lokma aldıktan sonra Tiffany'nin kocası Thomas bu tavuğu dosdoğru ağzına taşıyacak bir taşıma bandı kurmak istediğini söylemiş.

Thomas çok sevdiğim bir insandır onun için onun hayalini gerçekleştirmek için elimden gelen her şeyi yaparım. Beraber yemek yediğimizde hep Taşıma Bandı Tavuğu yaparım. Tavuklu taco için kalçalara kimyonla acı biber, **İran Usulü Pilav** için safranla yoğurt eklerim. Bazen de sadece tuz ve biberle çeşnilendirir, yanında **Otlu Salsa** ve elimizin altında fırınlanacak sebze varsa onunla servis ederim. Ben o kadar becerikli değilim, o yüzden taşıma bandını yapmayı Thomas'a bırakıyorum.



Tavuk Konfit

4 kişilik

Sizi akşam yemeği vakti gelen çaresizlik hissinden koruyacak bu tarifi daima elinizin altında bulundurun. Film izlerken veya bulmaca çözerken yapabileceğiniz kadar kolay olan bu tarifi denememek için hiçbir sebep yok. Ben kışın bir veya iki kere büyük bir tencerede tavuk konfit yaparım. Yaptığım konfiti de buzdolabının en gerisine koyar ve unuturum. Ama nihayet en çok ihtiyacım olduğu zaman – beklenmedik bir misafirim geldiğinde ya da yemek yapacak enerjiyi toplayamadığımda – onu bulurum. Ve her seferinde o zamanki düşünceli, çalışkan kendime sessiz şükranlarımı sunarım. Siz de öyle yapacaksınız.

Ördek yağı bulamazsanız halis zeytinyağı da iş görür. Ama bulabilir ya da kendiniz ördek yağı yaparsanız, ödülünüz lezzet olacaktır. (Ördek yağının mutfakta başka kullanımı pek yoktur ama patates kavurma veya kızartmada konfitten artan yağ unutulmazdır.) Tavukla patatesleri hoş bir asidik zıtlık için **Ballı Hardallı Sos** (sf. 240) ve birkaç kaşık **Otlu Salsa** ile süslediğiniz bir roka veya turp yığınıyla beraber servis edin.

4 tavuk kalçası, butlarıyla beraber
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
4 dal taze kekik
4 karanfil
2 defne yaprağı
3 diş sarımsak, ikiye bölünmüş
4 ölçü kadar ördek veya tavuk yağı ya da zeytinyağı

Tavuğu bir gün önceden hazırlayın. Keskin bir bıçakla bilek ekleminin hemen üzerindeki, budu çevreleyen deriyi bağlar da dâhil, kemiğin etrafını dolaşarak, bıçağı kemiğe kadar indirerek kesin. Tuz ve karabiberle çeşnilendirin. Bir tabağa kekik, karanfil, defne yaprağı ve sarımsakla birlikte döşeyin. Üzerini kapatıp buzdolabında bir gece bekletin.

Hazırlamak için aromatikleri çıkarıp butları büyükçe bir tencereye tek kat halinde yerleştirin. **Ördek veya tavuk yağı kullanıyorsanız orta boy bir tavada sıvılaşana kadar eritin.** Tencereye eti kaplayacak kadar yağı dökün ve tavuktan ilk kabarcıklar çıkmaya başlayıncaya kadar orta ateş üzerinde ısıtın. Ateşi kısın, yağ çok hafif bir fokurdamanın ötesine geçmesin. Et kemiğinde yumuşayıncaya kadar 2 saat pişirin.

(Arzu ederseniz 90 °C fırında da pişirebilirsiniz.)

Et pişince altını kapatıp eti yağın içinde bir süre soğumaya bırakın. Metal maşa kullanarak tavuğu dikkatlice yağdan çıkarın. Deriyi delmemek için budu bileğin ucundan tutun.

Etle yağı soğumaya bırakın, daha sonra tavuğu cam ya da porselen bir tabağa aktarıp yağı üzerine dökün ve tavuğu tamamen yağa gömün. Üzerine bir kapak kapatın. 6 aya kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis etmek için tavuğu yağdan çıkarıp fazla yağlarından temizleyin. Orta ateşin üzerinde bir demirdöküm tavayı ısıtın ve tavuğu derili tarafı aşağı gelecek şekilde tavanın içine yerleştirin. **Taşıma Bandı Tavuğu**'nda olduğu gibi yağı eritmek ve deriyi çıtır çıtır yapmak için folyoyla kaplanmış olarak ikinci bir tava kullanın. Tavayı tavuğun üstüne koyun ve hafif ısıyla tavuğun etini ısıtırken derisini de gevretin. Cızırtıdan ziyade çatırtılar işitmeye başladığınızda etin yanmasına fırsat vermemek için tavuğu yakından gözleyin. Derisi esmerleşince tavuğun diğer yanını çevirin budu bu sefer ağırlık koymadan ısıtmaya devam edin. Bütün işlem 15 dakika sürecektir.

Hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- **Ördek Konfit** için 2,5-3 saat et yumuşayana ve kemikten ayrılana kadar pişirin.
- **Hindi Konfit** için ördek yağını 9 ölçüye çıkarın ve 3-3,5 saat et yumuşayana ve kemikten ayrılana kadar pişirin.

Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk

6 göğüs ve 6 yumuşak et

Ben haftada en az bir kere tavada kızartılmış şnitzel yiyerek büyüdüm ama bir gece Chez Panisse'in alt katında yüz tane altın sarısı kahverengi, parmak yalatan tavuk göğsü kızartmak benim bu klasik yemeğe olan sevgimi perçinledi. Bir gecede bir şeyi yüz kere büyük bir dikkatle pişirmek o şeyi yüz kat iyi anlamanıza yarıyor. O gece öğrendiğim en önemli şey neydi? Tavada kızartılan tavuğun püf noktası içinde piştiği sadeyağdır. Sadeyağ tavuğa zeytinyağından alamayacağınız zengin bir yağ lezzeti verir. Sadeyağ yapmak kolaydır: tuzsuz tereyağını düşük ısıda eritin. Kesik süt suyu kürecikleri berrak, sarı yağın üzerine çıkacak ve süt proteinleri dibe çökecektir. Kalan tereyağını da ince bir tülbentten veya çay süzgecinden geçirin.

Bir başka küçük ipucu: Kendi ekmek kırıntınızı yapacak zamanınız yoksa Japon usulü ekmek kırıntıları panko'yu kullanın ve en ince hale getirmek için mutfak robotunda iyice çekin.

6 kemiksiz, derisiz tavuk göğsü

1 1/2 ölçü ince çekilmiş beyaz ekmek kırıntısı, tercihen ev yapımı ya da panko

20 gr Parmesan, ince rendelenmiş (yaklaşlık 1/4 ölçü)

1 ölçü un, büyük bir tutam tuz ve bir tutam kırmızı toz biber ile çeşnilendirilmiş

3 büyük yumurta, bir tutam tuzla çırpılmış

1 3/4 ölçü **sadeyağ**, 500 gr tereyağından yapılacak (yapılışı için bkz. sf. 68)

Bir fırın tepsisine pişirme kâğıdı, diğerine kâğıt havlu serin.

Tender etler göğüs etlerine yapışıksa, onları ayırın. Keskin bir bıçak kullanarak göğüs etlerinin alt kısmının en üstünde yer alan gümüş rengi deriyi, yani bağdokusunu kesip atın.

Bir tavuk göğsünü alt kısmı doğrama tahtasına gelecek şekilde yerleştirin. Bir naylon poşetin bir yüzüne zeytinyağı sürüp yağlı tarafı alta gelecek şekilde göğsün üzerine yerleştirin. Bir mutfak çekiciyle (o yoksa boş bir cam kavanoz kullanın) göğsün alt tarafını döverek inceltin. Diğer göğüslerde de aynı işlemi tekrarlayın.

Göğüs ve tender etlerini hafifçe tuzlayın ve bir kaplama istasyonu hazırlayın. Bir çeşnilendirilmiş un, bir çırpılmış yumurta, bir de ekmek kırıntısı kâsesi hazırlayın. Parmesanı ekmek kırıntılarının içine katın.

Bütün etleri una bulayın, sonra fazla unu silkeleyip tamamıyla yumurtaya bulayın ve yine fazlasını silkeleyerek dökün. Nihayet parçaları ekmek kırıntılarına bulayıp pişirme kâğıdı serilmiş fırın tepsisine yerleştirin.

25-30 cm'lik bir demirdöküm tavayı orta-yüksek ısının üstüne yerleştirip tavaya yarım santimetre derinliğinde sadeyağ koyun. Yağ titremeye başladığında yağın ısısını kontrol etmek için birkaç ekmek kırıntısını içine atın. Onlar cızıldamaya başlar başlamaz tek kat halinde aldığı kadar göğsü tavaya koyun. Her parça arasında boşluk kalmalı ve yağ tavuğun en az yarısına kadar gelmelidir.

Göğüsleri orta-yüksek ısıda altın sarısı kahverengi olana kadar, 3-4 dakika pişirdikten sonra terslerini çevirin. Diğer yüzleri de dengeli biçimde esmerleşince onları tavadan alıp kâğıt havluların üzerine koyun. (Etin pişip pişmediğini anlamak için kaplamasını sivri bir bıçakla delip kontrol edin. Et henüz pembe görünüyorsa tekrar tavaya koyup biraz daha pişirin. Kalan göğüs ve tender etlerini de aynı şekilde pişirmek için gerekirse biraz daha sadeyağ ekleyin. Hafifçe tuz serpin ve hemen servis edin.

Çeşitlemeler

- **Balık veya Karides Pane** için ikisini de önceden tuzlamayın. Bunun yerine pane yapmadan hemen önce tuzlayın ve ekmek kırıntılarının içindeki peyniri koymayın. Aynı kaplama yöntemini karides veya pisi, morina veya dil balığı gibi bütün beyaz etli balıklarda da kullanın. Isıyı artırıp karidesi her yüzünü 1-2 dakika, balığı ise 2-3 dakika kızartın. Ya da sayfa 174'te tarif edildiği gibi derin yağda kızartabilirsiniz. Ekşi bir lahana salatası veya **Tartar sos** ile servis edebilirsiniz.

- ***Fritto Misto*** için peyniri çıkarın ve aynı kaplama yöntemini zeytin veya Meyer limonu dilimleri, şok haşlanmış rezene, şok haşlanmış enginar, mantar, patlıcan veya kabak için de kullanabilirsiniz. Yukarıdaki gibi tavada ya da sayfa 174'te tarif edildiği gibi derin yağda kızartın.

Adaçayı ve Ballı Tütsülenmiş Tavuk

4 kişilik

Bir restoran aşçısı olarak et tütsülemeyi öğrenmekten kaçınmayı başardım. Nedense Chez Panisse'de balık ördek tütsülediğimiz günlerde hiç mutfakta olmadım. Eccolo'da yakınlardaki bir tütsü evinde sosislerimizi ve etlerimizi tütsületirdik. Ve bu beceriyi hiç edinmediğimden benim için daima bir sır olarak kaldı. Ama Michael Pollan'la yemek yapmaya başladığımda onun bu tekniğe olan hayranlığı beni de etkiledi. Kısa ve lezzet dolu bir müddet boyunca Michael ve ailesiyle yediğim her yemekte sofrada tütsülenmiş bir şey olurdu. Michael bunu bilmez ama ben tütsülemeyi onu seyrederek öğrendim. O domuz tütsülemeyi çok sever ama ben tekniği tavukta kullanmayı çok seviyorum. Bu tarifte adaçayı ve sarımsağın hafif aromaları leziz elma ağacı dumanı ve bal glaze'nin tatlılığıyla birleşiyor.

1 1/3 ölçü bal
1 tutam adaçayı
1 baş sarımsak, enine ikiye kesilmiş
3/4 ölçü koşer tuz veya 1/2 ölçü ince deniz tuzu
1 çorba kaşığı tane karabiber
500 gr tavuk
2 ölçü elma ağacı talaşı

Tavuğu pişirmeden bir gün önce salamurayı yapın. Genişçe bir tencerede 1 litre suyu 1 ölçü bal, sarımsak, tuz ve tane karabiberlerle beraber kaynatın. 2 ölçü soğuk su ilave edin. Suyu oda sıcaklığında soğumaya bırakın. Tavuğu göğüs kısmı alta gelecek şekilde suya batırıp bir gece buzdolabında tutun.

Tavuğu pişirmek için salamura suyundan çıkarıp kurulayın. Salamura suyunu süzgeçten geçirip süzgeçte kalan adaçayıyla sarımsakları tavuğun içine doldurun. Tavuğun kanat uçlarını sırtında bir araya getirin. Butlarını birbirine bağlayın. Tavuğu oda sıcaklığına getirin.

Talaşları 1 saat suda bekletip süzün. Dolaylı ateş üzerinde mangal için hazırlayın. (Dolaylı ateşte mangal için bakınız sayfa 178.)

Kömür mangalı üzerinde tütsülemek için tutuşturma bacasının içinde kömürü yakın. Kömürler kor haline gelip gri külle kaplandıklarında onları dikkatlice mangalın iki karşı kenarına yığın. Tek kullanımlık alüminyum bir tepsiyi mangalın ortasına yerleştirin. Duman çıkarmak için ½ talaşı her iki kömür yığınının üzerine atın. Izgarayı mangalın üzerine, tavuğu da göğsü alta gelecek şekilde ızgaranın üzerine yerleştirin.

Izgaranın üzerini hava pencereleri etin üzerine gelecek şekilde kapatın. Hava pencerelerini yarım açın. Bir termometre kullanarak ısıyı 95 ila 110 °C arasında tutun, gerekirse kömürle odunu tazeleyin. Budun ortasına soktuğunuz hemen okunan termometre 55°C'yi gösterdiğinde kalan 1/3 balı derinin üzerine sürün. Mangalın kapağını yeniden kapatın ve budun ortasına sokulan termometre 70°C'yi gösterene kadar, 35 dakika daha pişirin. Tavuğu mangaldan alın ve kesmeye başlamadan önce 10 dakika dinlendirin.

Tavuğu servis etmeden önce derisini çıtır çıtır yapmak için kömürleri kıpkızıl olana kadar karıştırın ya da mangalın bir kenarında ocakları yakın. Tavuğu yeniden dolaylı ateş bölgesine koyun ve mangalın üstünü kapatın. Çıtır çıtır olana kadar 5-10 dakika pişirin.

Gazlı mangalda tütsü yapmak için tütsü kutusuna talaşları doldurup ona en yakın ocağı duman çıkana kadar yakın. Mangalınızın tütsü kutusu yoksa talaşları kalın folyoya sarın. Folyoda birkaç delik açın ve ızgaranın altına ocaklardan birinin üzerine yerleştirin. Duman görene kadar yüksek ateşte ısıtın. Talaşlar tütmeye başlayınca alevi azaltın, kapağı indirin ve mangalı 120°C'de ısıtın. Pişirme süresince bu ısıyı koruyun.

Tavuğu göğüs kısmı yukarı gelecek şekilde yanmayan ocakların – **dolaylı ısı bölgesinin** – üzerine yerleştirin ve 2-2,5 saat pişirin. Hemen okunabilen termometre buda sokulduğunda 55 °C'yi gösterince kalan 1/3 ölçü balı da derinin üzerine sürün. Mangalın kapağını kapatıp budun ortasına saplı termometre 70°C'yi gösterene kadar, 35 dakika daha pişirin. Tavuğu mangaldan alın ve kesmeden önce 10 dakika dinlendirin.

Tavuğu servis etmeden önce derisini çıtır çıtır yapmak için kömürleri kıpkızıl olana kadar karıştırın ya da mangalın bir kenarında ocakları yakın. Tavuğu yeniden dolaylı ateş bölgesine koyun ve mangalın üstünü kapatın. Çıtır çıtır olana kadar 5-10 dakika pişirin.

Servis için tavuğu dörde bölün – **Kızarmış Adaçayı Salsa Verde** ile gerçekten iyi gidiyor – ya da tavuğu didikleyerek sandviçte kullanın.

Sarımsaklı Tavuk Çorbası

3 litre (6-8 kişilik)

Bu çorba o kadar güzel ki çorba tariflerine değil tavuk tariflerine eklemek zorunda kaldım. Bütün bir tavukla yapıldığı için 4 kişilik doyurucu bir yemek meydana getiriyor. Tavuğu ev yapımı tavuk suyunda pişirmek bu çorbaya ayrı bir lezzet katmanı ekliyor. Elinizde tavuk suyu yoksa konserve tavuk suyu kullanmak yerine kasaptan biraz alın – çok fark yaratacaktır!

2 kg tavuk, dörde bölünmüş ya da 4 büyük tavuk kalçası ve but
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
Sızma zeytinyağı
2 orta boy sarı soğan, küp doğranmış
3 büyük havuç, kazınıp küp doğranmış
3 büyük kereviz sapı, küp doğranmış
2 defne yaprağı
10 ölçü **Tavuk Suyu**
20 diş sarımsak, ince dilimlenmiş
İsteğe bağlı: Parmesan kabuğu

Tavuğu pişirmeden önce hazırlayın. Eğer bütün tavuk kullanıyorsanız, onu dörde bölmek için sayfa 318'deki talimatları uygulayın ve göğüs kafesini daha sonra yapacağınız **Tavuk Suyu** için saklayın. Bol tuz ve taze çekilmiş karabiberle çeşnilendirin. Ben tavuğu bir gün önceden tuzlamayı tercih ediyorum ama o kadar zamanınız yoksa pişirmeden en az bir saat önce tuzlayıp tuza ete nüfuz etme imkânı verin. Tavuğu tuzladıktan sonra bir saatten uzun bekleteceksiniz buzdolabına koyun; aksi halde tezgâhta kalabilir.

8 litrelik bir tencereyi yüksek ısının üzerine koyun. Tencerenin tabanını kaplayacak kadar yağ ekleyin. Yağ titremeye başladığında tavuk parçalarının yarısını ekleyip her yüzünü 4 dakika alta getirmek suretiyle tamamıyla esmerleştirin. Sonra çıkarıp kenara koyun. Kalan tavuk parçalarına da aynı işlemi uygulayın.

Yağın çoğunu tencereden eğdirerek dökün. Tencereyi yeniden ocağın üzerine koyup ısıyı orta-düşüğe indirin. Soğan, havuç, kereviz ve defne yapraklarını ekleyip bunlar yumuşayana ve altın sarısı kahverengi alana kadar 12 dakika pişirin. Tavuğu yeniden tencereye koyup 10 ölçü tavuk suyu veya sade su, tuz, karabiber ve eğer kullanıyorsanız Parmesan kabuğu koyun. Kaynamaya başlayınca altını kısıp pişirmeye devam edin.

Orta ısıda küçük bir kızartma tavasını ısıtıp tabanını kaplayacak kadar zeytinyağı, sonra da sarımsağı ekleyin. Sarımsağı 20 saniye, aromasını dışarı verene kadar cızırdatın ama renginin değişmesine izin vermeyin. Bunu çorbaya ekleyip kaynatmaya devam edin.

Göğüs kullanıyorsanız, onları 12 dakika sonra tencereden çıkarıp butlarla kalçaları yumuşayana kadar, toplamda 50 dakika kaynatmaya devam edin. Ocağı kapatıp çorbanın yüzeyindeki yağları alın. Tavuğu çorbadan çıkarın. Tavuk elle tutulabilecek kadar soğuduğunda etleri kemiklerinden ayırıp didikleyin. Arzu ederseniz derisini de atın (ama ben deriyi ince ince doğrayıp onu da kullanmayı seviyorum) ve eti çorbaya yeniden koyun. Çorbanın tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Sıcak servis edin.

Kapaklı olarak 5 güne kadar buzdolabında ve 2 aya kadar dondurucuda saklayabilirsiniz.

Çeşitlemeler

- **Taze Sarımsak Çorbası** için, sarımsak dişlerini çıkarın. Bunun yerine 6 tane ince kıyılmış taze sarımsağını soğan, havuç, kereviz ve defne yaprağıyla kaynatın.

- Biraz daha doyurucu olması için çorbaya pişmiş pirinç, pirinç eriştesi, fasulye, arpa veya farro ekleyebilirsiniz.

- Çorbayı ana yemeğe çevirmek için içinde büyük büyük doğranmış kuzu ıspanak yapraklarının olduğu kâselere koyun ve birer poşe yumurta ekleyin.

- ***Pho Gà*** (Vietnam tavuk çorbası) yapmak için soğan, havuç, kereviz, defne yaprakları, karabiber ve sarımsağı çıkarın. Bunun yerine 2 kabuğu soyulmuş beyaz soğan ile bir 10 cm'lik zencefil parçasını doğrudan ateşin üzerinde 5 dakika kadar dağlayıp ¼ ölçü balık sosu, 1 yıldız anason ve 2 çorba kaşığı esmer şekerle çorbaya katın. Tavuğu 50 dakika bu çorbada yukarıda tarif edildiği gibi pişirin. Soğanla zencefili çıkarın, tavuğu didikleyip yeniden tencereye ekleyerek çorbayı yukarıdaki gibi hazırlamaya devam edin. Pirinç eriştelerini çorbaya boca edin, üzerine de taze fesleğenle soya filizleri koyun.

Adas Polo o Morgh
Tavuklu Mercimekli Pilav

6 kişilik

Çocukken annem ne zaman akşama ne yemek istediğimi sorsa *adas polo* isterdim. Küçük bir çocuğun mercimekli pilav istemesi insanı şaşırtsa da benim asıl peşinde olduğum annemin yemeği servis etmeden hemen önce tereyağında soteledigi üzüm ve hurmalardı. Onların mercimeğin toprak tadına karışan tatlılıklarını daima heyecanla beklerdim. Yanında baharatlı tavukla ve üzerinde **İran Usulü Otlu ve Hıyarlı Yoğurt** ile servis edildiğinde fikrimce eşi benzeri yoktur. Ben bunu sadeleştirerek tek bir tencere yemeği haline getirdim: Evrensel Tavuklu Pilav yemeğinin İran versiyonu.

2 kg tavuk veya 8 kemikli, derili but
Tuz
1 çay kaşığı artı 1 çorba kaşığı kimyon
Sızma zeytinyağı
3 çorba kaşığı tuzsuz tereyağı
2 orta boy sarı soğan, ince kıyılmış
2 defne yaprağı
Küçük bir tutam safran telleri
2 1/2 ölçü basmati pirinç, yıkanmamış
1 ölçü siyah sarı üzüm
6 iri hurma, çekirdeği çıkarılmış ve dörde kesilmiş
4 1/2 ölçü **Tavuk Suyu** veya su
1 1/2 ölçü pişmiş, suyu süzülmüş yeşil mercimek (yaklaşık 3/4 ölçü çiğ mercimekten)

Tavuğu pişirmeden önce hazırlayın. Eğer bütün tavuk kullanıyorsanız, onu dörde bölmek için sayfa 318'deki talimatları uygulayın ve göğüs kafesini daha sonra yapacağınız **Tavuk Suyu** için saklayın. Bol tuz ve taze çekilmiş karabiberle çeşnilendirin. Ben tavuğu bir gün önceden tuzlamayı tercih ediyorum ama o kadar zamanınız yoksa pişirmeden en az bir **saat önce tuzlayıp tuza ete nüfuz etme imkânı verin. Tavuğu tuzladıktan sonra bir saat**ten uzun bekleteceksenız buzdolabına koyun; aksi halde tezgâhta kalabilir.

Bir tencerenin kapağını mutfak havlusuyla sarıp paket lastiğiyle tutacağına bağlayın. Havlu buharı emerek buharın yoğunlaşıp tekrar tavuğun üstüne damlamasını böylece derinin nemlenmesini engelleyecektir.

Tencereyi orta-yüksek ısının üzerine koyup tencerenin dibini kaplayacak kadar zeytinyağı ekleyin. Tavuğu iki parti halinde esmerleştirin. Derili tarafı alta gelecek şekilde başlayın, sonra tersini çevirip tavuğu tencerenin içinde gezdirerek her yanını eşit esmerleştirin. Her yüzüne 4'er dakika yeterli olacaktır. Tencereden çıkarıp kenara koyun. Yağı dikkatlice dökün.

Tencereyi orta ısıya yeniden koyup tereyağını eritin. Soğan, kimyon, defne yaprağı, safran ve bir tutam tuz ekleyip yumuşayana ve esmerleşene kadar 25 dakika pişirin.

Isıyı yükseltip pirinci tencereye ekleyin ve hafif bir altın rengi alana kadar karıştırarak kavurun. Üzümlerle hurmaları da ekleyip şişene kadar bir dakika kadar kızartın.

Tavuk suyunu ya da suyu ve mercimeği ekleyip ısıyı yükseltin ve tencereyi kaynama noktasına getirin. Bolca tuzlayıp tadına bakın. Pilavın yeterince tuzlu olabilmesi için suyunu sizi biraz rahatsız edecek kadar tuzlu yapın – içtiğiniz en tuzlu çorbadan daha tuzlu olsun. Isıyı düşürüp tavuğu derili kısmı yukarı gelecek şekilde tencereye yerleştirin. Tencerenin kapağını kapatıp düşük ısıda 40 dakika pişirin.

40 dakika sonra ocağı kapatıp tencereyi kapağı kapalı olarak 10 dakika kadar demlenmeye bırakın. Kapağı kaldırıp pilavı bir çatalla karıştırın. Yanında **İran Usulü Otlu ve Hıyarlı Yoğurt** ile servis edin.



Sirkeli Tavuk

4-6 kişilik

Poulet au Vinaigre yani Sirkeli Tavuk'u Chez Panisse'de çırak olarak çalışmaya başladıktan sonra düzenlediğim ilk akşam yemeğinde pişirdim. Başta kendim de dâhil herkesin sirkeli tavuk pişirme fikrine şaşırdıklarını hatırlıyorum. Turşu yapmak için malzemeleri ısıtmaya kalkışınca sıcak sirkenin keskin dumanından az kaldı boğulacaktık. Ortaya çıkan yemeğe lezzetli demek zordu! Ama akıl hocam Chris Lee klasiklerden birini pişirmemi önermişti, ben de söz dinleyen bir öğrenci olarak hemen hazırlık yapıp onun talimatlarını harfi harfine uyguladım. Arkadaşlarımla sade öğrenci evimde *poulet au vinaigre* ve pilavdan oluşan yemeğe oturunca, çabalarımın ödülünü aldık. Sirke piştikçe tadı yumuşamış ve yemekteki taze krema ile tereyağını dengelemişti. Bu benim için yeni bir keşifti, asidin yağlı yemeklere ne kadar yakıştığını anladım.

2 kg tavuk
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
1/2 ölçü çok amaçlı un
Sızma zeytinyağı
3 çorba kaşığı tuzsuz tereyağı
2 orta boy sarı soğan, ince kıyılmış
3/4 ölçü sek beyaz şarap
6 çorba kaşığı beyaz şarap sirkesi
2 çorba kaşığı tarhun yaprağı, ince kıyılmış
1/2 ölçü kaymak veya taze krema

Tavuğu pişirmeden önce hazırlayın. Eğer bütün tavuk kullanıyorsanız, onu dörde bölmek için sayfa 318'deki talimatları uygulayın ve göğüs kafesini daha sonra yapacağınız **Tavuk Suyu** için saklayın. Bol tuz ve taze çekilmiş karabiberle çeşnilendirin. Ben tavuğu bir gün önceden tuzlamayı tercih ediyorum ama o kadar zamanınız yoksa pişirmeden en az bir **saat önce tuzlayıp tuza ete nüfuz etme imkânı verin. Tavuğu tuzladıktan sonra bir saat**ten uzun bekleteceksenız buzdolabına koyun; aksi halde tezgâhta kalabilir.

Unu sığ bir kâseye koyup bolca tuzlayın. Tavuk parçalarını una bulayın ve fazlasını silkeleyip bir tel rafın veya pişirme kâğıdı serilmiş bir tepsinin üzerine tek kat halinde sıralayın.

Tencereyi orta-yüksek ısının üzerine koyup tencerenin dibini kaplayacak kadar zeytinyağı ekleyin. Tavuğu iki parti halinde esmerleştirin. Derili tarafı alta gelecek şekilde başlayın, sonra tersini çevirip tavuğu tencerenin içinde gezdirerek her yanını eşit esmerleştirin. Her yüzüne 4'er dakika yeterli olacaktır. Tencereden çıkarıp kenara koyun. Yağı dikkatlice dökün ve tavayı silin.

Tencereyi orta ısıya yeniden koyup tereyağını eritin. Soğanı ekleyin, tuzlayın ve karıştırın. Arada bir karıştırarak yumuşayana ve esmerleşene kadar 25 dakika pişirin.

Isıyı yükseltin, şarapla sirkeyi ilave edin ve tavanın dibini bir tahta kaşıkla kazıyarak deglaze edin. Tarhun yapraklarının yarısını ilave edip karıştırın. Tavuğu bu sefer derili alta gelecek şekilde yeniden tavaya koyun ve altını kısarak pişirmeye devam edin. Üzerine aralık bir kapak kapatarak tıkırdatmaya devam edin. Yaklaşık 12 dakika sonra pişen göğüsleri tencereden çıkarın ama koyu renkli etleri kemiklerinden ayrılana kadar, toplam 35-40 dakika pişirin.

Tavuğu bir tabağa alın, ısıyı arttırıp taze kremayı ilave edin. Sos koyulaşana kadar kaynasın. Tadına bakıp tuz ve biberini ayarlayın, ayrıca gerekiyorsa biraz daha sirkeyle sosu canlandırın. Kalan tarhunu da ekleyip servis edin.

Glaze Beş Baharatlı Tavuk

4 kişilik

Chez Panizze'de mutfağa yardım ettiğim ilk gece şef David Tanis'ti. Bıçak becerilerimin yetersiz olduğundan korktuğumda bana saatlerce hıyarları minik minik doğrattı. Bu bana yeterince alıştırmayla mutfakta her şeyi yapmayı öğrenebileceğimi gösterdi. Birkaç yıl sonra David Chez Panisse'den ayrıldı, şimdi ise *New York Times Yiyecek (The New York Times Food)* bölümü için "Şehir Mutfağı (City Kitchen)" köşesini yazıyor. Bu köşeye bayılıyorum çünkü David her hafta kendi zarif tarzını kattığı tek bir basit yemeği ele alıyor.

"Şehir Mutfağı"ndan en sevdiğim tariflerden biri, Çin usulü beş baharatlı tavuk kanadıdır. David'in paylaştığı tarif o kadar basit ve lezzetli ki ben bu tarifi, farklı etlere ve balığa da uyarlayarak yıllar içinde defalarca yaptım. Bence bu tavuk özellikle **Yasmin Pirinç Pilavı** (sf. 282) üzerinde **Vietnam Hıyar Salatası** ile servis edilince harika oluyor.

2 kg tavuk veya 8 kemikli, derili tavuk but
Tuz
1/4 ölçü soya sosu
1/4 ölçü esmer şeker
1/4 ölçü mirin (pirinç şarabı)
1 çay kaşığı kavrulmuş susam yağı
1 çorba kaşığı ince rendelenmiş zencefil
4 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş
1/2 çay kaşığı Çin beş baharat tozu
1/4 çay kaşığı kırmızı toz biber
1/4 ölçü iri doğranmış kişniş yaprakları ve ince dalları
4 taze soğan, yeşil ve beyaz kısımları boylamasına ince dilinmiş

Tavuğu pişirmeden bir gün önce hazırlayın. Bütün tavuk kullanıyorsanız sayfa 318'deki talimatları uygulayarak tavuğu 8 parçaya ayırın ve kaburgalarını daha sonra yapacağınız **Tavuk Suyu** için kullanın. Tavuğu biraz tuzlayıp 30 dakika dinlendirin. Marinenin çoğunlukla soya sosuna dayandığını, yani normalde kullanacağınız tuzun yarısını kullanmanız gerektiğini unutmayın.

Bu esnada soya sosu, esmer şeker, mirin, susam yağı, zencefil, sarımsak, beş baharat ve toz biberi birlikte çırpın. Tavuğu bir kilitli torbaya koyup marineyi de dökün. Torbanın kilidini kapatıp torbayı biraz sallayarak sosun her yana eşit dağılmasını sağlayın. Bir gece buz dolabında bekletin.

Tavuğu pişirmeden birkaç saat önce buzdolabından çıkarıp oda sıcaklığına getirin. Fırını 210°C'de ısıtın.

Tavuğu 25x35 ebadında sığ bir fırın tavasına derili tarafı üste gelecek şekilde koyup marineyi etin üstüne dökün. Marine kabın dibini kapatmalıdır. Kaplamıyorsa 2 kaşık su ilave edin. Tavuğu fırına verin ve tepsiyi her 10-12 dakikada bir çevirin.

Varsa göğüsleri 20 dakika piştikten sonra fırından çıkarın. Koyu renkli etler ise 20-25 dakika daha, etler kemikten ayrılana kadar, toplamda 45 dakika pişsin.

Koyu renkli et pişince göğüsleri yeniden tavaya koyup fırının ısısını 225 °C'ye yükselterek sosun suyunu çekip derinin koyu kahverengini alarak çıtır çıtır olması için 12 dakika daha pişirin. Her 3-4 dakikada bir fırçayla marineyi etlerin üzerine sürerek, onları glaze edin.

Üzerine kişniş ve boyuna kesilmiş yeşil soğanları serpiştirerek sıcak servis edin.

Artan etleri 3 güne kadar buzdolabında saklayın.



Yayıkaltı Sütüyle Marine Edilmiş Kızartma Tavuk

4 kişilik

Eccolo'da şiş yapmayı öğrendikten sonra her gece bıkıp usanmadan odun ateşinde tavuk kızarttım. Nihayet güneyli babaannelerin yaptığı gibi tavuğu geceden yayıkaltı sütünde marine etmeyi düşündüm. Yıllar sonra bir gün özel bir davet için bir düzine tavuk pişirirken, aynı gün Jacques Pépin'i ağırlayan bir arkadaş, efsanevî şef için bir piknik sepeti hazırlayıp hazırlayamayacağımı sordu. Fazla üzerinde düşünmeden bir tavuğu, bir yeşil salatayı ve biraz kabuklu ekmeği sarıp gönderdim. O gece daha sonra Bay Pépin'den her şeyin klasik mükemmel ve çok lezzetli olduğuna dair bir mesaj aldım. Bu tarif için bundan daha iyi bir iltifat düşünemiyorum.

Yayıkaltı ile tuz salamura görevi görerek tavuğu birden fazla seviyede yumuşatıyor: İçerdiği su nemi arttırıyor, içerdiği tuzla asit proteinleri tutarak onların tavuk pişerken sıvıyı etten atmalarını engelliyor (bkz. sf. 31 ve 113). Bundan başka, yayıkaltı sütündeki şekerler karamelize olarak deriyi güzelce kızartıyor. Kızarmış tavuğun güzelliği istediğiniz zaman, istediğiniz yerde servis edebilmeniz olsa da ben bunu nişasta, salata ve sos rolü oynayan ***Panzanella*** ile servis etmeyi seviyorum.

1.5-2 kg tavuk
Tuz
2 ölçü yayıkaltı sütü

Tavuğu pişirmeden bir gün önce keskin bir bıçakla birinci kanat eklemini kesmek suretiyle kanat uçlarını ayırın. Kanat uçlarını tavuk suyu için saklayın. Bolca tuzlayın ve 30 dakika bekletin.

2 çorba kaşığı koşer tuzunu veya 4 çay kaşığı ince deniz tuzunu yayıkaltı sütünde çözündürün. Tavuğu battal boy ve ağzı kilitli bir torbaya koyun ve yayıkaltı sütünü de içine dökün. Tavuk battal boy torbaya sığmazsa iki plastik alışveriş poşetini iç içe koyup bir parça telle ağzını bağlayın.

Poşetin ağzını kapattıktan sonra yayıkaltı sütünü tavuğa iyice bulaştırın, kenarları yüksek bir tabağa koyup buzdolabına kaldırın. Tavuğu pişirmeden bir saat önce buzdolabından çıkarın. Fırını orta tarafında bir tel rafla 220 °C'de ısıtın.

Tavuğu plastik torbadan çıkarın ve aşırıya kaçmadan mümkün olduğu kadar çok yayıkaltı sütünü de kazıyarak alın. Tavuğun butlarını bir iple sıkıca birbirine bağlayın tavuğu 25 cm'lik bir demirdöküm tavaya yerleştirin.

Tavayı fırının orta katındaki rafın üzerine sürün. Tavuğun butları arka köşeye, göğsü ise fırın tavanının ortasına dönük olsun (arka köşeler genelde fırının en sıcak noktaları olur, böylece butlar pişmeden göğsün fazla pişmesini önlemiş olursunuz). Çabucak tavuğun cızıldamaya başladığını işitirsiniz.

Bir 30 dakika daha, tavuğun her yeri kızarana ve butla kalça arasında kemiğin üstündeki ete bıçak sapladığınızda temiz su akana kadar pişirin.

Tavuk pişince tabağa aktarın ve kesip servis etmeden önce 10 dakika dinlendirin.

Çeşitlemeler

- Elinizde yayıkaltı sütü yoksa yoğurt veya **taze krema** kullanın.
- **İran Usulü Kızarmış Tavuk** için yayıkaltı sütünü çıkarın. Sayfa 287'de tarif edildiği gibi safran çayı hazırlayın ve 1 çorba kaşığı koşer tuzu veya 2 çay kaşığı ince deniz tuzu ve 2 çay kaşığı ince limon kabuğu rendesiyle birlikte 1.5 ölçü yoğurda ekleyin. Tuzlanmış tavuğu ağzı kilitlenebilir bir plastik poşete koyun ve yoğurt karışımını elinizle tavuğun her yerine sürün. Yukarıdaki gibi devam edin.

Sicilya Usulü Tavuk Salatası

8 ölçü

Eccolo'da her akşam şişte tavuk kızartma servis ettiğimiz için artan pişmiş tavukları kullanmanın yollarını arayıp bulmak zorundaydık. Tavuklu pay, tavuk çorbası ve tavuk *ragù* düzenli olarak menüye giriyordu ama bu salata çabucak artan tavuğu kullanmanın en sevdiğimiz yolu haline geldi. Çam fıstığı, kuşüzümü, rezene ve kerevizle dolu bu salata geleneksel tavuklu salatanın güzel bir Akdeniz versiyonudur. (Zamanınız kısıtlıysa bir piliç çevirme satın alarak ve bir iki diş dövülmüş ya da ince rendelenmiş sarımsakla canlandırılmış hazır mayonez kullanarak işleri hızlandırın.)

½ orta boy kırmızı soğan, küp doğranmış
¼ ölçü kırmızı şarap sirkesi
½ ölçü kuşüzümü
5 ölçü didiklenmiş kızarmış veya poşe tavuk eti (yaklaşık 1 kızarmış tavuktan)
1 ölçü katı **Aïoli**
1 çay kaşığı ince rendelenmiş limon kabuğu
2 çorba kaşığı limon suyu
3 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz yaprakları
½ ölçü çam fıstığı, hafif kavrulmuş
2 küçük kereviz sapı, küp doğranmış
½ orta boy rezene kökü, küp doğranmış (½ ölçü kadar)
2 çay kaşığı öğütülmüş rezene tohumu
Tuz
Soğanla sirkeyi küçük bir kâsede karıştırıp 15 dakika bekletin.

Başka bir küçük kâsede kuş üzümlerini kaynamış suya koyun. 15 dakika suda bekleyerek şişsinler. Sonra suyu süzüp üzümleri büyük bir kâseye koyun.

Tavuk, aïoli, limon kabuğu, maydanoz, çam fıstığı, kereviz, rezene kökü, rezene tohumu ve iki büyük tutam tuzu üzümlere ekleyip karıştırın. Sirkede beklettiğiniz soğanları da ekleyin (ama sirkesini eklemeyin) ve tadın. Tuzunu ayarlayın ve ihtiyaç varsa sirke ekleyin.

Kızarmış ekmek üzerinde veya marula sarılı olarak servis edin.

Çeşitlemeler

- **Körili Tavuk Salatası** için çam fıstığını, limon kabuğunu ve rezene köküyle tohumunu çıkarın. Maydanoz yerine kişniş koyun ve karışıma 3 çorba kaşığı sarı köri tozu, ¼ çay kaşığı çekilmiş kırmızı toz biber, ½ ölçü hafifçe kavrulmuş ve kıyılmış badem ve küp doğranmış 1 ekşi elma ilave edin.

- Salataya hafif bir tütsü tadı katmak için kızarmış veya poşe tavuk yerine artan **Adaçayı ve Balla Tütsülenmiş Tavuk** kullanın.



ET

Kasap tezgâhının önünde dikilerek akşam yemeği için hangi eti alacağınıza karar verirken şunu aklınızda bulundurun: Vakit hakikaten nakittir, özellikle de konu et olduğunda. Yani daha pahalı etler – yani yumuşak olanlar – daha çabuk pişerlerken, daha uygun fiyatlı ve daha sert etlerin bir süre titiz işlem görmesi gerekmektedir. Daha pahalı, yumuşak etler **yüksek ısı** isterken daha uygun fiyatlı etler **düşük ısı** isterler. Düşük ve yüksek ısı hakkında daha fazla bilgi için sayfa 156'ya bakın.

Beni İtalya'da kanatlarının altına alan kasap Dario Cecchini'den yirminci yüzyılın başlarına kadar tüm İtalyan ailelerinin bir yıl boyunca sadece birkaç domuzla geçinip beslendiklerini öğrendim. *Norcino* denilen gezgin kasaplar her kış hayvanları kesip birinci kalite parçalara ayırırlarmış. Daha sonra bacak kısımları prosciutto, bel kısmı pancetta ve kalan parçalarsa salam haline getirilirmiş. Hayvanın yağı süzülür, kontrfile – domuzun sırtından alınan kısım – özel günler için saklanırmış.

California'ya döndükten birkaç ay sonra, muhteşem Güneyli şef Edna Lewis'in ailesinin yıllık domuz hasatını dikkatlice anlattığı *The Taste of Country Cooking* kitabına rastladım. Edna ve kız kardeşleri seyyar kasabın her Aralık ayında gelip domuzları işlemden geçirmesini hasretle beklerlermiş. Çocuklar adamın ileriki aylarda etlerin korunması için butları, kontrfileleri ve filetoları tütsüleyip hazırlamasını izlermiş. Kadınların yaprak payı içinde yağı eritip saflaştırmasına, ciğer pudingi yapmalarına ve kalan parçalarla sucuk yapmalarına yardım ederlermiş. İtalya'da olduğu gibi Amerika'nın Güney eyaletlerinde de bu hikâye ekonomik yemek pişirmenin evrenselliğini ortaya koyuyor.

Ne zaman bir kasap dükkânına girsem, zihnimde birden büyükbaş hayvanların çeşitli kısımları canlanır. Hayvanın toynağından ya da boynuzundan uzaklaştıkça yumuşaklığı ve **dolayısıyla fiyatı artar. Biftek ve kontrfileler hayvanın en az hareket eden yerlerinden kesilir** ve onlar en yumuşak kısımlardır. Öte yandan but ve omuzlardan elde edilen etler – incik, döş, kısa kaburga ve gerdan – ise daima daha sert ve pahalı olacaktır. Bunlar ayrıca genellikle daha lezzetlidir.

Bu kuralın en büyük istisnası ise kıymadır. Kasaplar genellikle sert etlerden kıyma ya-

parlar ama bu etlere uzun, sert liflerin parçalanması suretiyle yumuşaklık yolunda avantaj sağlar. O yüzden burger, köfte, sosis ve kebaplar ekonomikle hızlının kesişme noktasında yer aldıkları için hafta içi günleri için ideal akşam yemekleridirler.

Hafta içi akşam yemeklerinden bahsetmişken: Bu tarifleri temel rehberler olarak kullanın. Önce teknikleri iyice öğrenin, sonra lezzet kombinasyonları ve et çeşitleriyle denemelere başlayın. Özellikle aksi belirtilmediği müddetçe etinizi mümkün olduğu kadar erken tuzlayın. Unutmayın, geceden tuzlamak en iyisidir ama daha kısa süreler dahi etin hiç tuzda beklememesinden iyidir. Ve etin her yerinin eşit pişmesi için eti pişirmeden önce oda sıcaklığına getirin.

Baharatlı Salamura
Hindi Göğsü

6 kişilik... ayrıca sandviç yapmak için bolca artar

Çığır açan Amerikalı çiftçi Bill Niman hindi yetiştirmeye başladıktan sonra aylarca Eccolo'ya her hafta iki hindi getirdi. Yarım düzine miras cins hindisinden hangisinin en lezzetli ve yumuşak ete sahip olduğuna dair geribildirim istedi. Miras hindi çok lezzetli olmakla beraber gerçekten çok sert ve kuru olabiliyor. Böyle sayısız ördek pişirdikten sonra en sevdiğim hindi pişirme yöntemlerini buldum: *Ragù* yapmak için butları düşük ısıda uzun pişirmek, salamuraya yatırmak ve lezzetli sandviçler için göğüs etinden şiş kebap yapmak. Bir keresinde bir müşteri hindili sandviç ısmarladıktan sonra bize bugüne kadar yediği hindili sandviçlerle hindi tadı arasında bir bağlantı kuramadığını fark ettiğini söyledi. Bu kadar yıl sonra hâlâ hafta sonları sık sık hindi göğsü pişiririm ve öğlen yediğim sandviçler genellikle işyerindeki diğer yazarlar tarafından kıskanılır!

Sandviçe konulan bu hindi salamurayı hazırladım ama bu yöntemi ana yemek olarak sıcak servis edeceğiniz hindi veya başka bir ette kullanmak isterseniz tuzu 2/3 ölçü koşer tuz veya 7 çorba kaşığı ince deniz tuzuna indirin.

¾ ölçü koşer tuz veya ½ ölçü (120 gr) ince deniz tuzu
⅓ ölçü şeker
1 baş sarımsak, enine ikiye kesilmiş
1 çay kaşığı kara biber tanesi
2 çorba kaşığı pul biber
½ çay kaşığı çekilmiş kırmızı toz biber
1 limon
6 defne yaprağı
1 kemiksiz, derili hindi göğsünün yarısı, yaklaşık 1,5 kg
Sızma zeytinyağı

Tuz, şeker, sarımsak, tane karabiber, pul biber ve kırmızı toz biberi geniş bir tencereye koyup 4 ölçü su ekleyin. Limon kabuğunu bir sebze soyacağıyla soyun, sonra limonu ikiye kesin. Suyunu tencerenin içine sıkıp kendisiyle kabuklarını da tencereye koyun. Kaynama noktasına getirdikten sonra altını kısarak ve zaman zaman karıştırarak ağır ateşte pişirmeye devam edin. Tuzla şeker çözündükten sonra ateşten alın ve 8 ölçü su ekleyin. Salamura su-

yunu oda sıcaklığına getirin. Eğer hâlâ duruyorsa, hindinin tenderini (göğsün alt tarafındaki uzun bir şerit halindeki beyaz et) çekip koparın. Göğsü salamura suyuna yatırın ve bir gece veya 24 saat buzdolabında dinlendirin.

Pişirmeden iki saat önce göğüs etini ve kullanıyorsanız tenderi salamuradan çıkartıp oda sıcaklığında bir müddet bekletin.

Fırını 220 °C'de ısıtın. Büyük bir demir döküm tavayı veya fırına girebilen herhangi bir tavayı ocakta yüksek ısının üstüne koyun. Tava ısınınca bir çorba kaşığı zeytinyağı ilave edip göğüs etini derisi aşağı gelecek şekilde yerleştirin. Ateşi orta-yüksek seviyeye indirip göğsü 4-5 dakika, derinin rengi değişmeye başlayana kadar esmerleştirin. Bir maşayla göğsün derili tarafını yukarı çevirin, tenderi tavada göğsün yanına koyun ve tavayı fırının en dibine yerleştirin. Burası fırının en sıcak kısmıdır ve baştaki o ısı patlaması hindinin güzelce esmerleşmesini sağlayacaktır.

12 dakika kadar sonra hemen okunan termometrede en kalın noktadaki ısısı 65 °C'yi gösterdiğinde tenderi tavadan çıkarın. Bu sırada göğsün ısısını da birkaç noktada yoklayın. Onu bir 12-18 dakika daha, en kalın noktasındaki ısısı 65°C'yi bulana kadar pişirin. (İç ısı 55 °C'yi bulduktan sonra çabucak yükselecektir, o yüzden fırının yanından ayrılmayıp göğsü birkaç dakikada bir yoklayın). Göğsü fırından çıkarın ve kesmeden önce en az 10 dakika dinlendirin.

Servis etmek için enine ve çaprazlama doğrayın.

Et Haşlamada Doğaçlama Yapmak İçin Bilinmesi Gerekenler

En İyi Haşlamalık Et

Tavuk, Ördek ve Tavşan

But
Kalça
Kanat (sadece kümes hayvanlarında)

Dana

Kuyruk
Kısa Kaburga
İncik (*Osso buco*)
Gerdan
Döş
Arka But

Kuzu ve Keçi

Omuz
Boyun
İncik

Dünyadan Haşlama ve Yahniler

Adobo (Filipinler)
Beef *Bourguignon* (Fransa)
Beef *Daube* (Fransa)
Bigos (Polonya)
Birada Haşlanmış Sosis (Almanya)
Cassoulet (Fransa)
Chili Con Carne (ABD)
***Coq au Vin* (Fransa)**
Doro Wat (Etiyopya)
Etli Güveç (ABD)
Fesencan (İran)
Gulaş (Polonya)
Gurme Sabzi (İran)

Keçi *Birria* (Meksika)
Kırsal Bölgeye Özgü Kaburga (ABD-güney)
Kuzu Tagine (Fas)
Locro (Arjantin)
Nikujaga (Japonya)
Osso Buco (İtalya)
Pot au Feu (Fransa)
Pozole (Meksika)
Ragù Bolognese (İtalya)
Rogan Josh (Keşmir)
Roma Usulü Kuyruk Yahnisi (İtalya)
Tas Kebabı (Türkiye)
Tavuk *Alla Cacciatora* (İtalya)

Haşlama Süreleri

Tavuk Göğsü: Kemiksizse 5-8 dakika, kemikliyse 15-18 dakika. (Bütün tavuğu haşlıyorsanız göğüsleri dört parçaya bölün, kemiğin üzerinde pişirin ve 15-18 dakika sonra onları tencereden alıp butları biraz daha pişirin.)
Tavuk budu: 35-40 dakika
Ördek budu: 1 ½-2 saat
Hindi budu: 2 ½ saat
Kemikli dana eti (kısa kaburga, *osso buco*, kuyruk): 3-3 ½ saat
Kemiksiz dana eti (gerdan, döş, arka but): 3-3 ½ saat
Kemikli kuzu omuz: 2 ½-3 saat

Protein Alışveriş Rehberi

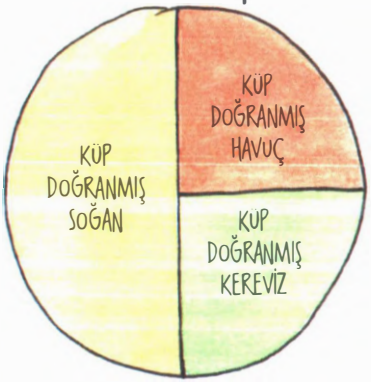
Aşağıdaki listede yer alan etlerin ½ kilosunun besleyeceği kişi sayısı:

Balık fileto: 3 kişi
Kabuklu deniz ürünü (karides hariç): 1 kişi
Kabuklu karides: 3 kişi
Kemikli pirzola: 1.5 kişi
Biftek: 3 kişi
Bütün hayvan ve kemikli et: 1 kişi
Burger için kıyma veya sosis: 3 kişi
***Ragù* veya chili için kıyma:** 4 kişi

DÜNYANIN AROMATİK LEZZET BAZLARI



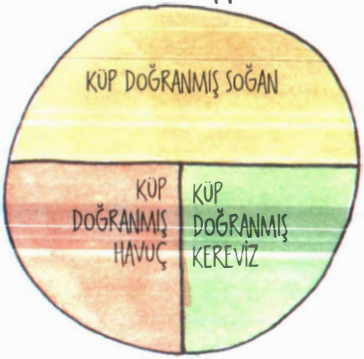
FRANSA: Mirepoix





TEREYAĞI YA DA ZEYTİNYAĞINDA ESMERLEŞTİRMEDEN, YUMUŞAYANA KADAR PİŞİRİN

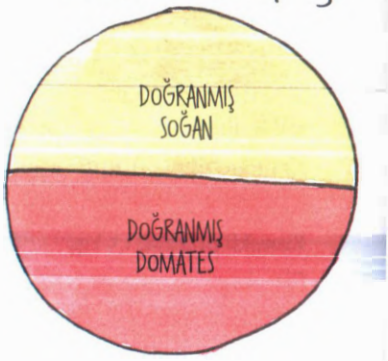
İTALYA: Soffritto



BOL ZEYTİNYAĞINDA YUMUŞAYANA VE ESMERLEŞENE KADAR PİŞİRİN



KATALONYA: Sofregit



(İSTEĞE BAĞLI: SARIMSAK VEYA KIRMIZI ÇAN BİBER) BOL ZEYTİNYAĞINDA YUMUŞAYANA VE ESMERLEŞENE KADAR PİŞİRİN

HİNDİSTAN:
Adu Lasan

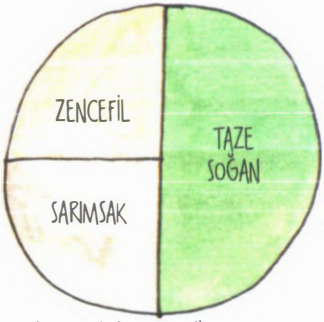


HAVANDA DÖVÜP EZME HALİNE GETİRİN VE PİŞİRMEDEN ÖNCE ETE SÜRÜN YA DA YUMUŞATILMIŞ SOĞANLARLA BERABER YAĞDA CIZILDATIN.



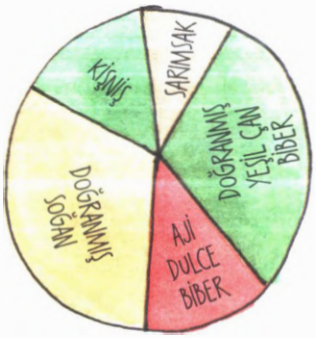


GUANGDONG, ÇİN
(KANTON MUTFAĞI):



HAFİF TAT İÇİN YEMEĞİN BAŞINDA BÜYÜK PARÇALAR HALİNDE EKLEYİN. KUVVETLİ TAT İÇİN MALZEMELERİ KIYIN VE EN SON İLAVE EDİN.

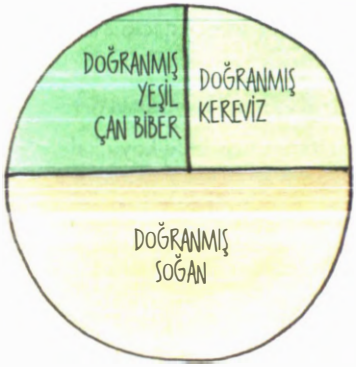
PUERTO RICO:
Recaito



YUMUŞAYANA VE ESMERLEŞMEYE BAŞLAYANA KADAR NÖTRAL YAĞDA PİŞİRİN



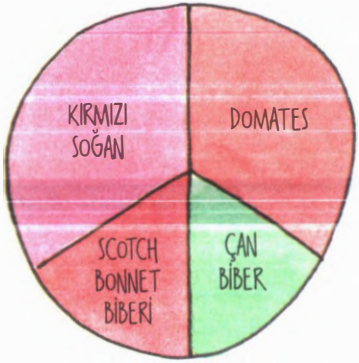
AMERİKA'NIN GÜNEY EYALETLERİ
Mukaddes Üçlü



YUMUŞAYANA KADAR NÖTRAL YAĞDA PİŞİRİN



BATI AFRİKA:
Ata Lilo



HER ŞEYİ PÜRE HALİNE GETİRİP KOYU BİR SALÇA YAPIN

Biftek

Bifteği mükemmel pişirmenin sırrı dışının her tarafını eşit ölçüde mühürleyip eti tercih ettiğiniz pişkinliğe getirmektir. Fakat bütün biftekler aynı değildir: Etler yağ içeriklerine ve kas liflerinin yapısına göre çeşitli şekillerde pişirilirler.

Biftek pişirirken et nasıl olursa olsun birkaç değişmez kural da vardır: Birincisi, gümüş rengi deriyi ve fazla yağı alın. İkincisi, bütün etleri önceden tuzlayın ki tuzun yumuşatma ve lezzet arttırma özellikleri devreye girebilsin. Bifteği pişirmeden 30-60 dakika önce oda sıcaklığına geitirin.

Mangal yaparken birkaç farklı ısı bölgesi oluşturun: doğrudan ateş için kızgın korlar, dolaylı ateş için ise nispeten düşük ısılı, çoğunlukla kömürsüz bir nokta. Gazlı mangal kullanıyorsanız, aynı etkiyi brülörlerle sağlayın. Mangaldaki eti devamlı gözleyin, etin yağları eriyince alev alabilir. Alevler pişen etin yüzeyini yalayınca geride berbat, gaz tadı veren bileşenler bırakırlar. O yüzden asla doğrudan ateşin üzerinde pişirmeyin.

Mangalınız yoksa veya hava mangala müsait değilse bifteği kor gibi sıcak tavada pişirerek mangal etkisi meydana getirin. Tavayı 260 °C fırında 20 dakika kadar ısıttıktan sonra yüksek ısıdaki ocağın üzerine yerleştirin. Aşağıda tarif edildiği gibi ve bifteklerin arasında buharın rahatça dışarı kaçabileceği kadar mesafe bırakarak pişirin. Başlamadan önce pencereyi açabilir ve yangın alarmını kapatabilirsiniz de. Dolaylı ısı etkisini tavanızı ocakta önden ısıttıktan sonra orta ateşte pişirmek suretiyle elde edebilirsiniz.

Benim gözde bifteklerim etek ve kaburgadır. İkisi de çok lezzetlidir. Fiyatı makul ve hazırlaması kolay olan eteği bir "hafta içi" akşam yemeği olarak düşünüyorum. Sulu ve yağ dağılımı güzel olan kaburga ise pahalı olabildiği için onu "özel yemek" bifteği olarak düşünüyorum.

Etek bifteği az/orta pişmişlik derecesi için her yüzünü 2-3 dakika olmak üzere sıcak kömür ya da **en yüksek ateş** üzerinde pişirin.

3 cm kalınlığında ve 250 gr ağırlığındaki kaburgayı az pişmişlik derecesi için 4'er, orta pişmişlik derecesi için 5'er dakika **en yüksek ateş üzerinde** pişirin.

Buna mukabil, **6 cm kalınlığında**, yaklaşık 1 kg ağırlığındaki kemikli kaburgayı orta-az pişmişlik derecesi için 12-15 dakika **dolaylı ateş** üzerinde pişirerek üzerinde koyu kahve **rengi bir kabuk oluşturun.**

Pişip pişmediğini anlamak için bifteğin üzerine bastırın, az pişmiş biftek yumuşak, orta-az pişmiş biftek biraz sünger gibi ve çok pişmiş biftek sıkı olacaktır. Ya da hemen okunan bir et termometresi kullanın. Az pişmiş için 45 °C, orta-az pişmiş için 50 °C, orta

pişmiş için 55 °C, orta-çok pişmiş için 60 ve çok pişmiş için 65 °C. Eti ısıdan bu derecelerde uzaklaştırdıktan sonra 5-10 dakika dinlendirin. Kalan ısı bir birkaç derece daha artacak ve etin mükemmelen pişmesini sağlayacaktır.

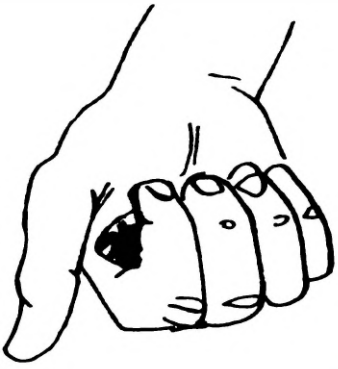
Ayrıca, bifteği nasıl pişirirseniz pişirin, ne kadar aç olduğunuza bakmadan, bir 5-10 dakika dinlendirin! Dinlendirmek proteinlere gevşeme ve suların etin her yerine orantılı bir şekilde dağılmasına imkân verecektir. Daha sonra eti enine kesin ki her lokma yumuşak olsun.

Köfte Kebaplar

24 kebap (4-6 kişilik)

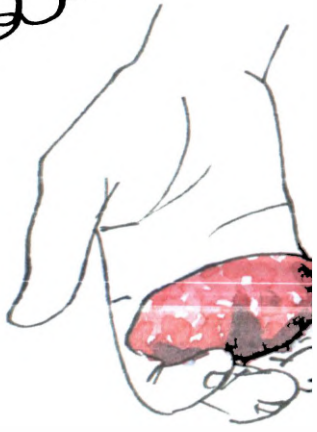
Küfte, köfte, kefta – adına ne derseniz deyin. Köfte torpido, disk, top veya çubuk şekilli bir et yemeğidir. Yakın ve Orta Doğu'nun orta ve batı bölgelerindeki hemen her ülkede yapılır ve güney Asya'da da değişik bir çeşidi bulunmaktadır. Arkadaşlarım benden bir İran usulü yemek istediklerinde köfte yaparım ama *Kuku Sabzi* veya bizim diğer karmaşık yemeklerimizden herhangi birini yapmak için onca zahmete girme fikrine bile dayanamıyorum.

1 büyük tutam safran
1 büyük sarı soğan, büyük rendelenmiş
700 gr kuzu kıyma (tercihen omuz etinden)
3 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş
1 1/2 çay kaşığı toz zerdeçal
6 çorba kaşığı çok ince kıyılmış maydanoz, nane veya kişnişten herhangi biri, ikisi veya hepsi
Taze çekilmiş karabiber
Tuz



Sayfa 287'de tarif edildiği gibi safran çayı hazırlayın. Soğanı bir süzgeçten geçirip suyunu iyice çıkarın ve atın.

Safran çayı, soğan, kuzu, sarımsak, zerdeçal, otlar ve bir tutam karabiberi büyük bir kâseye koyun. Üç büyük tutam karabiber ekleyin ve elinizle malzemeleri karıştırın. Elleriniz burada kullanışlı araçlardır; vücut ısınız yağı biraz eritecek, bu da malzemelerin birbirine daha iyi tutunmasını sağlayacaktır. **Karışımdan minik bir parçayı** kızartıp tuzuna ve diğer baharatına bakın. Bunları ihtiyaç varsa ayarlayın ve gerekirse bir parça daha kızartın ve yeniden tadın.



Karışım ağız tadınıza uygun hale gelince ellerinizi ıslatıp karışımdan uzun, üç kenarlı köfteler şekillendirmeye başlayın. Küçük torpidoları içine pişirme kâğıdı serdiğiniz bir fırın tepsisine dizin.

Kebapları mangalda, sıcak kömürlerin üstünde dışı kararıp içi hafifçe pişene kadar, 6-8 dakika tutun. Esmer renk almaya başladıklarında çevirerek her yerini eşit pişirin. Kebaplar piştiklerinde dokununca sert ama biraz bastırınca esnek olmalıdır. Pişip pişmediklerinden emin olamazsanız bir tanesini bölüp içine bakabilirsiniz – ortası pembe, etrafı kahve rengiyse, pişmiştir.

Evin içinde pişirmek için demirdöküm tavayı yüksek ısının üzerine koyun, tavanın dibini kaplayacak kadar zeytinyağı koyup 6-8 dakika pişirin. Pişerken her yüzünü bir kere çevirin.

Sıcak ya da oda ısısında, yanında **İran Usulü Pilav** (sf. 285) ve **İran Usulü Otlu Yoğurt** (sf. 369) ile ya da **Zencefil ve Lime'lı Havuç Rendesi** (sf. 227) ve **Şermula** (sf. 365) ile servis edin.

Çeşitlemeler

- Fas *Köftesi* yapmak için safranı çıkarın ve karışık otların yerine ¼ ölçü ince kıyılmış kişniş kullanabilirsiniz. Zerdeçalı ½ çay kaşığına indirin. 1 çay kaşığı toz kimyon, ¾ çay kaşığı pul biber, ½ çay kaşığı ince rendelenmiş zencefil ve küçük bir tutam tarçın kullanın. Yukarıdaki gibi devam edin.

- Türk *Köftesi* yapmak için arzu ederseniz dana eti kullanın. Zerdeçal, safran ve otları çıkarıp 1 çorba kaşığı Maraş biberi, ¼ ölçü ince kıyılmış maydanoz ve 8 ince kıyılmış nane yaprağı kullanın. Yukarıdaki gibi devam edin.

SOSLAR

İyi bir sos lezzetli bir yemeği geliştirebilir, o kadar lezzetli olmayanını da kurtarır. Sosları daima canlı bir lezzet sağlayan Tuz, Yağ ve Asidin güvenilir kaynakları olarak düşünün. Sosların tadına bakmak için onları beraber servis edeceğiniz yemekten bir lokmayla beraber tadın ve birlikte nasıl bir lezzet meydana getirdiklerine dair bir fikir edinin. Servisten hemen önce tuz, asit ve diğer tat vericileri ayarlayın.

SALSA MATEMATİĞİ

DOĞRANMIŞ SEBZELER

+ TUZ
+ÜZERİNİ KAPLAYACAK KADAR ZEYTİNYAĞI (YEMEĞİN ÜZERİNE DAMLATILAN SOS İÇİN BİRAZ DAHA FAZLA. KOYU BİR SOS İÇİNSE DAHA AZ KULLANIN)
+ASİTTE YUMUŞATILMIŞ SOĞAN

OTLU SALSA

Otlu Salsa

Otlu salsa yapmada mahir olunduktan sonra – sadece bir kere teşebbüs etmeniz yeterli, o kadar kolay – yüz tane çeşitleme yapabilirsiniz. Her çarşıya çıkışınızda bir demet maydanoz ya da kişniş almayı âdet edinin. Otları salsaya çevirerek bakliyat, yumurta, pilav, et, balık veya sebzenin – aslında aklınıza gelen her şeyin – üzerine koyun. Bu **İpeksi Tatlı Mısır Çorbası'**ndan **Ton Balığı Konfit**'e ve **Taşıma Bandı Tavuğu**'na kadar hemen bütün yemeği geliştirecek bir harekettir.

Maydanoz kullanırken yaprakları saplarından ayırın. Bu zor olabilir. Sapları daha sonra yapacağınız tavuk suyunda kullanmak üzere buzlukta saklayın. Öte yandan kişniş sapları otun en lezzetli kısmıdır. Lif miktarı daha azdır, onun için yumuşak sapları sosunuza katın.

Ben salsayı çok sever ve her şeyi elle doğramayı öneririm ama bu sizin için söz konusu değilse bu tarifler kesinlikle mutfak robotunda da uygulanabilir – kıvamları biraz daha koyu olacaktır. Farklı malzemeler makinede farklı hızda parçalanacağı için her şeyi ayrı ayrı doğrayın, sonra da her şeyi ayrı bir kâsede elinizle karıştırın.

Basit *Salsa Verde*

$^{3}/_{4}$ ölçü

3 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan (1 orta boy soğan)

3 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi

$^{1}/_{4}$ ölçü çok ince doğranmış maydanoz yaprakları

$^{1}/_{4}$ ölçü sızma zeytinyağı

Tuz

Küçük bir kâsede soğanla sirkeyi karıştırıp 15 dakika bekletin (bkz. sf. 118).

Başka bir küçük kâsede maydanoz, zeytinyağı ve bir büyük tutam tuzu karıştırın.

Servisten hemen önce delikli bir kaşık kullanarak soğanı (ama sirkesini değil) maydanozlu yağa katın. Karıştırıp tadına bakın ve ihtiyaç varsa sirke ekleyin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber. **İngiliz Bezelye Çorbası, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Yarma Tavuk, Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk, Tavuk Konfit, Taşıma Bandı Tavuk, Baharatlı Salamura Hindi Göğüs** veya ***Köfte* Kebap**'larıyla da deneyin.

Çeşitlemeler

- Gevrek bir **Kıtır Ekmek Salsa** için servisten hemen önce üç çorba kaşığı **Serpinti Kırıntı** (sf. 237) ekleyin.
- Salsa'ya biraz kıvam vermek için maydanozlu yağa 3 çorba kaşığı ince kıyılmış kavrulmuş badem, ceviz veya fındık ekleyin.
- Baharat tadı için maydanozlu yağa 1 çay kaşığı pul biber veya 1 çay kaşığı jalapeño ekleyin.
- Biraz daha tazelik için, maydanozlu yağa 1 çorba kaşığı doğranmış kereviz sapı ekleyin.
- Biraz sarımsak ateşi için 1 diş ince rendelenmiş veya dövülmüş sarımsak ekleyin.

- **Klasik İtalyan Salsa Verde** yapmak için maydanozlu yağa, 6 ince doğranmış ançüez filetosu ile 1 çorba kaşığı yıkanmış ve iri doğranmış kapari ekleyin.
- **Naneli Salsa Verde** yapmak için maydanozun yarısını çıkarıp yerine 2 çorba kaşığı ince kıyılmış nane ekleyin.

Kızarmış Adaçaylı *Salsa Verde*

1 ölçüye yakın

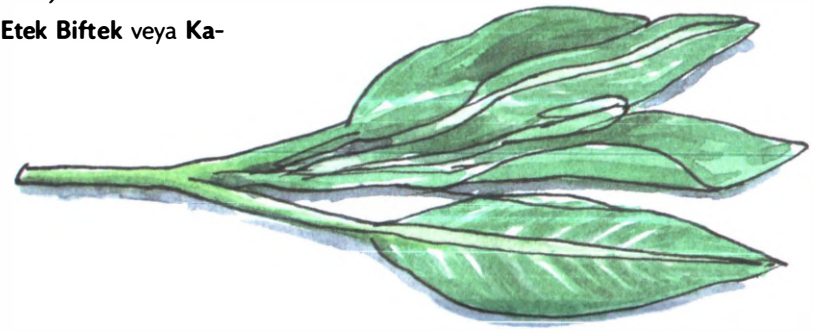
Basit *Salsa Verde*
24 adaçayı yaprağı
2 ölçü nötral yağ

Adaçayını kızartmak için sayfa 233'deki talimatları takip edin.

Servisten hemen önce adaçayını salsa'nın içine ufalayın. Salsa'nın tadına bakıp tuz ve asidini ayarlayın.

Artanları üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayın.

Servis önerileri: çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber. **İngiliz Bezelye Çorbası, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Yarma Tavuk, Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk, Tavuk Konfit, Taşıma Bandı Tavuk, Baharatlı Salamura Hindi Göğüs, Izgara Etek Biftek** veya **Kaburga Biftek** ile deneyin.



Klasik Fransız Otlu Salsa

3/4 ölçü

3 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan (1 orta boy soğan)
3 çorba kaşığı beyaz şarap sirkesi
2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış maydanoz yaprakları
1 çorba kaşığı çok ince kıyılmış frenkmaydanozu
1 çorba kaşığı çok ince kıyılmış frenksoğanı
1 çorba kaşığı çok ince kıyılmış fesleğen
1 çay kaşığı çok ince kıyılmış tarhun otu
5 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz

Küçük bir kâsede soğanla sirkeyi karıştırıp 15 dakika bekletin (bkz. sf. 118).

Başka bir küçük kâsede maydanoz, frenkmaydanozu, frenksoğanı, fesleğen, tarhun, zeytinyağı ve bir büyük tutam tuzu karıştırın.

Servisten hemen önce delikli bir kaşık kullanarak soğanı (ama sirkesini değil) otlu yağa katın. Karıştırıp tadına bakın ve ihtiyaç varsa sirke ekleyin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.

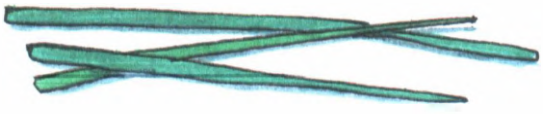
Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber, **Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Parmak Yalatan, Tavada Kızamış Tavuk, Tavuk Konfitle** beraber.

Çeşitlemeler

- Hafif ekşilik katmak için 1 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış kornişon ekleyin.
- Salsa'yı canlandırmak için sirke yerine limon suyu kullanın ve ½ çay kaşığı ince rendelenmiş limon kabuğu kullanın.





Meksika Usulü Otlu Salsa

Yaklaşık 1 ölçü

3 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan (1 orta boy soğan)

3 çorba kaşığı limon suyu

1/4 ölçü çok ince kıyılmış kişniş yapraklarıyla yumuşak sapları

1 çorba kaşığı kıylımış jalapeño biberi

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış taze soğan (hem yeşil hem de beyaz kısımları) 1/4 ölçü nötral yağ

Tuz

Küçük bir kâsede soğanla sirkeyi karıştırıp 15 dakika bekletin (bkz sf. 118).

Başka bir küçük kâsede kişniş, jalapeño, taze soğan, yağ ve bir büyük tutam tuzu karıştırın.

Servisten hemen önce delikli bir kaşık kullanarak soğanı (ama sirkesini değil) otlu yağa katın. Karıştırıp tadına bakın ve ihtiyaç varsa sirke ekleyin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber; **İpeksi Tatlı Mısır Çorbası, Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Biralı Hamurla Kaplı Balıktan Yapılan Balık Taco, Çıtır Tavuk, Taşıma Bandı Tavuk**'la beraber.

Çeşitlemeler

- Hafif gevreklik katmak için 3 çorba kaşığı nar tanesi veya ince kıyılmış hıyar, lahana veya jicama ekleyin.
- Biraz tatlılık için 3 çorba kaşığı küp doğranmış mango veya kumkat ekleyin.
- Biraz kremsilik için 3 çorba kaşığı minik küpler halinde doğranmış avokado ekleyin.
- **Kabak Çekirdeği Salsa** yapmak için 3 çorba kaşığı doğranmış, kavrulmuş kabak çekirdeği ekleyin.



Güneydoğu Asya Usulü Otlu Salsa

1 1/2 ölçü

3 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan (1 orta boy soğan)

3 çorba kaşığı lime suyu

¼ çorba kaşığı çok ince kıyılmış kişniş yapraklarıyla ince sapları

1 çorba kaşığı jalapeño biberi

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış taze soğan (yeşil ve beyaz kısımlar)

1 çay kaşığı ince rendelenmiş zencefil

5 çorba kaşığı nötral yağ

Tuz

Küçük bir kâsede soğanla sirkeyi karıştırıp 15 dakika bekletin (bkz. sf. 118).

Başka bir küçük kâsede kişniş, jalapeño, taze soğan, zencefil, yağ ile bir büyük tutam tuzu karıştırın.

Servisten hemen önce delikli bir kaşık kullanarak soğanı (ama lime suyunu değil) otlu yağa katın. Karıştırıp tadına bakın ve ihtiyaç varsa sirke ekleyin. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Hemen servis edin.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Çorbanın üzerinde veya etleri marinede; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber, **Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk, Taşıma Bandı Tavuk, Glaze Beş Baharatlı Tavuk, Izgara Etek** veya **Kaburga Biftek** ile beraber.

Japon Usulü Otlu Salsa

1 ölçü

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış maydanoz yaprakları

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış kişniş yapraklarıyla ince sapları

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış taze soğan (yeşil ve beyaz kısımlar)

1 çay kaşığı ince rendelenmiş zencefil

1/4 ölçü nötral yağ

1 çorba kaşığı soya sosu

3 çorba kaşığı tuzlu pirinç şarabı sirkesi

Tuz

Küçük bir kâsede maydanoz, kişniş, jalapeño, taze soğan, zencefil, yağ ve soya sosunu karıştırın. Servisten hemen önce sirkeyi ekleyin. Karıştırıp tadına bakın ve ihtiyaç varsa tuz ve asit ekleyin.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber, **Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk**, **Taşıma Bandı Tavuk**, **Glaze Beş Baharatlı Tavuk**, **Izgara Etek** veya **Kaburga Biftek** ile beraber.

Meyer Limon Salsa

1 1/4 ölçü

1 küçük Meyer limon

3 çorba kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan (1 orta boy soğan)

3 çorba kaşığı beyaz şarap sirkesi

1/4 ölçü çok ince kıyılmış maydanoz yaprakları

1/4 ölçü sızma zeytinyağı

Tuz

Limonu boyuna dörde bölüp orta kısımlarıyla çekirdeklerini çıkarın. Temizlediğiniz limonu kabuğu da dahil küçük küpler halinde doğrayın. Küçük bir kâsede limon parçalarını ve koruyabildiğiniz kadar suyunu soğan ve sirkeyle karıştırın. 15 dakika bekletin (bkz sf. 118).

Başka bir küçük kâsede maydanoz, zeytinyağı, zeytinyağı ile bir büyük tutam tuzu karıştırın. Servis için delikli bir kaşık kullanarak limon ve soğan karışımını (ama sirkesini değil) otlu yağa katın. Tadına bakın ve ihtiyaç varsa tuzuyla asidini ayarlayın.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: çorbanın üzerinde; ızgara, poşe, kızartma veya haşlama balık ve etle beraber; ızgara, kızartma veya haşlanmış sebzeyle beraber, **Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk**, **Tavuk Konfit** veya **Taşıma Bandı Tavuk**'la beraber.

Çeşitlemeler

- **Meyer Limon ve Zeytin Sosu** yapmak için tuzu azaltıp 3 çorba kaşığı doğranmış, çekirdeksiz zeytin ekleyin.

- **Meyer Limon ve Feta Sosu** yapmak için tuzu azaltıp 3 çorba kaşığı ufalanmış koyun sütünden yapılmış feta peyniri ekleyin.

Kuzey Afrika'dan *Şermula*

1 ölçü

½ çay kaşığı kimyon tohumu
½ ölçü sızma zeytinyağı
1 ölçü iri doğranmış kişniş yapraklarıyla ince sapları
1 diş sarımsak
1.5 cm'lik bir zencefil yumrusu, soyulup dilimlenmiş
½ küçük boy jalapeño biberi, çekirdekleri çıkarılmış
4 çay kaşığı lime suyu
Tuz

Kimyon tohumlarını küçük, kuru bir tavada ve orta ateş üzerinde, tavayı devamlı çevirerek kavurun. 3 dakika kadar sonra birkaç tohum patlayıp lezzetli rayihasını koyuverince kimyon tohumlarını ocaktan alın. Hemen bir havana veya baharat öğütücüsüne aktarıp bir tutam tuzla beraber dövün veya çekin.

Yağ, kavrulmuş kimyon, kişniş, sarımsak, zencefil, jalapeño, lime suyu ve iki büyük tuzu blendere koyup iri parça ve büyük yaprak kalmayıncaya kadar karıştırın. Tadına bakın ve ihtiyaç varsa tuzuyla asidini ayarlayın. Arzu ettiğiniz kıvam için gerekirse su ekleyin. Servis edene kadar üzerini kapatıp buzdolabında saklayın.

Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Mayoneze karıştırıp hindili sandviçte sos olarak kullanın; yağı ¼ ölçüye düşürüp balık ya da tavuk için marine olarak kullanın; pilav, nohut veya kuskusla, haşlama kuzu veya tavukla, ızgara et veya balıkla servis edin. **Avokado Salatası** veya **Havuç Çorbası**'nın üzerine damlatın; **İran Usulü Pilav, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk, Taşıma Bandı Tavuk** veya ***Köfte* Kebap**'larla beraber servis edin.

Hint Usulü Hindistancevizi ve Kişnişli Acı Sos

1 ölçü

1/2 çay kaşığı kimyon tohumu

2 çay kaşığı lime suyu

1/2 ölçü taze veya dondurulmuş rende hindistancevizi

1 ölçü iri doğranmış kişniş yapraklarıyla ince sapları (1 demet)

1-2 diş sarımsak

12 taze nane yaprağı

1/2 küçük boy jalapeño biberi, çekirdekleri çıkarılmış

1/4 çay kaşığı şeker

Tuz

Kimyon tohumlarını küçük, kuru bir tavada ve orta ateş üzerinde, tavayı devamlı çevirerek kavurun. 3 dakika kadar sonra birkaç tohum patlayıp lezzetli rayihasını koyuverince kimyon tohumlarını ocaktan alın. Hemen bir havana veya baharat öğütücüsüne aktarıp bir tutam tuzla beraber dövün veya çekin.

Kalın parçalar bitene kadar lime suyu, hindistancevizi ve sarımsağı blender veya mutfak robotunda 2 dakika kadar çekin. Kimyon tohumu, kişniş, nane yaprağı, jalapeño, şeker ve bol miktar tuzu ekleyip parçalar ve yapraklar kaybolana kadar 2-3 dakika karışmasını bekleyin. Tadına bakıp tuzu ve asidini ayarlayın. İnceltmek gerekiyorsa akışkan kıvama gelene kadar su ekleyin. Üzerini kapatın ve servis edene kadar buzdolabına kaldırın.

Buzdolabında 3 güne kadar saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Haşlanmış mercimek veya balık ve tavuklar için marine sosu olarak kullanabilirsiniz. **Hint Usulü Acılı Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk, Hint Usulü Acılı Kızarmış Tavuk, Taşıma Bandı Tavuğu, Salamura Edilmiş Acılı Hindi Göğüs, Köfte Kebap**'larla beraber servis edin.

Çeşitleme

- Taze veya donmuş hindistancevizi bulamazsanız ½ ölçü kurutulmuş hindistancevizinin üzerine 1 ölçü kaynamış su döküp 15 dakika bekletin. Süzüp yukarıdaki gibi devam edin.

Salmoriglio
Sicilya Usulü Kekikotu Sosu

1/2 ölçü

1/4 ölçü çok ince kıyılmış maydanoz

2 çorba kaşığı çok ince kıyılmış taze kekikotu veya farekulağı ya da 1 çorba kaşığı kurutulmuş kekik

1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da dövülmüş

1/4 ölçü sızma zeytinyağı

2 çorba kaşığı limon suyu

Tuz

Maydanoz, kekikotu, sarımsak ve zeytinyağını bir büyük tutam tuzla küçük bir kâsede karıştırın. Servisten hemen önce limon suyunu ekleyin. Tadına bakın ve ihtiyaç varsa tuzuyla asidini ayarlayın. Hemen servis edin. Kalanı üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Izgara ya da kızartma balık veya etle; ızgara, fırınlanmış veya haşlama sebzeyle; **Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Ton Balığı Konfit, Çıtır Tavuk**'la beraber servis edin.

Çeşitleme

- Izgara etin üzerine koymak amacıyla **Arjantin Chimichurri** sosu yapmak için sosa 1 çay kaşığı pul biber ve 1-2 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi ekleyin.



Yoğurtlu Sos

Çocukken her şeyin – hatta itiraf ediyorum, makarnanın dahi – üzerine yoğurt koyardım. Lezzetinden ziyade yemeği soğuttuğu için. Daha sonraları yoğurdu kıvamı ve asiditesinden dolayı ve hem ağır hem de kuru yemekleri eşit ölçüde tamamladığı için sever oldum.

Bu yoğurtlu sosları **Hint Usulü Baharatlı Somon, *Adas Polo*, Izgara Enginar, İran Usulü Kızarmış Tavuk** veya **İran Usulü Pilav**'ın yanında servis edin. Veya gevrek çiğ sebzeleri ya da sıcak bazlamayı banabilirsiniz. Ben süzme yoğurt ya da labneyle başlamayı tercih ediyorum ama her türlü sade yoğurt kullanabilirsiniz.

Otlu Yoğurt

1 3/4 ölçü

1 1/2 ölçü sade yoğurt
1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
2 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz
2 çorba kaşığı ince kıyılmış kişniş yaprakları ve ince sapları
8 nane yaprağı, ince kıyılmış
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz

Orta boy bir kâsede yoğurt, maydanoz, kişniş, nane yaprakları ve zeytinyağını bir büyük tutam tuzla karıştırın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Üzerini kapatıp servis edene kadar soğutun.

Üzerini kapatıp 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitleme

- **Hint Usulü Havuç *Raita*** için zeytinyağını çıkartın. ½ ölçü iri rendelenmiş havuç ve 2 çay kaşığı ince çekilmiş taze zencefili yoğurda ekleyin. 2 çorba kaşığı sadeyağ veya nötral yağı küçük bir tavada orta ateşte eritin. 1 çay kaşığı kimyon tohumu, 1 çay kaşığı kara hardal tohumunu ve 1 çay kaşığı kişniş tohumunu 30 saniye ya da ilk tohumlar patlayıncaya kadar cızırdatın. Hemen yoğurt karışımına ekleyip karıştırın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Üzerini kapatıp servis edene kadar soğutun.

İran Usulü Otlu ve Hıyarlı Yoğurt

2 ölçü

¼ ölçü kara veya sarı üzüm

1 ½ ölçü sade yoğurt

1 hıyar, soyulmuş ve küçük küpler halinde doğranmış

¼ ölçü ince kıyılmış taze nane yaprakları, dereotu, maydanoz ve kişnişten elde bulunanlarla bir karışım

1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş

¼ ölçü kavrulmuş ceviz, irice doğranmış

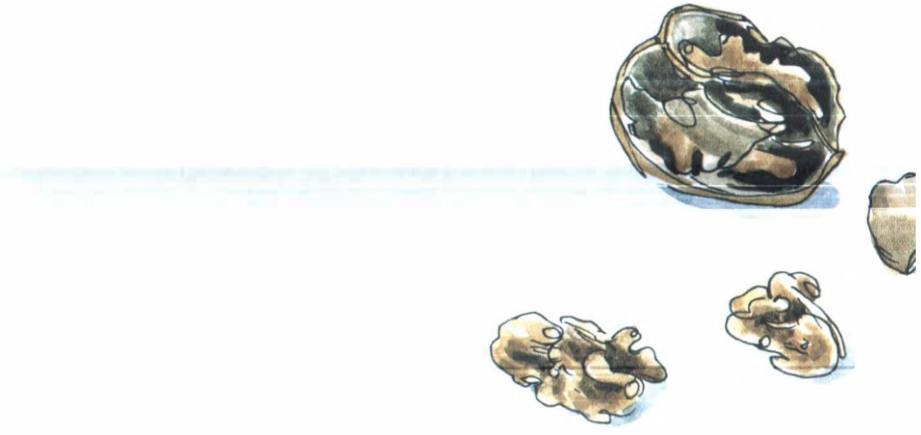
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı

Büyük bir tutam tuz

İsteğe bağlı: Süslemek için kurutulmuş gül yaprağı

Üzümleri küçük bir kâsede kaynamış suda bekletin. 15 dakika su çekip şişsinler. Suyu süzüp orta boy bir kâseye koyun. Yoğurt, salatalık, otlar, sarımsak, ceviz, zeytinyağı ve tuzla karıştırın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın. Servise kadar soğutun. Arzuya göre üzerine ufalanmış kuru gül yaprakları serpip servis edin.

Üzerini kapatıp buzdolabında 3 güne kadar saklayabilirsiniz.



Borani Esfenaj
İran Usulü Ispanaklı Yoğurt

2 1/4 ölçü

4 ölçü sızma zeytinyağı
700 gr ıspanak, ayıklanıp yıkanmış
1/4 ölçü ince kıyılmış kişniş yaprağı ve ince sapları
1-2 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş
1 1/2 ölçü sade yoğurt
Tuz
1/2 çay kaşığı limon suyu

Büyük bir kızartma tavasını yüksek ateşte ısıtın, 2 çorba kaşığı zeytinyağı ekleyin ve titremeye başlayınca ıspanağı ekleyerek 2 dakika kadar soteleyin. Eğer tava ıspanağın hepsini almazsa ıspanağı ikiye bölüp ayrı ayrı soteleyin. Pişen ıspanağı hemen tavadan alıp içinde pişirme kâğıdı serili bir fırın tepsisine tek kat halinde yayın. Böylece ıspanağın fazla pişip rengini kaybetmesinin önüne geçmiş olursunuz.

Ispanak elle tutulacak kadar soğuyunca suyunu sıkıp ince ince kıyın.

Orta boy bir kâsede ıspanak, kişniş, sarımsak, yoğurt ve kalan 2 kaşık zeytinyağını ekleyin. Tuz ve limonu ilave edin. Karıştırın ve tadına bakıp tuzuyla asidini ayarlayın. Servise kadar soğutun.

Üzerini kapatarak 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.



Mast-o-Laboo
İran Usulü Pancarlı Yoğurt

2 ölçü

3-4 orta boy kırmızı veya sarı pancar, temizlenmiş
1 1/2 ölçü sade yoğurt
2 çorba kaşığı ince kıyılmış taze nane
İsteğe bağlı: 1 çay kaşığı ince kıyılmış taze tarhun
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz
1-2 çay kaşığı kırmızı şarap sirkesi
İsteğe bağlı: Çörekotu

Pancarları sayfa 218'de tarif edildiği gibi kızartıp kabuklarını soyun. Soğutun.

Pancarları iri rendeleyip yoğurda katın. Nane, tarhun, kullanıyorsanız zeytinyağı, tuz ve 1 çay kaşığı kırmızı şarap sirkesini ekleyin. Karıştırıp tadın ve tuzuyla asidini ayarlayın. Servis edene kadar soğutun. Arzu ederseniz üzerine çörekotu serpin.

Üzeri kapalı olarak 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Mayonez

Mayonez kadar ihtilaf yaratmış başka bir sos olmayabilir ama ben hayranlar tarafında yer alıyorum. Ve bir öğretmen olarak, ufak bir mutfak kimyasını anlatmak için öğrencilerle beraber mayonez yapmak, bozmak ve düzeltmekten daha iyi bir yol düşünemiyorum. Her seferinde adeta bir mucize meydana geliyor. Mayonez yapmanın ve düzeltmenin incelikleri hakkındaki bilgilerinizi tazelemek için sayfa 86'daki resimli tarife yeniden göz atın.

Tartar veya **Sezar Sos** gibi soslar için baz olarak mayonez yaparken tuz katmayın, mayonezi mümkün olduğu kadar koyu kıvamlı yapın zira sonradan ekleyeceğiniz bütün malzemeler onu tuzlu yapacak ve inceltecektir. Öte yandan, sürmek için mayonez yapıyorsanız tuzu birkaç çorba kaşığı suda ya da limon suyu veya sirke, artık hangi asidi kullanıyorsanız onun içinde eritip ekleyin. Tuzu eritmeden eklerseniz tadına bakmadan önce mayonezin tuzu emmesini beklemeniz gerekir. Bu yolu seçerseniz tuzu yavaş yavaş ekleyin arada bir tadına bakıp ayarlama yapın.

İtalyan, Fransız veya İspanyol yemekleriyle servis edeceğiniz **Aïoli, Otlu Mayonez** veya ***Rouille***'ye bir Akdeniz lezzeti eklemek için zeytinyağı kullanın. **Klasik Sandviç Mayonezi** veya **Tartar Sos'**ta kullanmak üzere Amerikan tarzı bir baz yapmak için üzüm çekirdeği yağı veya mengenede sıkılmış kanola yağı gibi nötral bir yağ kullanın.

Basit Mayonez

¾ ölçü

Oda ısısında 1 yumurta sarısı

¾ ölçü yağ (hangi yağı kullanacağınız konusunda yardım için sayfa 372'e bakın)

Yumurta sarısını derin, orta büyüklükte metal veya seramik bir kâseye koyun. Bir mutfak havlusunu ıslatıp uzun bir rulo haline getirdikten sonra tezgâhın üzerinde bir halka haline getirin. Kâseyi halkanın içine yerleştirin – böylece çırpma sırasında kâse sabit kalacaktır. (Ve eğer elle çırpmak söz konusu değilse blender, mikser veya mutfak robotu da kullanabilirsiniz.)

Yağı damla damla akıtarak yumurta sarısına yedirmek için bir kepçe veya ağızlıklı bir şişe kullanın. Çok yavaş damlatın ve çırpmayı hiç bırakmayın. Yağın yarısını ekledikten sonra bir seferde damlattığınız yağ miktarını arttırmaya başlayabilirsiniz. Mayonez çırpılamayacak kadar katılaşırsa bir çay kaşığı kadar su – veya daha sonra hangi asidi eklemeyi planlıyorsanız onu – ekleyerek biraz inceltin.

Mayonez bozulursa düzeltmek için sayfa 86'ya danışın.

Artan mayonezin üzerini kapatarak buzdolabında 3 güne kadar saklayabilirsiniz.

Klasik Sandviç Mayonezi

¾ ölçü

1 ½ çay kaşığı elma sirkesi

1 çay kaşığı limon suyu

¾ çay kaşığı sarı hardal tozu

½ çay kaşığı şeker

Tuz

¾ ölçü katı **Basit Mayonez**

Küçük bir kâsede sirkeyle limon suyunu karıştırın. Karıştırmaya devam ederek hardal tozu, **şeker ve bir büyük tutam tuzu eritin. Karışımı mayoneze karıştırın. Tadına bakıp tuzla asidi** ayarlayın. Üzerini kapatıp servis edene kadar soğutun.

Üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis Önerileri: Jambon, marul ve domatesli sandviçte veya **Klasik Güney Lahana Salatası'**nda ya da **Baharatlı Salamura Hindi Göğsü** ile yapılmış sandviçlerde.

Aïoli
Sarımsaklı Mayonez

3/4 ölçü

Tuz

4 çay kaşığı limon suyu

3/4 ölçü katı **Basit Mayonez**

1 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş

Büyük bir tutam tuzu limon suyunda eritin. Mayoneze karıştırın ve sarımsak ilave edin. Tadına bakıp tuzla asidi ayarlayın. Üzerini kapatıp servis edene kadar soğutun.

Üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Haşlanmış, ızgara veya kızarmış sebzelerle, özellikle de küçük patates, kuşkonmaz veya enginarla; ızgara balık veya etle, **Izgara Enginar, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Biralı Hamura Bulanmış Balık, *Fritto* Misto, Ton Balığı Konfit, Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk**'la, **Baharatlı Salamura Hindi Göğsü, Izgara Etek** veya **Kaburga Biftek**'le yapılmış sandviçlerle.

Otlu Mayonez

1 ölçü

Tuz

3/4 ölçü katı **Basit Mayonez**

1 çorba kaşığı limon suyu

4 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz, frenkmaydanozu, frenksoğanı, fesleğen ve tarhun otlarından herhangi bir kombinasyon

1 diş sarımsak, ince rendelenmiş veya bir tutam tuzla dövülmüş

Büyük bir tutam tuzu limon suyunda eritin. Mayoneze karıştırın ve otlarla sarımsağı ilave edin. Tadına bakıp tuzla asidi ayarlayın. Üzerini kapatıp servis edene kadar soğutun.

Üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Haşlanmış, ızgara veya kızarmış sebzelerle, özellikle de küçük patates, kuşkonmaz veya enginarla; ızgara balık veya etle, **Izgara Enginar, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Biralı Hamura Bulanmış Balık, *Fritto* Misto, Ton Balığı Konfit, Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk**'la, **Baharatlı Salamura Hindi Göğsü, Izgara Etek** veya **Kaburga Biftek**'le yapılmış sandviçlerle.

Rouille
Biberli Mayonez

1 ölçü

Tuz

3-4 çay kaşığı kırmızı şarap sirkesi

$^{3}/_{4}$ ölçü katı **Basit Mayonez**

$^{1}/_{3}$ ölçü **Basit Biber Salçası**

1 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş

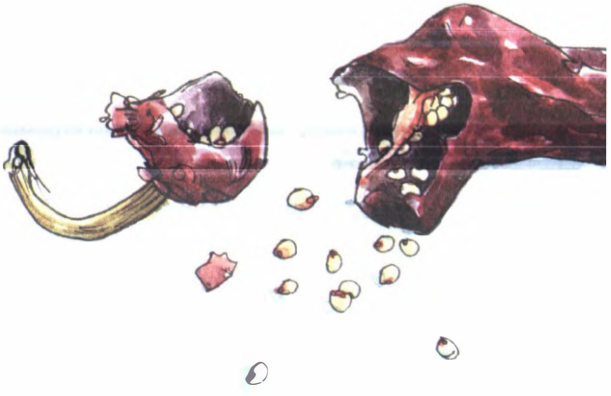
Sirkede büyük bir tutam tuzu eritin. Bunu biber salçası ve sarımsakla beraber mayoneze karıştırın. Biber salçasıyla sirke önce mayonezi inceltiyor gibi görünse de sos birkaç saat buzdolabında kalınca yeniden koyulaşacaktır. Servise kadar üzeri kapalı halde soğutun.

Çeşitleme

- **Chipotle Mayonez** yapmak için biber salçasının yerine 1/3 ölçü konserve chipotle biberi püresi kullanın.

Üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Servis önerileri: Haşlanmış, ızgara veya kızarmış sebzelerle, özellikle de küçük patates, kuşkonmaz veya enginarla; ızgara balık veya etle, **Izgara Enginar, Fırında Yavaş Kızarmış Somon, Biralı Hamura Bulanmış Balık, *Fritto* Misto, Ton Balığı Konfit, Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk**'la, **Baharatlı Salamura Hindi Göğsü, Izgara Etek** veya **Kaburga Biftek**'le yapılmış sandviçlerle.



Tartar Sos

1 1/4 ölçü

2 çay kaşığı küçük küpler halinde doğranmış soğan

1 çorba kaşığı limon suyu

1/2 ölçü katı **Basit Mayonez**

3 çorba kaşığı doğranmış kornişon

1 çorba kaşığı salamura kapari, yıkanıp süzülmüş ve doğranmış

2 çay kaşığı ince kıyılmış maydanoz

2 çay kaşığı ince kıyılmış frenkmaydanozu

1 çay kaşığı ince kıyılmış frenksoğanı

1 çay kaşığı ince kıyılmış tarhun

1 **On Dakika Haşlanmış Yumurta** (sf. 304), iri doğranmış ya da rendelenmiş

1/2 çay kaşığı beyaz şarap sirkesi

Tuz

Küçük bir kâsede soğanları 15 dakika limon suyunda bekleterek yumuşatın.

Orta boy bir kâsede mayonez, kornişon, kapri, maydanoz, frenkmaydanozu ve soğanı, tarhun, yumurta ve sirkeyi karıştırın. Tuzlayın. Küp soğanları ekleyin ama limon suyunu ayırın. Karıştırıp tadına bakın. İhtiyaç varsa limon suyunu ekleyip tekrar tadın ve tuzla asidini ayarlayın. Üzerini kapatıp soğutun.

Artanları üzeri kapalı halde 3 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Biralı Hamura Bulanmış Balık veya **Karides**'in, ***Fritto Misto***'nun yanında servis edin.

Biber Sosu

Biber soslarından çok güzel çeşni, bandırma sosu ve sandviç malzemesi olur. Hepsinde olmasa da çoğu kültürün mutfağında temel malzemesi biber salçası olan çeşniler yer alır. Hem bunlar her zaman aşırı baharatlı da değildir. Biber salçasını bakliyat, pilav, çorba veya yahnilere katıp lezzeti arttırabilirsiniz. Izgara veya kızartma yapmadan önce etin üzerine sürün ya da haşlamaya bir miktar ekleyin. Mayoneze biber salçası eklersiniz **Ton Balığı Konfit** ile yapılan sandviçe çok yakışan Fransız ***Rouille*** elde edersiniz. Kuzey Afrika biber sosu ***Harissa***'yı ***Köfte Kebap***'larla, ızgara balık, et ve sebzelere ve poşe yumurtayla beraber servis edin. Katalan biber ve ceviz sosu koyu kıvamlı *Romesco* sebze ve krakerler için harika bir bandırma sosudur. Bunu biraz sulandırırsanız kızartma veya ızgara sebze, balık ve etler için mükemmel bir çeşni olur. Lübnan'dan narlı, ceviz ve biber sosu ***Muhammara***'yı sıcak bazlama ve çiğ sebzelerle birlikte servis edin.

Basit Biber Sosu

1 ölçü

85 gr (10-15 tane) kurutulmuş acı biber
4 ölçü kaynamış su
$^3/_4$ ölçü sızma zeytinyağı
Tuz

Cildiniz hassassa parmaklarınızı korumak için lastik eldiven giyin. Acı biberleri ikiye kesip saplarıyla çekirdeklerini ayıklayın. Biberleri yıkayıp ısıya dayanıklı bir kâsede kaynar suya koyun, suyun içinde kalmalarını sağlamak için de üzerlerine bir düz tabak koyun. 30-60 dakika bu şekilde kaldıktan sonra ¼ ölçülük kısmını ayırıp kalan suyu süzün.

Biberleri, yağı ve tuzu bir blender ya da mutfak robotuna koyup en az 3 dakika pürüzsüz olana kadar çekin. Karışım çok koyuysa ayırdığınız sudan biraz ekleyerek inceltin. Tadıp tuzunu ayarlayın. 5 dakika çektikten sonra bile salçanız tamamen pürüzsüz değilse ince bir **süzgeçten geçirin ve bir silikon spatulayla kalan biber zarlarını çıkarın.**

Üzerini yağla kaplayın, sıkıca sarın ve 10 güne kadar buzdolabında saklayın. 3 aya kadar dondurun.

Harissa
Kuzey Afrika Biber Sosu

1 ölçü

1 çay kaşığı kimyon tohumu
1/2 çay kaşığı kişniş tohumu
1/2 çay kaşığı Frenk kimyonu tohumu
1 ölçü **Basit Biber Sosu**
1/4 ölçü güneşte kurutulmuş domates, iri doğranmış
1 diş sarımsak
Tuz

Kimyon, kişniş ve Frenk tohumlarını küçük ve kuru bir tavada orta ateşte tavayı devamlı çevirerek kavurun. İlk tohumlar patlayıp güzel kokularını dışarı verene kadar 3 dakika kavurun. Ateşten alın. Tohumları hemen bir havan ya da baharat öğütücüye aktarın. Bir tutam tuzla ince çekin.

Biber salçası, domates, sarımsağı bir mutfak robotu ya da blenderde karıştırıp pürüzsüz hale getirin. Kavrulmuş tohumları da ekleyip tuzlayın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın.

Artanı 5 güne kadar üzeri kapalı olarak buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitleme

- ***Romesco*** adı verilen Katalan biber sosunu yapmak için kimyon, kişniş ve Frenk kimyonunu çıkarıp ½ ölçü kavrulmuş badem ve ½ ölçü kavrulmuş fındığı bir mutfak robotunda ince çekin veya havanda birlikte dövün. Fındık ve badem ezmesini orta boy bir kâsede kenara ayırıp biber salçası, domates ve sarımsağı yukarıda tarif edildiği gibi püre yapın. Fındıkla bademe ekleyip bir de 2 çorba kaşığı kırmızı şarap sirkesi, 1 ölçü kavrulmuş Serpinti Kırıntı (sf. 237) ve tuz katın. Karıştırın, tadına bakıp ihtiyaç varsa tuz ve asit ekleyin. Sos koyu kıvamlı olacaktır, o yüzden suyla istediğiniz kıvama getirin.

Muhammara
Lübnan Usulü Biber ve Ceviz Sosu

2 1/2 ölçü

1 çay kaşığı kimyon
1 1/2 ölçü ceviz
1 ölçü **Basit Biber Salçası**
1 diş sarımsak
1 ölçü kavrulmuş **Serpinti Kırıntı** (sf. 237)
2 çorba kaşığı artı 1 çay kaşığı nar ekşisi
2 çorba kaşığı artı 1 çay kaşığı limon suyu
Tuz
Fırını 175 °C'de ısıtın.

Kimyon tohumlarını küçük ve kuru bir tavada, orta ateşin üzerinde tavayı devamlı çevirerek kavurun. İlk tohumlar patlayıp güzel kokularını dışarı verene kadar 3 dakika kavurun. Ateşten alın. Tohumları hemen bir havan ya da baharat öğütücüye aktarın. Bir tutam tuzla ince çekin.

Cevizleri bir fırın tepsisine tek kat halinde yayın ve fırına verin. Bir saati 4 dakika sonraya kurun ve alarm çalınca cevizleri kontrol edin ve her taraflarının esmerleşmesi için çevirin. 2-4 dakika daha hafifçe esmerleşene ve ısırdığınızda kavrulmuş tat alıncaya kadar kavurmaya devam edin. Fırından ve tepsiden çıkarıp soğumaya bırakın.

Biber salçası, soğumuş cevizler ve sarımsağı bir mutfak robotu ya da blenderde karıştırıp pürüzsüz hale getirin.

Nar ekşisi, limon sosu ve sarımsağı da ilave edip iyice karıştırın. Tadına bakıp tuzunu ve asidini ayarlayın.

Artanı 5 güne kadar üzeri kapalı olarak buzdolabında saklayabilirsiniz.

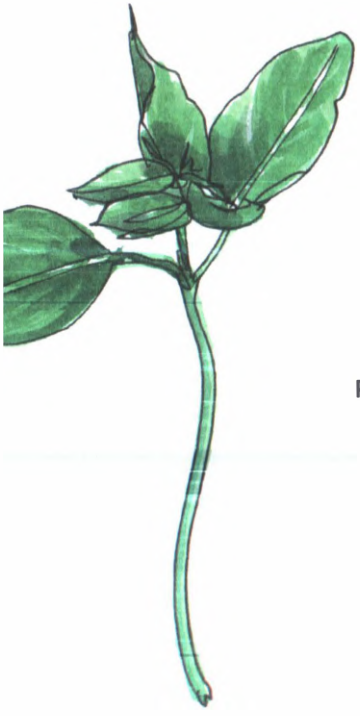
Pesto

Bir keresinde küçük bir çocuk boyutunda (ve ağırlığında) bir havanı olan bir şefin yanında çalışmıştım. Her ne kadar bu havanı kullanmak zor olsa ve ortalık fena dağılsa da pesto yaparken, "mutfak atalarımızla daha iyi bağlantı kurabilmek" için onu kullanmamızda ısrar ederdi. (Ve İtalyancada *pesto* "dövülmüş" anlamına geliyor.) Bu yoruma herkesin bıyık altından güldüğünü tahmin edersiniz ve hepimiz yeri geldiğinde onun dikkatini başka yere çekip pestoyu blenderde yaptık.

Fakat şunu da teslim etmeliyim ki dövülmüş pesto daima blenderde çekilen pestodan daha lezzetli oluyordu. Ben artık zamandan tasarruf etmek ve akıl sağlığımı korumak için karma bir yöntem kullanarak kuru yemişle sarımsağı bir havanda ayrıca dövüp fesleğeni bir blenderde çekiyor, en son da her şeyi büyük bir kâsede karıştırıyorum.

En lezzetli pesto için kuruyemiş ve peyniri esirgemeyin. Makarna sosu olarak kullanacaksanız pestoyu kaşıkla büyük bir kâseye koyup pişmiş ve süzülmüş makarnayı üzerine ekleyin. Gerekirse makarna suyuyla sosu seyreltin ve üzerine biraz daha Parmesan serpiştirin. Pesto, yeşil kalması için, ısıtılmayan nadir makarna soslarındandır.

Pesto sosun anavatanı Linguria'da kaynamış küçük patates, taze fasulye, ikiye kesilmiş çeri domates veya iri tatlı kırmızı domates parçaları da genellikle son dakikada *pasta al pesto*'ya eklenir. Rapini veya kıvırcık lahanayla yapılmış daha acı pestoları makarnayı sosladıktan sonra birkaç yumru taze ricotta peyniri ekleyerek dengeleyin.



Pesto çok yönlüdür, onun için onu sadece makarna bölümüne hapsetmektense sosların arasına kattım. Başlangıç için bazı fikirler: Pestoyu Çıtır Tavuğun derisinin altına verip öyle kızartın, biraz suyla seyreltip ızgara veya kızartma balık veya sebzelerin üzerine gezdirin ya da ricottayla karıştırıp **Ricotta ve Domates Salatalı Ekmek**'lere ekleyin.

Fesleğen Pesto

1 1/2 ölçü

3/4 ölçü sızma zeytinyağı

2 sıkıştırılmış ölçü (2 büyük demet kadar) taze fesleğen yaprağı

1-2 diş sarımsak, ince rendelenmiş ya da bir tutam tuzla dövülmüş

1/2 ölçü çam fıstığı, hafif kavrulup dövülmüş

100 gr Parmesan, ince rendelenmiş artı biraz da servis için (1 tepeleme ölçü)

Tuz

Fesleğeni blenderde çekmenin sırrı fazla ince çekmekten kaçınmaktır zira motorun ısısı aşırı doğramadan kaynaklanabilecek oksidasyonla beraber fesleğenin rengini karartacaktır. Bunun için fesleğeni önce bıçakla doğrayarak bir avantaj elde edin. Ayrıca fesleğenin çabucak sıvılaşması için blenderin dibine ya da robotun kâsesine zeytinyağının yarısını dökün. Sonra, darbe ayarında ve dakikada iki kere durup silikon spatulayla yaprakları aşağı iterek, fesleğenli yağ güzel bir koku salıverene ve zümrüt yeşili bir girdap havuzuna benzeyene kadar çekin.

Fesleğeni fazla çekmekten kaçınmak için, pestonun son işlemini bir kâsede yapın. Fesleğenli yağı orta boy bir kâsenin içine dökün ve sarımsak, çam fıstığı ve Parmesanın bir kısmını ekleyin. Karıştırıp tadına bakın. Sarımsağı mı eksik? Tuzu mu? Peyniri mi? Çok mu koyu? O vakit biraz daha yağ ekleyin veya biraz makarna suyu eklemeyi planlayın. Düzeltip yeniden tadın ve unutmayın, pesto biraz beklerse tatlar birleşecek, sarımsak daha belirgin hale gelecek ve tuz çözünecektir.

Birkaç dakika dinlendirdikten sonra tadına bakıp yeniden tatları ayarlayın. Oksitlenmemesi için üzerini kaplayacak şekilde zeytinyağı ekleyin.

Üzeri kapalı olarak 3 güne kadar buzdolabında, 3 aya kadar buzlukta saklayabilirsiniz.

Çeşitlemeler

- Pestoda birçok malzemeyi değiştirmek mümkündür. Yukarıda verilen ölçülere bağlı kalın ama yeşillikleri, kuru yemişleri ve peyniri akşam yemeğinde ne yemek istediğinizde ve elinizde bulunanlara bağlı olarak değiştirin:

Yeşillikleri Değiştirin

Pişmiş yeşillikler: Rapini, kıvırcık lahana, yabani ısırgan, pazı

Çiğ, narin yeşillikler: Roka, bezelye filizi, ıspanak, kuzu pazı

Otlu pesto: Maydanoz, adaçayı, kekikotu, nane

Allium pesto: Taze sarımsak

Turpgillerden pesto: Brokoli, karnabahar, *Romanesco*

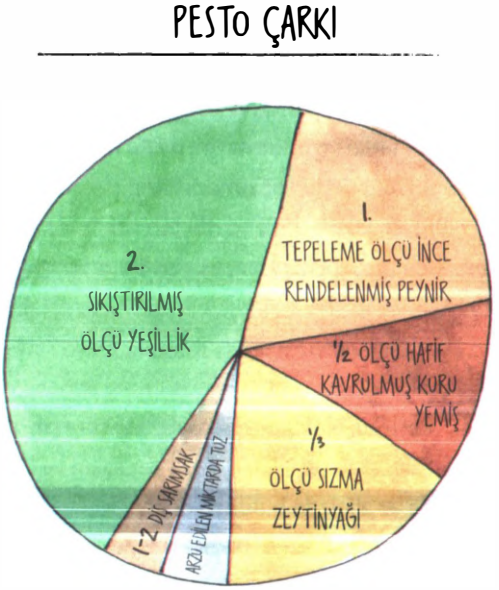
Kuru Yemişleri Değiştirin

Aklınıza gelen her türlüsünü kullanabilirsiniz. Ya çiğ ya da hafifçe kavrulmuş kullanın:

Çam fıstığı
Ceviz
Fındık
Badem
Yer fıstığı
Pecan cevizi
Macadamia

Peyniri Değiştirin

Pesto için harika bir tuz, yağ ve asit kaynağı olan peyniri de değiştirin. En geleneksel pestolarda tek asit kaynağıdır! Hemen bütün sert peynirler kullanılabilir. Geleneksel peynirler Parmesan ve *pecorino Romano*'dur ama *Asiago, grana Padano*, hatta dinlendirilmiş *Manchego* bile olur.



TEREYAĞI VE UNLU HAMURLAR

Hamur işi hassasiyet isteyen bir mutfak işidir. Bir hamur işi tarifinde ısıdan titizlikle belirlenmiş ölçülere, belli malzemelerin başlattığı kimyasal tepkimelere kadar her şeyin bir sebebi vardır. Bir hamur işinin hayatî özelliklerini değiştirmek yerine farklı baharat, ot ve tatlar kullanmak suretiyle kendi imzanızı atın.

Hamur işinde tarifi mümkün olduğu kadar harfi harfine uygulamak gerekir. Ve şahsen mutfak aletlerine genellikle pek düşkün olmasam da burada bir dijital mutfak tartısına yatırım yapmanızı öneririm. Hacimden ziyade ağırlıklarla hamur yapmaya başladığınızda göreceksiniz ki hamur işlerinizde dikkate değer bir nitelik değişimi ve tutarlılık meydana gelecektir. Kuru malzemeleri hacme göre ölçmeyi tercih ediyorsanız tutarlılık için ölçü kapları kullanın. Ölçü kabına ayrı bir kaşıkla malzemeyi doldurun ya da kabı malzemenin içine daldırırarak doldurun. Fazla baskı uygulamadan bir bıçağın düz kenarıyla kabın üzerinden aşan malzemeyi dökün.

Hamurda ölçü kadar ısı da önemlidir. Bu tereyağı ve un karışımı hamurlarda her şeyi soğuk tutmanın neden bu kadar olduğunu merak ediyorsanız, beraber çalıştığım, yediğim en hafif hamur işlerini yapan serin kanlı hamur şefini düşünün (ya da bilgilerinizi tazelemek için sayfa 88'e geri dönün). Katmer katmer bir doku için fazla glüten oluşmasını engellemenin şart olduğunu ve tereyağı erirse içindeki suyun hamura karışmak suretiyle glüten, dolayısıyla da sert ve lastik gibi hamur meydana getireceğini biliyordu. Ama asıl kanıt puding tartında.

Tereyağlı Turta Hamuru

İki tane 285 gr'lık hamur bezesi çıkar

Bu hamuru hayalinizdeki turtayı yapmakta kullanın, bu ister **Klasik Elmalı Turta** olsun ister **Tavuklu Tencere Turtası**, isterse **Çikolatalı Puding Turtası**. Tamamen tereyağından yapıldığı için bu hazırlık biraz planlama ve dikkat istiyor – her şeyi soğutun, hızlı çalışın, tereyağında aşırıya kaçmaktan kaçının ve hamuru fazla yoğurmayın. Tereyağını kullanmak zor olabiliyor ama eşi benzeri olmayan lezzette bir kabuk elde ediyorsunuz.

Bir not: Mikseriniz yoksa bu hamuru mutfak robotunda veya bir hamur mikseriyle elinizde yapabilirsiniz. Yeter ki bütün gereçlerinizi dondurun.

2 1/4 ölçü (341 gr) çok amaçlı un
1 büyük tutam şeker
Büyük tutam tuz
16 çorba kaşığı (227,5 gr) soğutulmuş tuzsuz tereyağı, 1,5 cm'lik küpler halinde doğranmış
1/2 ölçü kadar buzlu su
1 çay kaşığı beyaz sirke

Un, şeker ve tuzu çark aparatlı miksere koyup hepsini 20 dakika dondurucuda bekletin (mikserin kabı dondurucuya sığmazsa sadece malzemeleri koyun). Tereyağı ve buzlu suyu da dondurun.

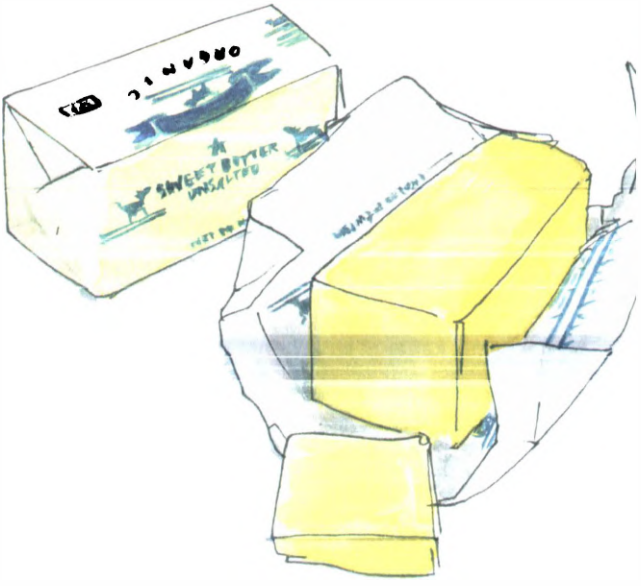
Kabı miksere takıp mikseri en düşük hıza ayarlayın. Tereyağı küplerini üçer beşer ekleyin ve tereyağı ceviz kırıkları gibi görünene kadar karıştırın. Tereyağı parçaları hamuru katmer katmer yapacaktır onun için fazla karıştırmaktan kaçının.

Sirkeyi ince bir ip gibi karışımın içine akıtın. Biraz da su ekleyip çok az karıştırın. Hamur malzemeler ancak birbirini tutacak kadar karışsın yeter, bazı kısımlar dağınık görünse de olur. Daha fazla su gerekip gerekmediğini anlamak için mikseri durdurup elinize biraz hamur alın. Sertçe sıkıp nazikçe bölmeye çalışın. Kolayca dağılır ve çok kuru gelirse biraz daha su ekleyin. Eğer dağılmadan birkaç parçaya bölünüyorsa hamurunuz olmuştur.

Tezgâhın üzerinde rulodan çok uzun bir streç film parçasını çekin ama kesmeyin. Hızlı ve tereddütsüz bir hareketle kabı streç filmin üzerine çevirin. Kabı kaldırın ve hamura dokunmayın. Filmi rulodan kesin ve iki ucunu kaldırarak hamuru top haline getirin. Bir iki kuru kısım kalmışsa aldırmayın – un nemi zamanla eşit olarak emecektir. Streç filmi

hamurun üzerine sıkıca sararak hamuru top haline getirin. Bıçakla hamuru streç filmin üzerinden ortadan ikiye kesin, her iki yarıyı streç filmle sıkıca sarıp üzerine bastırarak yassılaştırın. En az iki saat veya bir gece soğutun.

Hazırladığınız açık hamuru 2 aya kadar dondurmak için iki kat streç filme, bir kat da folyoya sarın ki üzerinde dondurucu yanığı meydana gelmesin. Kullanmadan bir gün önce dondurucudan buzdolabına alıp buzunu çözdürün.



Klasik Elmalı Turta

25 cm çapında bir tart çıkar

1 tariflik (2 disk) soğutulmuş **Tereyağlı Turta Hamuru**
1 ½ kg ekşi elma (5 büyük elma)
1/2 çay kaşığı toz tarçın
1/4 çay kaşığı toz yenibahar
1/2 çay kaşığı koşer tuzu veya 1/4 çay kaşığı ince deniz tuzu
1/2 ölçü artı 1 çorba kaşığı (127 gr) esmer şeker, sıkıştırılmış
3 çorba kaşığı çok amaçlı un, tart yoğurmak için biraz daha
1 çorba kaşığı elma sirkesi
2 çorba kaşığı ağır krema
Üzerini süslemek toz veya esmer şeker

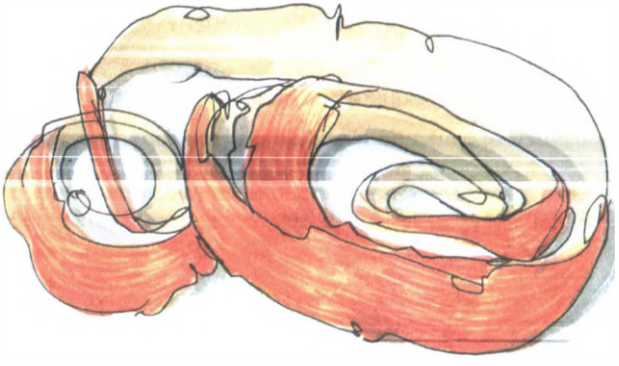
Fırını 220°C'de ısıtın ve orta kata bir tel raf yerleştirin.

Soğutulmuş bir hamur diskini iyice unladığınız bir tahtanın üzerinde yuvarlayarak ½ cm kalınlığında ve 30 cm çapında bir daire haline getirin. Bu hamuru hafifçe unlanmış bir oklavaya sarıp kaldırın. Hamuru 25 cm'lik turta kabının üzerine koyup hamuru oklavadan açın. Kenarlarda 1,5 cm kadar bırakarak makasla fazla hamuru kesin. 10 dakika dondurucuda bekletin. Kestiğiniz kenar kısımları da dondurucuda bekletin. İkinci hamur bezesini de aynı şekilde yayın, ortasında bir buhar deliği açıp dondurucuda soğutun.

Bu esnada elmaları soyun, çekirdeklerini çıkarın ve 2 cm'lik dilimler halinde doğrayın. Elmaları, tarçını, yenibaharı, tuzu, şekeri, unu ve sirkeyi büyük bir kâseye koyup karıştırın. Dolguyu hazırladığınız turta kabına aktarın. Yine bir oklavayla ikinci hamuru da kaldırıp dolgunun üzerine serin. Kenarlardan sarkan 1.5 cm'den uzun hamurları kesin.

Kenarların ½ cm'lik kısmını kıvırıp hamurun kendi altına sokun, böylece ikinci hamur turta kabının kenarlarının üzerinde duracaktır. Bir eliniz hamurun üstünde diğeri dışında çalışsın. Hamurun üstündeki elinizin işaret parmağıyla hamuru dıştaki elinizin baş ve işaret parmaklarının arasına iterek V şekli meydana getirin. V'ler arasında 1.5'ar cm boşluk bırakarak hamurun çevresini bu şekilde dönün. Volan yaratırken hamuru ancak kabın **kenarını geçecek kadar çekin. Hamur pişerken çekip küçülecektir. Açılan delikleri ise** kenarlardan artan hamurlarla yamayabilirsiniz.

Turtayı bütün olarak 20 dakika dondurun. Soğutucudan çıkardıktan sonra üzerine pişirme kâğıdı serdiğiniz bir tepsiye yerleştirin. Üzerine bolca ağır krema sürüp şeker serpiştirin. Orta rafta 220 °'de 15 dakika pişirin, sonra ısıyı 205°C'ye düşürüp bir 15-20 dakika daha, hafif bir altın sarısı renk alana kadar pişirin. Nihayet 175 °C'ye düşürüp 45 dakika daha pişirin. Turtayı kesmeden önce 2 saat bir tel rafın üzerinde dinlendirin. **Vanilya, Tarçın** veya **Karamel Krema** (sf. 421-423) ile birlikte servis edin.



Klasik Balkabaklı Turta

25 cm çapında bir tart çıkar

1 tariflik (2 disk) soğutulmuş **Tereyağlı Turta Hamuru**

Un

2 büyük yumurta

1/2 ölçü kaymak

1 kavanoz balkabağı püresi

1/2 çay kaşığı koşer tuzu veya 1/4 çay kaşığı ince deniz tuzu

1/4 ölçü şeker

1 1/2 çay kaşığı toz tarçın

1 çay kaşığı öğütülmüş zencefil

1 çay kaşığı öğütülmüş karanfil

Fırını 220°C'de ısıtın ve orta kata bir tel raf yerleştirin.

Soğutulmuş bir hamur diskini iyice unladığınız bir tahtanın üzerinde yuvarlayarak, ½ cm kalınlığında ve 30 cm çapında bir daire haline getirin. Bu hamuru hafifçe unlanmış bir oklavaya sarıp kaldırın. Hamuru 25 cm'lik turta kabının üzerine koyup hamuru oklavadan açın. Kenarlarda 1,5 cm kadar bırakarak makasla fazla hamuru kesin. 10 dakika dondurucuda bekletin. Kestiğiniz kenar kısımları da dondurucuda bekletin. İkinci hamur bezesini de aynı şekilde açın, ortasında bir buhar deliği açıp dondurucuda soğutun.

Kenarların ½ cm'lik kısmını kıvırıp hamurun kendi altına sokun, böylece ikinci hamur turta kabının kenarlarının üzerinde duracaktır. Bir eliniz hamurun üstünde diğeri dışında çalışsın. Hamurun üstündeki elinizin işaret parmağıyla hamuru dıştaki elinizin baş ve işaret parmaklarının arasına iterek V şekli meydana getirin. V'ler arasında 1.5'ar cm boşluk bırakarak hamurun çevresini bu şekilde dönün. Volan yaratırken hamuru ancak kabın kenarını geçecek kadar çekin. Hamur pişerken çekip küçülecektir. Açılan delikleri ise kenarlardan artan hamurlarla yamayabilirsiniz. Çatalla üzerinde delikler açın ve buzlukta 15 dakika boyunca dondurun.

Orta büyüklükte bir kapta yumurtaları kırıp çırpın. Kaymağı, balkabağı püresini, şekeri, **tuzu ve baharatları katıp dikkatlice çırpmaya devam edin. Karışımı donmuş hamura dökün.**

Orta rafta 220 °'de 15 dakika pişirin, sonra ısıyı 205°C'ye düşürüp bir 15-20 dakika daha, hafif bir altın sarısı renk alana kadar pişirin. Nihayet 175 °C'ye düşürüp 45 dakika daha pişirin. Turtayı kesmeden önce 2 saat bir tel rafın üzerinde dinlendirin. **Vanilya, Tarçın** veya **Karamel Krema** (sf. 423-425) ile birlikte servis edin.

Çeşitlemeler

- **Çikolatalı Puding Pay** yapmak için önceki sayfada olduğu gibi hamuru açın, kıvırın ve dondurun. Hamur altını kör pişirme yöntemiyle pişirin: Hamurun üstüne pişirme kâğıdı serip çatalla delikler açın ve içini kuru bakliyatla doldurun veya seramik bir kap koyun. 15 dakika boyunca 220 °C'de pişirin, daha sonra 200'e düşürün ve hafif sarı bir renk halini alması için bir 10-15 dakika daha pişirin.

  Hamuru fırından çıkarıp içindeki malzemeleri alın ve ısıyı 190'a düşürün. Hamur içi sarı, kabukları hafif kahverengi olana kadar 5-10 dakika daha pişirin. Bu esnada hamuru gözlemleyin çünkü fırına göre pişirme süreleri değişebilir.

  Hamuru soğutun ve 60 ml bitter çikolatayı eritip üzerine sürün. Çikolatanın katılaşmasını bekleyin.

  1 ölçü **Acı Tatlı Çikolatalı Puding** yapın ancak mısır nişastasını $^1/_3$ oranında arttırın. Üzerinin katılaşmasını önlemek için üzerini streç filmle örtün ve oda sıcaklığında soğutun. Hazırladığınız pudingi hamurun içine boşaltıp streç filmle üzerini kapatın ve gece boyunca dinlendirin. Dalgalı **Vanilya, Çikolata, Kahve** veya **Karamel Krema** ile birlikte servis edin.

Yayıkaltı Sütlü Hafif ve Gevrek Bisküvi

16 adet (bu tarif ikiye bölünebiliyor)

Bu alışılmadık yöntemi Oakland'daki en sevdiğim restoranlardan birinde çalışan hamur ustası Tom Purtill'den öğrendim. İlk defa bisküvisinin tadına baktığımda mutfaktan çıkıp bana yöntemini anlatması için ona yalvardım. İyi ki yalvarmışım çünkü söylediği her kelime, benim bisküvi yapımına dair bildiğim her şeye aykırıydı. Ben daima hamuru az yoğurmak gerektiğini düşünürdüm oysa o tereyağının yarısını hamura yedirip arkasından hamuru yoğurup katlayarak katmerli bir doku meydana getirdiğini söylüyordu. Eğer dünyanın en nemli, en katmerli bisküvisi önümde duruyor olmasaydı ona inanmazdım.

Ama inandım ve hemen eve koşup tarifini denedim. Söylediği her kelimeyi Tanrı kelamı gibi görüp uyguladım ve işe yaradı! İşin püf noktası tıpkı onun dediği gibi; her şeyi buz gibi soğuk tuttum, böylece yağ eriyip hamura karışarak glüten oluşturmadı, dolayısıyla bisküviler sert olmadı. Eğer mikseriniz yoksa mutfak robotu kullanabilirsiniz. Dilerseniz her şeyi metal hamur keskisi kullanarak elinizde karıştırın – bu biraz daha uzun sürer.

3 1/2 ölçü (525 gr) çok amaçlı un
4 çay kaşığı kabartma tozu
1 çay kaşığı koşer tuz veya ½ çay kaşığı ince deniz tuzu
16 çorba kaşığı (227 gr) tuzsuz tereyağı, 1.5 cm'lik küpler halinde kesilmiş ve soğutulmuş
1 ölçü yayıkaltı sütü, soğutulmuş
1 ölçü ağır krema, soğutulmuş, artı 1/4 ölçü de bisküvilerin üzerine sürmek için

Fırını 230°C'de ısıtın. İki fırın tepsisine pişirme kâğıdı serin.

Tereyağı küpleriyle yayıkaltı sütünü 15 dakika dondurun.

Un, kabartma tozu ve tuzu mikserin kabına koyup çark aparatıyla 30 saniye kadar düşük devirde karıştırın.

Tereyağının yarısını her seferinde birkaç küp olmak üzere ekleyin ve 8 dakika kadar karıştırmaya devam edin.

Tereyağının kalanını da ekleyip tereyağı parçaları büyük bezelye taneleri büyüklüğüne gelene kadar 4 dakika karıştırın.

Karışımı büyük, geniş bir kâseye aktarın ve çok kısa bir süre parmaklarınızı kullanarak en büyük tereyağı parçalarını düzleştirin: Ellerinizi biraz unlayarak baş parmağınızı serçe parmağınızın ucundan işaret parmağınızın ucuna kadar parmak uçlarınızda gezdirin.

Karışımın ortasına bir çukur açın. Yayıkaltı sütünü ve 1 ölçü kremayı içine dökün. Bir silikon spatulayla geniş, dairesel darbelerle hamur kabaca bir araya gelene kadar karıştırın. Hamur hâlâ biraz dağınık görünebilir, bu mühim değildir.

Tezgâhı hafifçe unlayıp hamuru kâseyi ters çevirerek tezgâhın üzerine düşürün. Hafif el darbeleriyle hamuru 2 cm kalınlığında, 23x33 cm ebadında bir dikdörtgen haline getirin. Hamuru ortadan ikiye katlayın, sonra bir daha katlayın, bir üçüncü defa katlayın, sonra bir oklavayla hamuru nazikçe açarak yine 2 cm kalınlığında 23x33 cm ebadında bir dikdörtgen şekline getirin. Hamurun üstü henüz pürüzsüz görünmüyorsa aynı işlemi istediğiniz sonucu elde edene kadar tekrarlayın.

Tezgâhın üzerini hafifçe unlayıp hamuru 3 cm yüksekliğinde açın. 6 cm'lik bisküvi kesiciyle yukarıdan aşağı kesin. Her kesişinizde kesiciyi silip unlayın. Böylece bisküviler taşmayacak, yukarı doğru kabaracaklardır. Kesik artıklarını birleştirip onlardan da yine bisküviler kesin.

Bisküvileri 1,5 cm aralıklarla tepsilere dizin ve üzerlerine bolca krema sürün. 230 °C'de 8 dakika pişirip tepsileri çevirin ve fırındaki yerlerini değiştirin. 8-10 dakika daha, altın sarısı kahverengi olana ve elinize aldığınızda hafif gelene kadar pişirin.

Bisküvileri bir tel rafın üzerine çıkarıp 5 dakika soğumaya bırakın. Ilık servis edin.

Bisküvileri 6 haftaya kadar dondurmak için kestiğiniz bisküvileri bir fırın tepsisinde tek kat halinde katılaşana kadar dondurup bir buzdolabı poşetine aktarın ve dondurun. Pişirmek istediğinizde donunu çözmeyin. Donmuş bisküvilere krema sürüp 10 dakika 230 °C'de ve 10-12 dakika da 190 °C'de pişirin.

Çeşitlemeler

- **Kurabiye** yapmak için kuru malzemelere ½ ölçü (100 gr) şeker ekleyin. Bisküvileri kestikten sonra üzerlerine ağır krema sürün ve şeker serpin. Pişirdikten sonra 5 dakika soğumaya bırakıp ardından her kurabiyeyi bir tabağa yerleştirin. İkiye bölüp aralarına **Vanilya Kreması** (sf. 421) ve Çilek Hoşafı (sf. 405) koyun.

- **Meyveli Pasta** için fırını 205 °C'de ısıtın. Yarım tarif ölçüsüyle kurabiyeler hazırlayın ve kestikten sonra buzdolabında soğutun. 7 ölçü taze, çekirdeği çıkarılmış kiraz, dilimlenmiş tüylü veya tüysüz şeftali veya 10 ölçü böğürtlen veya ahududuya ¾ ölçü şeker (148 gr), 2 çorba kaşığı (28 gr) mısır nişastası, 1 çay kaşığı ince rendelenmiş limon kabuğu, 3 çorba kaşığı limon suyu ve bir büyük tutam tuzla büyük bir kâsede birleştirin. (Donmuş meyveler için mısır nişastasını 3 çorba kaşığı/42 gr'a çıkarın.)

Meyve karışımını 25x25 cm ebadında bir fırın kabına dökün. Soğuttuğunuz kurabiyeleri meyvelerin üzerine yerleştirin. Taşan meyveleri tutması için fırın kabını bir fırın tepsisinin üzerine koyun. Kurabiyelerin üzerine ağır krema sürüp boş şeker serpin. 40-45 dakika bisküviler iyice pişene ve altın sarısı renk alana kadar fırında tutun. Arzuya göre kremayla servis etmeden önce biraz soğutun.

Aaron'un Tart Hamuru

450 gr turta hamuru çıkar;
30 cm çapında turta için yeterlidir.

Benim gibi lezzet takıntılı sevgili dostum Aaron yıllar süren denemelerinin ardından bu tarifle gelene kadar tart yapmaktan çok korkardım. Hem çok yönlü hem de hata kaldıran bu tarif bütün meyveli ve tuzlu tartlarda kullanılabilir. Lezzetli bir tart yaptıktan sonra bir de güzel tart yapmayı deneyin. Üzerine malzemeleri göze güzel gelecek şekilde yerleştirin. Çeşitli renklerde erik, elma, domates veya biberler kullanarak şeritli bir desen yapın ya da bir kuşkonmazlı turtanın üzerine tuzlanmış ricotta topları kondurarak zıtlık meydana getirin. Yiyecek ne kadar çok duyunuza hitap ederse, size o kadar zevk verecektir.

Bir not: Mikseriniz yoksa bu hamuru mutfak robotunda ya da hamur blenderiyle elinizde yapabilirsiniz. Hangisini kullanırsanız kullanın bütün gereçlerinizi dondurmayı ihmal etmeyin.

1 $^{2}/_{3}$ ölçü (241 gr) çok amaçlı un
2 çorba kaşığı (28 gr) şeker
¼ çay kaşığı kabartma tozu
1 çay kaşığı koşer tuz veya ½ çay kaşığı ince deniz tuzu
8 çorba kaşığı (115 gr) tuzsuz tereyağı, 1.5 cm'lik küpler halinde kesilmiş ve soğutulmuş
6 çorba kaşığı (65 gr) **taze krema** ağır krema, soğutulmuş
2-4 çorba kaşığı buzlu su

Un, şeker, kabartma tozu ve tuzu mikserin kabında çırpın. Tereyağı ve çark aparatıyla beraber 20 dakika dondurucuda bekletin. Taze krema ve kremayı buzdolabında soğutun.

Kuru malzemelerin kâsesini miksere yerleştirip çark aparatını takın. Düşük devirde çalıştırın ve ağır ağır tereyağı küplerini ekleyin. Tereyağını ekledikten sonra hızı orta-alçak seviyeye yükseltebilirsiniz.

Tereyağını ceviz parçaları iriliğine getirene kadar karıştırın (fazla karıştırmayın – tereyağı parçaları iyidir!). Bu mikserde 1-2 dakika, elde biraz daha uzun zaman alacaktır.

Taze kremayı ekleyin. Bazı durumlarda bununla biraz karıştırarak hamuru bağlayabilirsiniz. **Bazen de bir iki kaşık buzlu su gerekebilir. Hamuru iyice sıkılaştıracak kadar su ekleyip** karıştırmaktan sakının. Bazı dağınık kısımlar olabilir, mühim değil. Daha fazla su gerekip gerekmediğini anlamak için mikseri durdurup elinize biraz hamur alın. Sertçe sıkıp nazikçe bölmeye çalışın. Kolayca dağılır ve çok kuru gelirse biraz daha su ekleyin. Eğer dağılmadan birkaç parçaya bölünüyorsa hamurunuz olmuştur.

Tezgâhın üzerinde rulodan çok uzun bir streç film parçasını çekin ama kesmeyin. Hızlı ve tereddütsüz bir hareketle kabı streç filmin üzerine çevirin. Kabı kaldırın ve hamura dokunmayın. Filmi rulodan kesin ve iki ucunu kaldırarak hamuru top haline getirin. Bir iki kuru kısım kalmışsa aldırmayın – un nemi zamanla eşit olarak emecektir. Streç filmi hamurun üzerine sıkıca sararak hamuru top haline getirin. Bıçakla hamuru streç filmin üzerinden ortadan ikiye kesin, her iki yarıyı streç filmle sıkıca sarıp üzerine bastırarak yassılaştırın. En az iki saat veya bir gece soğutun.

Hazırladığınız açık hamuru 2 aya kadar dondurmak için iki kat streç filme bir kat da folyoya sarın ki üzerinde dondurucu yanığı meydana gelmesin. Kullanmadan bir gün önce dondurucudan buzdolabına alıp buzunu çözdürün.



BALIK SIRTI TART
(TARTLARIN ŞAHI)

Elmalı ve Frangipane Tart

1 adet 35 cm çağında turta çıkar.

Frangipane için

¾ ölçü (115 gr) badem, kavrulmuş

3 çorba kaşığı şeker

2 çorba kaşığı (28 gr) badem ezmesi

4 çorba kaşığı (56 gr) tuzsuz tereyağı, oda sıcaklığında

1 büyük yumurta

1 çay kaşığı koşer tuz veya ½ çay kaşığı ince deniz tuzu

½ çay kaşığı vanilya esansı

½ çay kaşığı badem esansı

Tart için

1 tarif ölçüsünde **Aaron'un Tart Hamuru**, soğutulmuş

Açmak için un

6 ekşi, gevrek elma

Ağır krema

Üzerine serpmek için şeker

Frangipane yapmak için bademlerle şekeri bir mutfak robotuna koyup ince çekin. Badem ezmesi, tereyağı, yumurta, tuz, vanilya ve badem esansını ekleyip pürüzsüz hale gelinceye kadar çekin.

Bir fırın tepsisini ters çevirip üzerine bir parça pişirme kâğıdı serin. Kenara ayırın.

Hamurun streç filmini açmadan önce diski tezgâhın üzerinde açarak düzgün bir daire haline getirin. Filmi çıkarıp tezgâha, oklavaya ve hamura un serpin. Hızlıca hamuru 35 cm çapında bir daire halinde açın.

Hamuru oklavaya sarıp çabuk bir hareketle tezgâhtan kaldırın ve dikkatle ters çevrilmiş tepsinin üzerine serin. 20 dakika buzdolabında bekletin.

Bu sırada meyveleri hazırlayın. Meyveleri soyup çekirdeklerini çıkarın ve ½ cm'lik **dilimler halinde doğrayın.**

Soğuyan hamurun üzerine spatulayla, kenarlarından 3 cm içeriden başlayarak frangipaneyi ince bir kat halinde yayın.

Elmaları frangipane'nin üzerine sıkışık bir biçimde yerleştirin zira meyveler pişince çekerek küçülürler. Balıksırtı deseni yapmak için iki sıra elmayı birbirlerine 45 derecelik açı oluşturacak şekilde yerleştirin, sonra diğer iki sıranın açısını 135 derece aksine çevirin. Hamurun üzerini kapatana kadar deseni uygulayın. Görsel çarpıcılık için iki farklı renkte meyve kullanın.

Büzgülü bir kabuk yapmak için turtayı çevirirken hamurun kenarını 2 cm'lik aralıklarla yukarı ve kendi üzerine katlayın. Her büzgüde hamuru büküp en dıştaki meyvelere yapıştırın. Daha rüstik bir görüntü için sadece hamuru düzenli aralıklarla meyvenin üzerine katlayın. Tartı pişirme kâğıdının üzerinde bırakıp fırın tepsisinin bu sefer içine yerleştirin ve 20 dakika buzdolabında bekletin.

Fırını 220 °C'de ısıtıp orta kısmına tel rafı yerleştirin. Turtayı fırına vermeden hemen önce üzerine bolca ağır krema sürüp şeker serpin. Meyvenin üzerine de biraz şeker serpin. (Tuzlu tartların üzerine şeker serpmek yerine çırpılmış yumurta sürün. Kayısı gibi sulu meyvelerle çalışırken meyvenin üzerine, geçişime yol açarak meyvenin suyunun çıkmasına yol açacak şekeri serpmeden önce turtayı 15 dakika pişirin.)

Orta rafta 20 dakika 220 derecede pişsin. Sonra ısıyı 205 °C'ye düşürüp 15-20 dakika daha pişirin. Sonra 175-190 °C'lerde 20 dakika kadar daha pişirin. Pişerken turtayı çevirin. Üstü çok çabuk kızarırsa üzerine pişirme kâğıdı koyup pişirmeye devam edin.

Fırından çıkarın ve kesmeden önce 45 dakika tel rafta soğutun. Dondurma, **Kokulu Krem Şanti** veya **taze krema** ile birlikte ılık veya soğuk servis edin.

Kullanılmamış frangipane'yi üzeri kapalı halde 1 haftaya kadar buzdolabında saklayın. Yenmemiş turtaları streç filme sarılı halde 1 güne kadar oda ısısında saklayabilirsiniz.

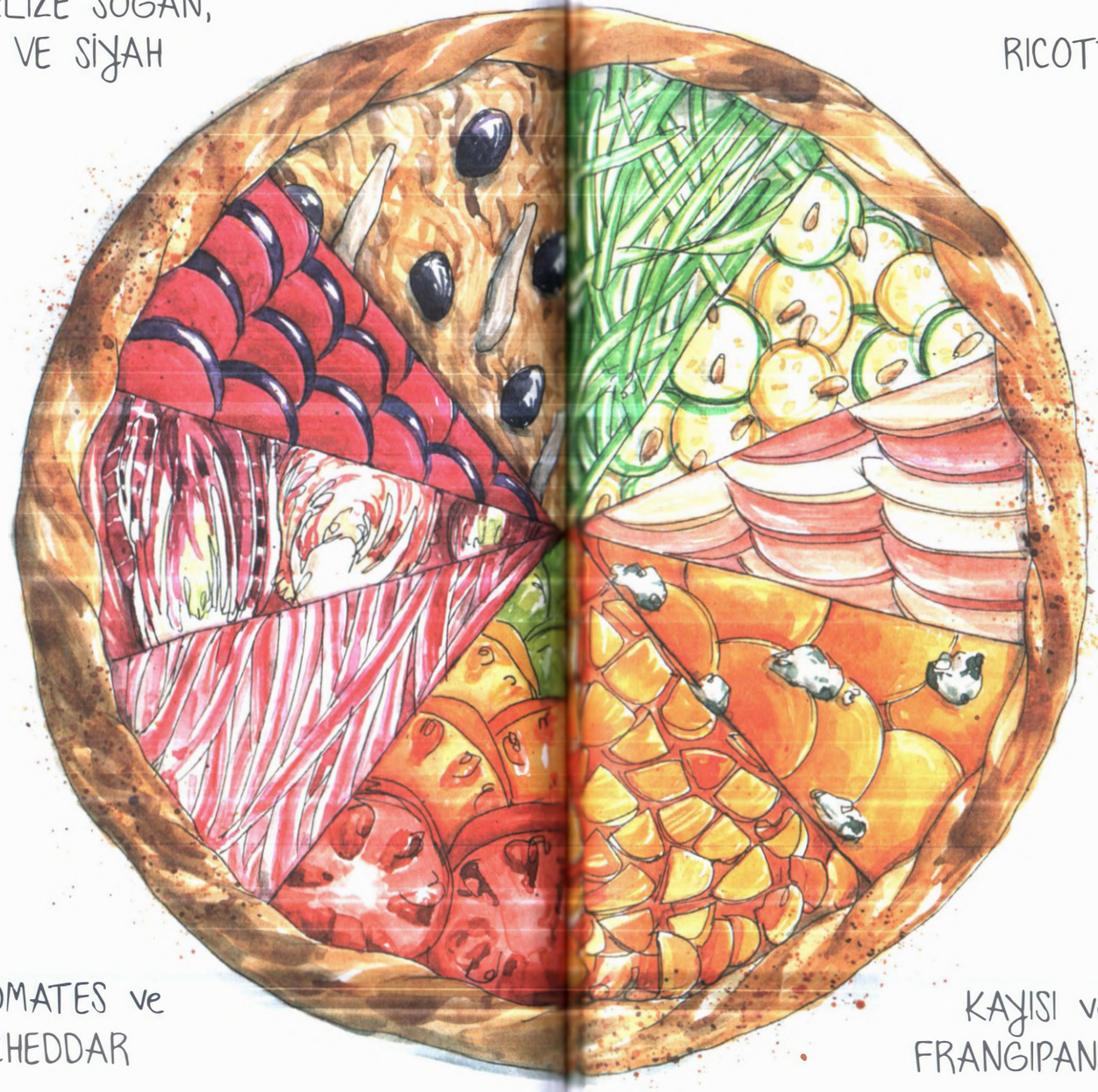
KARAMELİZE SOĞAN, ANÇUEZ VE SİYAH ZEYTİN

ERİK ve FRANGIPANE

KIZARMIŞ HİNDİBA (SERVİSTEN ÖNCE YILLANMIŞ BALZAMİK SOSLA)

RAVENT VE FRANGIPANE

ORGANİK DOMATES ve YILLANMIŞ CHEDDAR



KUŞKONMAZ, RICOTTA ve NANE

SAKIZ KABAĞI, PARMESAN ve ÇAM FISTIĞI

ELMA, POŞE AYVA ve FRANGIPANE

BALKABAĞI ve ROKFOR PEYNİRİ

KAYISI ve FRANGIPANE

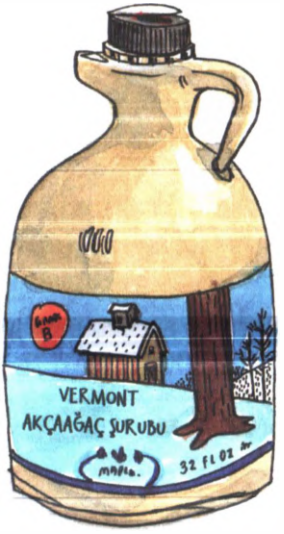
TATLILAR

Nekisia'nın Zeytinyağlı ve Deniz Tuzlu Granolası

8 ölçü

Yakın zamana kadar sabahları iştahla granola yiyen biri değildim. Çok bal tatlısı, çok yavan veya yeterince kavrulmamış bulurdum, yani daima bir kusuru olurdu. Bir gün bir arkadaşım bana bir paket *Nekisia Davis'in Early Bird Granola*'sı gönderdi ve bunun hayatımı değiştireceğini söyledi. Paketi açıp bu fındıksı, çifte kavrulmuş, bol tuzlu tahıl gevreğinin tadına bakınca granola hakkındaki fikrim ebediyen değişti.

Bunun nasıl yapıldığını öğrenmem gerekiyordu, bu nedenle Nekisia'yı buldum ve tarifini paylaşması için ona yalvardım. Cevap: Tuz, Yağ, Asit ve Isı, elbette. Öncelikle, Tuz. Bol pul tuzun gevrek üzerindeki etkisini bana anlatmasına gerek yoktu. Nekisia sonra çoğu granola'da kullanılan nötral yağların yerine zeytinyağını koymak suretiyle malzeme listesine kuvvetli bir lezzet eklemiş oluyordu. Koyu renkli ve sağlam A Sınıfı akçaağaç şurubu kullanarak da Granola'nın tatlılığına güzel bir asit dengesi getiriyordu. Şeker yapma sezonunun sonunda üretilen bu şurupta hafif bir asit vardır. Düşük ısıda özenle çifte kavurma işlemi ise hem yine bir asidik zıtlığı hem de diğer karmaşık karamelizasyon lezzetlerini ve Maillard tepkimesini sağlıyordu.



Pişirme işleminden sonra biraz kurutulmuş meyve veya bir kâse yoğurda bu granoladan bir avuç ekleyerek biraz daha asit katabilirsiniz. Kahvaltılar bir daha asla aynı olmayacaktır.

3 ölçü (yaklaşık 300 gr) eski usul yulaf ezmesi

1 ölçü (130 gr) kabak çekirdeği içi

1 ölçü (140 gr) ay çekirdeği içi

1 ölçü (65 gr) tatlandırılmamış hindistancevizi cipsi

1 1/2 ölçü (150 gr) ikiye bölünmüş pekan cevizi

2/3 ölçü halis akçaağaç şurubu, tercihen koyu renkli ve güçlü A Sınıfı

1/2 ölçü sızma zeytinyağı

1/3 ölçü cup (100 gr) esmer şeker

Taneli veya Maldon deniz tuzu

İsteğe bağlı: 1 ölçü (140 gr) kurutulmuş vişne veya dörde bölünmüş kuru kayısı

Fırını 150°C'de ısıtın. Bir fırın tepsisine pişirme kâğıdı serin. Kenara ayırın.

Yulaf, kabak çekirdeği, ay çekirdeği, hindistancevizi, pekan, akçaağaç şurubu, zeytinyağı, esmer şeker ve 1 çay kaşığı tuzu büyük bir kâsede iyice karıştırın. Granola karışımını hazırladığınız tepsiye düzgün bir şekilde yayın.

Fırına verip 10-15 dakikada bir metal spatulayla çevirerek granola kızarıp gevrekleşene kadar 45-50 dakika pişirin.

Tamamen soğutun. Arzu ederseniz kuru vişne ve kayısıları da ekleyin.

Havası alınmış bir kapta 1 aya kadar saklayabilirsiniz.

Meyveyle Yapılabilecek Dört Şey

Meyveyle yapılabilecek en güzel şey mümkünse en olgununu bulup ısırarak yemektir. Hemen her bluzumun önündeki lekeler bunu bütün yaz orman meyveleri, tüylü tüysüz şeftaliler, erikler, karpuzlar ve bulabildiğim her meyveyle uygulamaya koyduğumun kanıtıdır. Mutfak bilim insanı Harold McGee'nin dediği gibi, "Bütün pişmiş yiyecekler meyvenin durumuna özenir." Meyveyi geliştirmek için yapabileceğiniz fazla bir şey olmadığı için, size önereceğim dört tarifte gerçekten çok az işlem yer alıyor.

Bu tarifler çok basit olduklarından bulabileceğiniz en lezzetli meyvelerle başlamanız gerekiyor. Olgun meyveyi sezonunda (ya da *Granita* için donmuş meyve) kullanın.

Suyunu Sıkıp *Granita* Yapın

Granita Sicilya usulü tıraşlanmış buzdur. Kısmen yapması çok kolay olduğu için en sevdiğim serinletici tatlılardandır. Devamlıdan ziyade aralıklı karıştırma ile dondurulduğundan meydana gelen buz kristalleri dondurma veya gelato'dakilerden daha büyük ve pulsudur. Dilin üzerinde yarı erir, yarı çatırdarlar.

Kendi narenciye suyunuzu sıkın (ya da kestirmeden gidip marketlerdeki o hipnotize edici mekanik meyve suyu sıkacaklarından çıkan taze narenciye sularından satın alın). Veya ya bir mutfak robotunda ya bir blenderde tercih ettiğiniz olgun ya da dondurulmuş meyveleri (benim gözdelerim kiraz, çilek, ahududu ve kavun) biraz suyla karıştırıp çekin, sonra da posasını süzün. Badem sütü, hindistancevizi sütü, kök bira, kahve, espresso ve kırmızı şarapla da güzel *Granita* yapılabilir.

Meyvenin suyunu çıkardıktan sonra tatlandırıp biraz limon veya limon suyu ilave edin. Dondurulmuş meyvelerin tatlılıklarını biraz yitirdiklerini unutmayıp tazesine koyduğunuzdan biraz daha fazla şeker ilave edin. Başlangıç için size iki basit tarif veriyorum. İkisinden de 4 kişiye yetecek kadar *Granita* çıkar.

Portakal *Granita*

2 ölçü portakal suyu
1/4 ölçü (45 gr) şeker
6 çorba kaşığı limon suyu
Bir tutam tuz

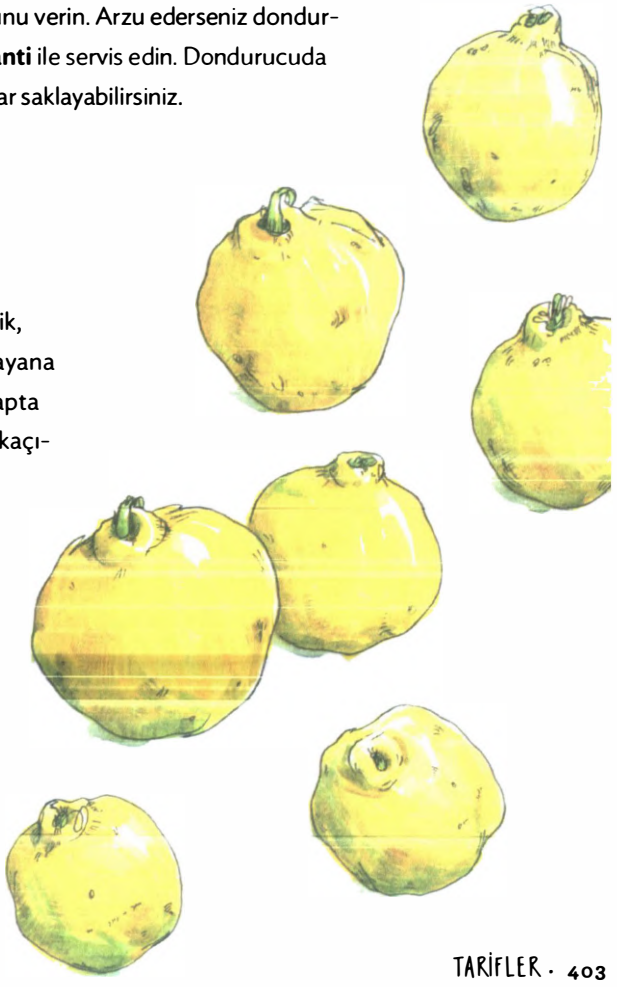
Kahveli *Granita*

2 ölçü sert demlenmiş kahve
1/2 ölçü (100 gr) şeker
Bir tutam tuz

Yukarıdaki karışımlardan birini – veya kendi karışımlarınızdan birini – tepkimesiz (yani paslanmaz çelik, cam veya seramik) bir tabak ya da kâseye dökün. Dondurucuya koyun. Bir saat kadar sonra bir çatalla zaman zaman karıştırın. Karıştırırken daha donmuş kenarlarla üst katmanı iç kısımdaki sulu kısımlarla iyice karıştırmaya özen gösterin. Ne kadar bilinçli karıştırırsanız *Granita* o kadar ince ve dokusu o kadar dengeli (daha az buzlu) olur. *Granita*yı tamamen donana kadar 8 saat dondurucuda bekletin. Bu süre boyunca en az üç kere karıştırın ve sonunda da servisten hemen önce *Granita*yı kazıyarak tıraşlanmış buz dokusunu verin. Arzu ederseniz dondurma veya bir top **Kokulu Krem Şanti** ile servis edin. Dondurucuda ağzı kapalı olarak bir haftaya kadar saklayabilirsiniz.

Şarapta Poşe Edin

Tüylü ve tüysüz şeftali, kayısı, erik, elma, armut veya ayvayı yumuşayana kadar şarapta poşe edin (aynı kapta farklı meyveleri birleştirmekten kaçının çünkü pişme süreleri farklıdır). Menünüze ve zevkinize göre kırmızı veya beyaz, tatlı veya sek şarap kullanın. Kilo başına **4 ölçü şarap, 1 1/3** ölçü (255 gr) şeker, 1 1.5x5 cm'lik limon kabuğu, yarım



vanilya çubuğu ve çekirdekleri ve büyük bir tutam tuzu büyük ve tepkimesiz bir tencerede karıştırın. Kaynama noktasına getirip ardından tıkırdatın. Yuvarlak bir pişirme kağıdıyla meyveyi kaplayıp ortasına 3 cm'lik bir delik açın. Meyve yumuşayana kadar tıkırdatın. Meyveyi tencereden çıkarıp bir tabakta soğumaya bırakın. Poşe sıvısı fazla suluysa akçaağaç şurubu kıvamına getirene kadar kaynatın. Şurubu oda ısısına getirip meyveyi yeniden içine koyun. Meyveyi sıcak ya da oda sıcaklığında, üzerine biraz şurubundan damlatarak ve yanında mascarpone, **taze krema**, hafif tatlandırılmış ricotta, süzme yoğurt, vanilyalı dondurma veya **Kokulu Krem Şanti** ile servis edin.

Görsel olarak çarpıcı bir tatlı için, armut veya ayvanın yarısını kırmızı şarapta, diğer yarısını beyaz şarapta poşe edin. Daha sonra meyveleri tabağa dekoratif bir şekilde dizin. Kış aylarında karışıma yarım tarçın kabuğu, iki karanfil ve biraz muskat ekleyerek sıcak lezzetler elde edebilirsiniz.

Farklı poşe ipuçları için bir önceki sayfayı kullanabilirsiniz.

İncir Yaprağının Üzerinde Kızartın

Küçük bir seramik veya cam fırın kabının dibine incir yaprakları döşeyin. Bu meyveye harika bir fındıklı aroma verecek (defne yaprağı veya kekik dalları da kullanabilirsiniz). Tabağa yumruk boyunda üzüm salkımı veya yarıya bölünmüş kayısı, tüylü ya da tüysüz şeftali veya eriği kesilmiş tarafları yukarı bakacak şekilde ve tek kat halinde döşeyin. 220°C'de ısıtılmış fırında içleri yumuşayana ve yüzeyleri altın sarısı esmer renk alana kadar küçük meyveleri 15, daha büyükleri 30 dakika pişirin. Sıcak ya da oda ısısında **Kokulu Krem Şanti** veya vanilyalı dondurmayla ya da yanında **Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta** ile beraber servis edin.

Komposto Yapın

Taze, olgun meyve kullanarak hoşaf yapabilirsiniz. Meyveye biraz şeker koyup sulanmasını bekleyin. Gerekirse fazla tatlı olmaması için birkaç damla limon, şarap veya sirke ekleyin.

Basit bir tatlı için kompostoyu yanında kurabiye veya Kokulu Krem Şanti, vanilyalı dondurma, mascarpone, tatlandırılmış ricotta, süzme yoğurt veya **taze krema** ile beraber servis edin. Ya da **Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta, Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası, Taze Zencefil ve Pekmezli Kek, Badem ve Kakule Çaylı Kek** veya **Pavlova**'nın (sf. 419) üzerini süslemekte kullanın.

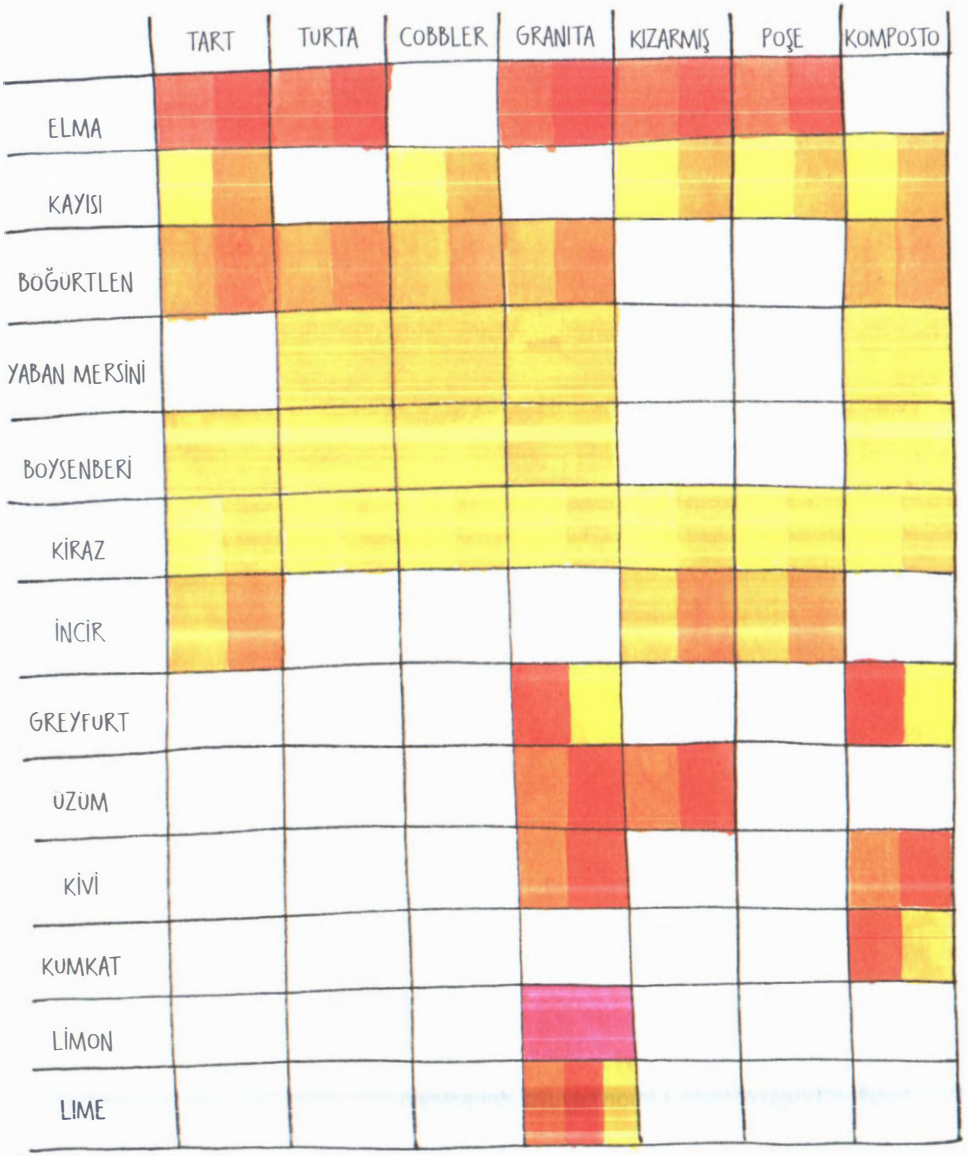
Aşağıdaki meyveleri tek başlarına veya karışık olarak kullanabilirsiniz. Damak tadınıza uygun miktarda şeker ve taze limon suyu ekleyip 30 dakika bekletin.

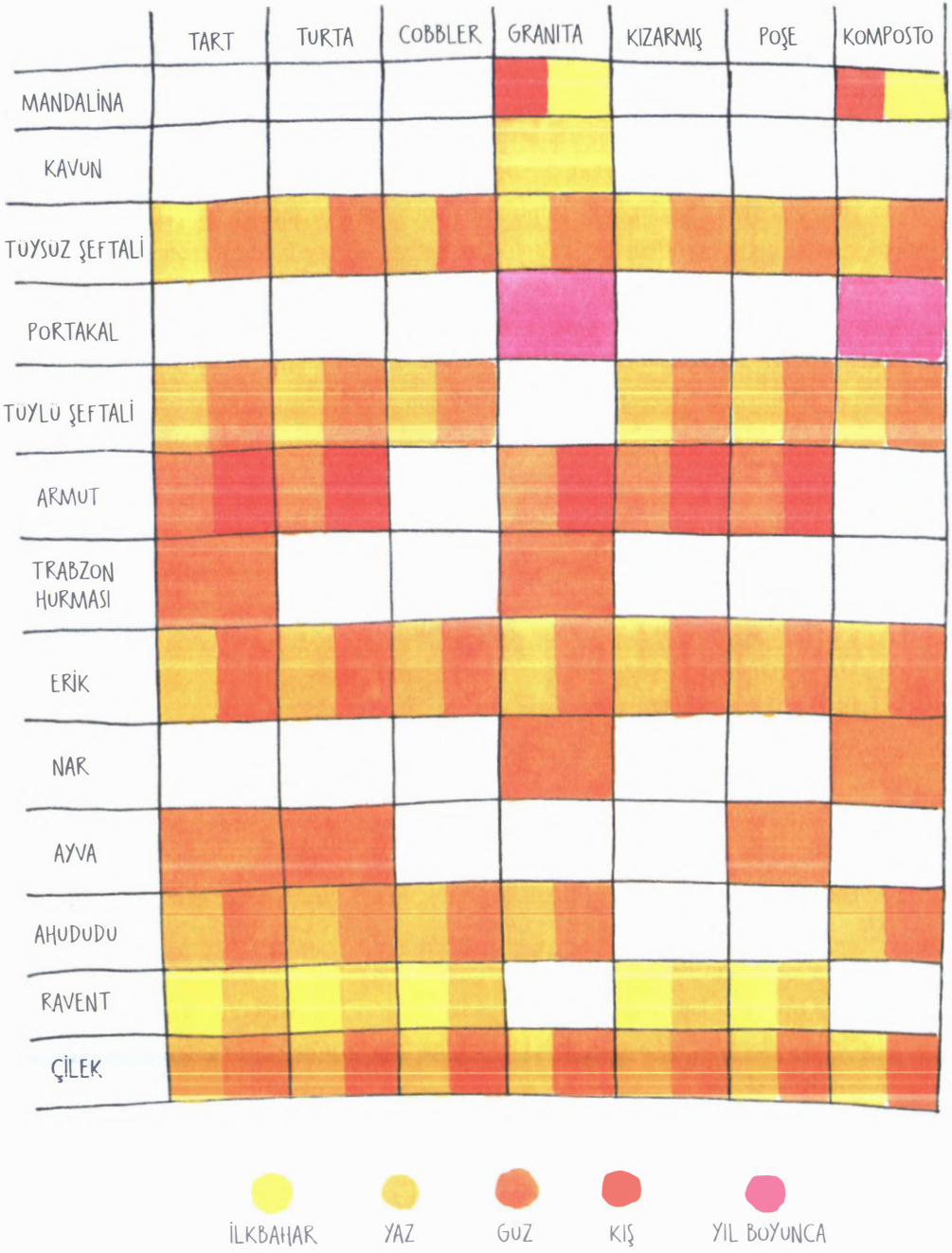
Dilimlenmiş çilek
Kayısı, tüylü veya tüysüz şeftali veya erik dilimleri
Orman meyveleri
Mango dilimleri
Ananas dilimleri
Çekirdeksiz ve yarıya bölünmüş çilek
Dilimlenmiş portakal, mandalina veya greyfurt
İnce dilimlenmiş ve çekirdeği çıkarılmış kumkat
Nar taneleri

Çeşitlemeler

- **Şeftali ve Vanilya Kompostosu** için 6 şeftaliye şekerle beraber ½ vanilya çubuğunun içini ve biraz şeker ekleyin. Limon suyuyla dengeleyin.
- **Kayısı ve Badem Kompostosu** için 1 kg kayısıya şekerle beraber ½ çay kaşığı badem esansı ve ¼ ölçü (20 gr) kavrulmuş kıyılmış bademle ilave edin.
- **Gül Kokulu Orman Meyveleri** için küçük bir sepet meyveye şekerle beraber 2 çay kaşığı gül suyu ekleyin. Limon suyuyla dengeleyin.

MEYVELER: NASIL VE NE ZAMAN?




TART
TURTA
COBBLER
GRANITA
KIZARMIŞ
POŞE
KOMPOSTO
MANDALİNA
KAVUN
TÜYSÜZ ŞEFTALİ
PORTAKAL
TÜYLÜ ŞEFTALİ
ARMUT
TRABZON HURMASI
ERİK
NAR
AYVA
AHUDUDU
RAVENT
ÇİLEK
İLKBAHAR
YAZ
GÜZ
KIŞ
YIL BOYUNCA

İki Favori Sıvı Yağlı Kekim

Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası

İki 12 cm'lik kek çıkar

Burada size yağ bölümünde bahsettiğim pastanın tarifini sunuyorum. 20 yaşıma gelmeden hayal ettiğim çikolatalı pastayı asla bulamayacağıma kanaat getirmiştim. Zaten 90'lı yıllarda unsuz çikolatalı kek yaşlarıma da ulaşmış bulunuyordum. Fakat o zamana kadar tek istediğim hazır kek karışımlarının nemliliğiyle yarışacak ama o güzel fırın tadını da verecek bir kek tarifiydi. Chez Panisse'de işe başladıktan birkaç ay sonra arkadaşım Lori Podraza bir başka aşçının doğum gününü kutlamak için üzerinde **Vanilyalı Krema** olan bir Geceyarısı Pastası getirdi. İdeal pastamı bulmaktan vazgeçmiş olsam da bir dilim aldım. Ben kimdim ki çikolatalı pastamı geri çevirecektim? Bir ısırık almamla adeta mest oldum. Bunun neden yediğim bütün pastalardan daha lezzetli olduğunu bilmiyordum, buna aldırış da etmedim. Ancak aylar sonra bu pastanın tereyağından ziyade sıvı yağla yapıldığını anladım – o bayıldığım hazır kek karışımlarında olduğu gibi!

- 1/2 ölçü (55 gr) alkalize kakao tozu
- 1 1/2 ölçü (300 gr) şeker
- 2 çay kaşığı koşer tuz veya 1 çay kaşığı ince deniz tuzu
- 1 3/4 ölçü (260 gr) çok amaçlı un
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 2 çay kaşığı vanilya esansı
- 1/2 ölçü nötral yağ
- 1 1/2 ölçü kaynamış su veya taze demlenmiş sert kahve
- 2 büyük yumurta, oda ısısında, hafifçe çırpılmış
- 2 ölçü **Vanilyalı Krema**

Fırını 175°C'de ısıtın. Fırının üstten üçüncü sırasına tel raf takın.

İki 12 cm'lik kek kalıbını yağlayıp pişirme kâğıdı serin. Yağlayıp bol un serpin.

Orta boy bir kâsede kakao, şeker, tuz ve kabartma tozunu birlikte çırpıp daha büyük bir kâsenin içine eleyin.

Orta boy bir kâsede vanilyayla yağı karıştırın. Suyu kaynatın veya kahveyi demleyin. Bunu yağ-vanilya karışımına ekleyin.

Kuru malzemelerin ortasında bir delik açıp ağır ağır su-yağ karışımını çırparak malzemelere yedirin. Yumurtaları da malzemelere çırparak yedirin ve pürüzsüz hale gelene kadar karıştırın. Akışkan bir kıvam elde etmeniz gerekiyor.

Elde ettiğiniz akışkan hamuru kalıplara bölün. Kalıpları ikişer kere 5 cm yükseklikten tezgâhın üzerine bırakarak kek hamurunun içinde oluşan kabarcıkları çıkarın.

Fırının üst katında 25-30 dakika, kekler dokununca geri fırlayıncaya ve kalıpların kenarlarından çekilmeye başlayıncaya kadar pişirin. Kürdan batırdığınızda temiz çıkmalıdır.

Kekleri bir tel rafın üzerinde tamamen soğuttuktan sonra kalıplarından çıkarıp kâğıtlarından ayırın. Servis etmek için pasta tabağına bir kat kek koyun. 1 ölçü **Vanilyalı Krema**'yı bir kek katının üstüne sürün ve üzerine dikkatlice ikinci katı koyun. Üzerine kalan kremayı yayıp servisten önce 2 saat soğutun.

Sıkıca sardığınız pastayı oda ısısında 4 güne, dondurucuda 2 aya kadar saklayabilirsiniz.

Taze Zencefil ve Pekmezli Kek

İki 14 cm'lik kek çıkar

1 ölçü (120 gr) soyulmuş, ince dilimlenmiş taze zencefil

1 ölçü (200 gr) şeker

1 ölçü nötral yağ

1 ölçü pekmez

2 1/3 ölçü (340 gr) çok amaçlı un

1 çay kaşığı çekilmiş tarçın

1 çay kaşığı toz zencefil

1/2 çay kaşığı toz karanfil

1/4 çay kaşığı taze çekilmiş karabiber

2 çay kaşığı koşer tuz veya 1 çay kaşığı ince deniz tuzu

2 çay kaşığı kabartma tozu

1 ölçü kaynamış su

2 büyük yumurta, oda ısısında

2 ölçü **Vanilyalı Krema**

Fırını 175°C'de ısıtın. Fırının üstten üçüncü rafına bir tel takın.

İki 14 cm'lik kek kalıbını yağlayıp pişirme kâğıdı serin. Yağlayıp bol un serpin.

Mutfak robotunda zencefille şekeri birlikte püreye çevirin. Karışımı orta boy bir kâseye döküp yağla pekmezi ekleyin. Karışımı çırpıp kenara ayırın.

Orta boy bir kâsede un, tarçın, zencefil, karanfil, biber, tuz ve kabartma tozunu birlikte çırpıp daha büyük bir kâsenin içine eleyin.

Kaynamış suyu yağ-şeker karışımına çırparak ekleyin.

Kuru malzemelerin ortasında bir delik açıp ağır ağır su-yağ karışımını çırparak malzemelere yedirin. Yumurtaları da çırparak malzemelere yedirin ve pürüzsüz hale gelene kadar karıştırın. Akışkan bir kıvam elde etmeniz gerekiyor.

Elde ettiğiniz akışkan hamuru kalıplara bölün. Kalıpları ikişer kere 5 cm yükseklikten tezgâhın üzerine bırakarak kek hamurunun içinde oluşan kabarcıkları çıkarın.

Fırının üst katında 38-40 dakika, kekler dokununca geri fırlayıncaya ve kalıpların kenarlarından çekilmeye başlayıncaya kadar pişirin. Keke batırdığınız kürdan temiz çıkmalıdır.

Kekleri bir tel rafın üzerinde tamamen soğuttuktan sonra kalıplarından çıkarıp kâğıtlarından ayırın. Servis etmek için pasta tabağına bir kat yerleştirin. 1 ölçü **Vanilyalı Krema**'yı kekin ortasına sürün ve üzerine dikkatlice ikinci katı koyun. Üzerine kalan kremayı yayıp servisten önce 2 saat soğutun.

Alternatif olarak, krem peynirden yapılan şekerleme ile süsleyebilir, dondurmayla veya sadece pudra şekeriyle birlikte servis edebilirsiniz. Ayrıca hamurdan şahane küçük kekler yapabilirsiniz!

Sıkıca sardığınız keki oda ısısında 4 güne, dondurucuda 2 aya kadar saklayabilirsiniz.

Bademli ve Kakuleli Kek

Bir 14 cm'lik kek çıkar

Bademli karışım için

4 çorba kaşığı tereyağı (55 gr)

3 çorba kaşığı şeker

1 silme ölçü kıyılmış badem (85 gr)

Bir tutam pulsu tuz

Kek için

1 ölçü (150 gr) kek unu

1 çay kaşığı kabartma tozu

1 çay kaşığı koşer tuzu veya ½ çay kaşığı ince deniz tuzu

1 çay kaşığı vanilya esansı

2 ½ çay kaşığı çekilmiş kakule

4 büyük yumurta, oda ısısında

1 ölçü badem ezmesi (270 gr), oda ısısında

1 ölçü (200 gr) şeker

16 çorba kaşığı tereyağı (225 gr), oda ısısında, küp küp

Fırını 175°C'de ısıtın. Fırının üstten üçüncü rafına bir tel takın.

14 cm'lik kek kalıbını yağlayıp pişirme kâğıdı serin.

Bademli karışımı yapın. Orta-yüksek ateşin üzerine yerleştirdiğiniz küçük bir sos tenceresinde tereyağıyla şekeri 3 dakika şeker tamamen çözünene ve tereyağı köpürünceye kadar pişirin. Ateşten alıp kıyılmış bademleri ve pulsu tuzu ekleyin. Bu karışımı kek kalıbının içine döküp spatulayla yayın.

Kek için, un, kabartma tozu ve tuzu bir parça pişirme kâğıdının üzerine eleyin.

Küçük bir kâsede vanilya, kakule ve yumurtaları birlikte çırpın.

Badem ezmesini bir mutfak robotunun kâsesine koyup pulse ayarında birkaç kere çekin. 1 ölçü şeker ekleyip 90 saniye çekin, ezme kum gibi olmalıdır. Robotunuz yoksa mikserde de yapabilirsiniz ama bu biraz daha uzun sürer – 5 dakika kadar.

Tereyağını ekleyip karışım hafif kabarana kadar çekin, en az 2 dakika. Durup kâsenin kenarlarına yapışan karışımı temizleyin.

Makine çalışırken yumurta karışımını, sanki mayonez yapar gibi yavaş yavaş, kaşık kaşık ekleyin (ne de olsa bu da bir emülsiyon!). Her seferinde eklediğiniz yumurtanın emilmesini ve karışımın yeniden pürüzsüz, ipeksi dokusunu almasını bekleyip biraz daha ekleyin. Bütün yumurtayı ekledikten sonra makineyi durdurup kâsenin kenarlarını spatulayla karışımın içine ekleyin. Sonra karıştırmaya devam edin. Karışımı büyük bir kâseye alın.

Pişirme kâğıdını alıp unu kek hamurunun üzerine üç seferde serpin. Her seferden önce unu karışıma hafifçe katlayarak karıştırın. Fazla karıştırmayın çünkü o zaman kek sertleşir.

Keki hazırladığınız kalıba döküp 55-60 dakika kürdan batırdığınızda temiz çıkana kadar pişirin.

Kekleri bir tel rafın üzerinde soğuttuktan sonra kalıbın kenarlarından bir bıçak geçirin, sonra kalıbın altını doğrudan ocakta birkaç dakika ısıtarak keki kolayca çıkarın. Kâğıdından ayırın. Servis etmek için bir kek tabağına koyun.

Bu keki tek başına veya bir orman meyvesi veya çekirdekli **meyve kompostosu** ve **Vanilyalı** veya **Kakuleli Krem Şanti** (sf. 421) ile servis edin.

Sıkıca sardığınız keki oda ısısında 4 güne, dondurucuda 2 aya kadar saklayabilirsiniz.



Bitter Çikolatalı Puding

6 kişilik

Yıllardan beri San Francisco'daki Tartine Fırını'nda fırıncılarla düzenli olarak akşam yemekleri düzenleriz. Buna Tartine İş Çıkışı adını taktık—fırın kapandıktan sonra tüm masaları birleştirip en sevdiğimiz yemekleri pişiriyoruz ve bunları büyük aile yadigarı tabaklarda insanlara sunuyoruz. Pek şık olmasa da elimizden geleni ardımıza koymuyoruz. Bazen, gece yarısına doğru temizlik yaptığımız sırada kahvaltıdan bu yana doğru düzgün bir şeyler yememiş olduğumu fark ediyorum. Etrafa bakınca mükemmel hamur işleriyle çevrili olduğumu anlıyorum. Uzun çalışma gününün ardından yorgun ve terli olduğum için gözüme görünen en güzel şey buzdolabının içindeki büyük bir kâse puding oluyor. Bir kaşık buluyorum, pudingi çıkarıp tadına bakıyorum. Kremalı ve soğuk olduğu için her zaman iyi geliyor. Tek tek, diğer çalışanlar da kaşığını kapıp yanıma geliyor. Birlikte, sessizce kâseyi bitirip temizliğe geri dönüyoruz. Yalnızca bir kâseyi bitiriyoruz. Neden bilmem, bu benim için her zaman gecenin en güzel anı oluyor. Aşağıda benim kendi versiyonum olan Tartine tarifi var; bu tarif biraz daha az tatlı ve daha tuzlu. Yine de Tartine'deki gibi Valrhona kakao tozu kullanıyorum ki farkı yaratan da bu zaten.

115 gr bitter çikolata, iri parçalara bölünmüş
3 büyük yumurta
3 ölçü süt
3 çorba kaşığı (20 gr) mısır nişastası
1/2 ölçü + 2 çorba kaşığı (140 gr) şeker
3 çorba kaşığı (15 gr) kakao tozu
1 1/4 çay kaşığı koşer tuzu veya 1/2 tepeleme çay kaşığı ince deniz tuzu

Çikolatayı büyük, ısıya dayanıklı bir kâseye koyup üzerine ince delikli bir süzgeç yerleştirin. Kenara koyun.

Yumurtaları orta boy bir kâsenin içine kırıp hafifçe çırpın. Kenara koyun.

Sütü orta boy bir sos tenceresinin içine döküp düşük ısıda buhar çıkarıp fıkırdamaya **başlayana kadar ısıtın. Kaynatmayın – süt kaynamaya başlayınca emülsiyonu bozulur ve** proteinleri pıhtılaşır. Kaynatılan sütle yapılan puding asla pürüzsüz olmaz.

Bir karıştırma kâsesinde mısır nişastası, kakao tozu ve tuzu birlikte çırpın. Sıcak sütü de çırparak ilave edin. Karışımı tekrar tencereye döküp orta-düşük ısının üzerine koyun.

Bir silikon spatulayla devamlı karıştırarak bir 6 dakika karışım gözle görülür derecede koyulaşana kadar karıştırıp pişirin. Koyulaştıktan sonra da bir dakika daha yine karıştırmaya devam ederek pişirmeyi sürdürün. Ocaktan alıp süzgeç üzerine dökün. Küçük bir kaşık veya silikon spatula yardımıyla süzgeçten geçirin. Dökülürken bir çizgi halinde akması gerekir.

2 ölçü sıcak pudingi sürekli karıştırarak yumurtaların içine katın ve daha sonra hepsini tencereye döküp kısık ateşe koyun. Karıştırmaya devam edin, bir dakika sonra karışım koyulaşacaktır ve termometrede 97 dereceyi göstermesi gerekir. Küçük bir kaşık veya silikon spatula yardımıyla süzgeçten geçirin.

Kalan ısıyı çikolatayı eritmekte kullanın. Bir blender (varsa el blenderi) kullanarak pudingi pürüzsüz ve ipeksi bir dokuya kavuşana kadar karıştırın. Tadına bakıp tuzunu ayarlayın.

Hemen 6 küçük kâseye paylaştırın. Kâselerin diplerini tezgâha vurarak pudingin içindeki hava kabarcıklarını çıkartın. Soğumaya bırakın. Oda ısısında üzerine **Kokulu Krem Şanti** koyarak servis edin.

Üzerini kapatarak 4 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz.

Çeşitlemeler

- **Meksika Usulü Çikolatalı Puding** yapmak için süte ¾ çay kaşığı toz tarçın ekleyin. Yukarıdaki gibi devam edin.

- **Çikolatalı-Kakuleli Puding** yapmak için süte ½ çay kaşığı toz kakule ekleyin. Yukarıdaki gibi devam edin.

- **Çikolatalı Pudingli Turta** (sf. 389) yapmak için mısır nişastasını $^1/_3$ ölçüye çıkarın ve pudingi tarifteki gibi yapın. Turtayı birleştirme tarifi için sayfa 388'a bakın.

Yayıkaltı Sütlü *Panna Cotta*

6 kişilik

Bu hafif krema Chez Panisse'in repertuarında on yıllarca önemli bir parça olmuştur. Bunun her zaman orijinal bir tarif olduğunu düşünmüşümdür. Restorandan ayrıldıktan yıllar sonra bir arkadaşım bana efsanevi hamur işi ustası Claudia Felming'in yazdığı ve yıllardır baskısı tükenmiş olan değerli *The Last Course* kitabını ödünç verdi. Tam da 14. sayfada Yayıkaltı Sütlü *Panna Cotta* tarifi duruyordu! Bu tatlı belli ki Claudia'nın New York'taki Gramercy Bar'ından batıya gelmişti. Yıllar sonra, Claudia'nın vermiş olduğu çok sevimli bir röportajda, iyi olan hiçbir şeyin orijinal olamayacağını ve bu tarifi Avustralya'da yayınlanan *Vogue Living* dergisinden koparıp aldığını anlattığını okudum! Bu öyle klasik bir tariftir ki, dünya üzerinde (sanırım, birden fazla kez) dolaşıp birçoklarının eline geçmiştir.

Nötral yağ
1 1/4 ölçü ağır krema
7 çorba kaşığı (85 gr) şeker
1/2 çay kaşığı koşer tuz veya ¼ çay kaşığı ince deniz tuzu
1 1/2 çay kaşığı tatlandırılmamış toz jelatin
1/2 vanilya çubuğu, boylamasına kesilmiş
1 3/4 ölçü yayıkaltı sütü

Bir fırça yardımıyla veya parmaklarınızla altı 170 gr'lık kâseyi yağlayın.

Krema, şeker ve tuzu küçük bir sos tenceresine koyun. Vanilya çubuğundan çekirdekleri de tencerenin içine sıyırın, ayrıca çubuğu da tencereye koyun.

1 çorba kaşığı soğuk suyu küçük bir kâsenin içine koyup üzerine hafifçe jelatin tozu serpin. 5 dakika çözünmesini bekleyin.

Kremayı orta ateşin üzerinde şeker çözünene ve kremadan buhar çıkmaya başlayana kadar 4 dakika ısıtın (kremayı tıkırdatmayın – çok ısınırsa jelatin etkisini kaybeder). Ateşi iyice kısın ve bütün jelatin çözünene kadar 1 dakika boyunca karıştırın. Ateşten alıp yayıkaltı sütünü ekleyin. İnce bir süzgeçten geçirerek dökme ağızlıklı bir ölçü kabına akıtın.

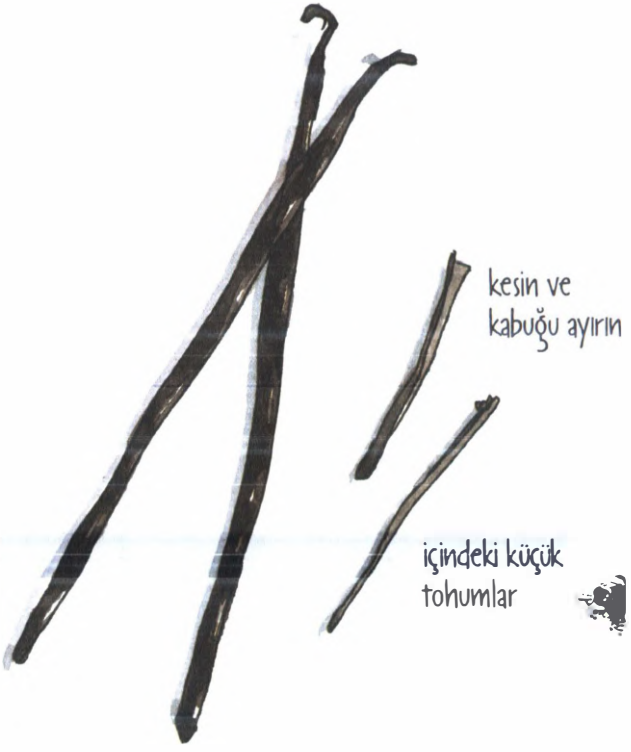
Karışımı hazırladığınız kâselere koyup üzerlerine streç film kapatın ve katılaşana kadar, en az 4 saat veya bir gece buzdolabında bekletin.

Panna Cotta'ları tabağa çıkarmak için kâseleri sıcak su dolu bir tabağa daldırın ve tabağa ters çevirin. Narenciye, orman meyveleri veya çekirdekli **meyve kompostosuyla** süsleyin.

2 gün önceden hazırlanabilir.

Çeşitlemeler

- **Kakuleli Panna Cotta** yapmak için kremayı ısıtmadan önce içine ¾ çay kaşığı toz kakule ekleyin. Bir önceki sayfadaki gibi devam edin.
- **Narenciyeli Panna Cotta** için kremayı ısıtmadan önce içine ½ çay kaşığı ince rendelenmiş limon veya portakal kabuğu ekleyin. Bir önceki sayfadaki gibi devam edin.



Kremalı Bezeler

30 küçük beze

Arkadaşım Siew-Chin yumurta akına fısıldayan kadındır. Ondan beze yaparken eşit büyüklükte kabarcıklar oluşturmak için yumurta aklarını yavaşça çırpmanın önemini öğrendim. Böylece karışım daha hacimli olup pişerken daha sağlam kalacaktır. En önemlisi yumurta aklarının berrak ve kirden uzak olmasıdır. İster yumurta sarısından, elinizden veya kâsenin içinde kalmış bir kirden olsun, herhangi bir yağ yumurtanın hacimli oluşumunu gerçekleştirmesini engeller. Bu tarife bayılıyorum çünkü özellikle yumuşak ve sakız gibi bezeler çıkacaktır. Bunlar küçük lokmalar halinde veya çeşitlemeler bölümüne bakarsanız büyük boyutlu **Pavlova** olarak eşit derecede lezzetlidir.

4 1/2 çay kaşığı (14 gr) mısır nişastası
1 1/2 ölçü (300 gr) şeker
3/4 ölçü (6 170 gr/yakl. 6 büyük) yumurta akı, oda sıcaklığında
1/2 çay kaşığı krem tartar
Bir tutam tuz
1 1/2 çay kaşığı vanilya esansı



Fırını 120 °C'de ısıtın. İki fırın tepsisine pişirme kâğıdı serin.

Küçük bir kâsede mısır nişastasıyla şekeri birlikte çırpın.

Mikserin çırpma aparatı takılı kâsesinde yumurta aklarını, krem tartarı ve tuzu çırpın. Düşük devirden başlayıp giderek yükseltin 2-3 dakika izler belirginleşmeye ve yumurta beyazı köpükleri çok küçük ve aynı biçimde olana kadar çırpın. Burada **acele etmeyin.**

Hızı orta-yükseğe çıkarıp ağır ağır ve azar azar şeker-mısır nişastası

karışımını serpin. Şekeri ekledikten birkaç dakika sonra yavaş yavaş vanilyayı ekleyin. Yavaşça hızı arttırıp 3-4 dakika daha çırpın; beze düz bir kıvam alsın ve çırpıcıyı kaldırdığınızda katı tepecikler meydana gelsin.

İki kaşıkla biriyle bezeyi alıp diğeriyle bezeyi öteki kaşıktan düşürerek pişirme kâğıdının üzerine golf topu büyüklüğünde beze topları koyun. Bileğinizi hafifçe büküvererek bezelerin tepelerinde düzensiz sivri uçlar oluşturun.

Tepsileri fırına verin ve ısıyı 110 °C'ye düşürün.

25 dakika sonra tepsileri 180 derece çevirip fırındaki yerlerini değiştirin. Bezeler renk değiştirip çatlamaya başlarlarsa ısıyı 95 °C'ye düşürün.

20-25 dakika daha, bezeler kâğıttan kolayca ayrılana, dışları gevrek ve kuru, içleri ise hâlâ krema kıvamında olana kadar pişirmeye devam edin. Yalnızca birinin tadına bakın!

Bezeleri tepsiden çıkarıp bir tel rafta soğutun.

Oda sıcaklığında ağzı sıkıca kapalı bir kapta veya tek tek sarılarak 1 haftaya kadar dayanır. Ama evinizin rutubetli olmaması gerekir.

Çeşitlemeler

- Bezeleri küçük **Pavlovalar** şeklinde yapın. Bezeleri pişirme kâğıdının üzerine 5x2.5 ebadında oval biçim verin, sonra kaşığın sırtıyla bezelerin üzerinde kopmuş görüntüsü meydana getirin. 65 dakika yukarıda tarif edildiği gibi pişirin, tamamen soğutun ve **Kokulu Krem Şanti** veya dondurma ve en üstte de orman meyveleri veya **narenciye kompostosu** (sf. 405) ile beraber servis edin.

- İran **Pavlovaları** için ½ toz kakule ile 1 çorba kaşığı soğuk safran çayını (bkz. sf. 287) yumurta beyazlarına ekleyin. Yukarıdaki gibi devam edin. **Gül Kokulu Orman Meyveleri** (sf. 405), **Kakuleli Krem Şanti** (sf. 421) kavrulmuş fıstık ve ufalanmış gül yapraklarıyla beraber servis edin.

- **Beze Delisi** için ufaladığınız bezeleri **orman meyvesi kompostosu** (sf. 405) veya limon tatlısı ve **Vanilyalı Krem Şanti** (sf. 421) ile beraber bardakların içine döşeyin.

- **Çikolata-Karamelli Beze Delisi** için 55 gr eritilmiş, soğutulmuş bitter çikolatayı pişirmeden hemen önce bezeye katın. Yukarıdaki gibi devam edin. Ufaladığınız bezeleri çikolatalı dondurma, **Tuzlu Karamel Sosu** ve **Karamel Kreması** (sf. 422) ile beraber bardaklara döşeyin.

Kokulu Krem Şanti

2 ölçü

Hem hafif hem de yağlı olan çırpılmış krem şanti çok lezzetli bir zıtlık taşır. Krem şantinin havayı hapsedip akışkan formdan dalgalı katı forma geçme kabiliyeti vardır (bkz. sf. 421).

Alışverişe çıktığınızda sade, saf ağır krem şanti almaya çalışın – çoğu marka karajenan gibi stabilizörler içerir veya Ultra Yüksek Isıl (UHT) pastörizasyon işlemi görmüştür, bu da krem şantinin köpürmesini etkiler. En güzel çırpılmış krem şanti için bulabildiğiniz en saf kremayı satın alın.

Kokulu Krem şantiyi aşağıda listelediğimiz bütün tatlarla birleştirebilirsiniz. Karamelli krem şantiyi elmalı turtayla birleştirin, defne yaprağı krem şantiyi kızarmış şeftalilerin üstüne koyun ve Kavrulmuş Hindistancevizli Krem Şantiyi **Bitter Çikolatalı Puding** ile yan yana sunun. Pişmiş ve soğumuş kekin üzerine çabucak bir Kokulu Krem Şantiyi çırpıp koyuverin. Göreceksiniz, Kokulu Krem Şantinin güzelleştiremeyeceği çok şey yoktur.

1 ölçü ağır krema, soğutulmuş
1 1/2 çay kaşığı toz şeker

Sonraki sayfada yer alan tat seçeneklerinden herhangi biri

İYİ ÇIRPIN

RES. 1



RES. 2



Büyük, derin bir metal kâseyi (ya da mikserin kâsesini) ve çırpıcıyı (veya çırpma aparatını) başlamadan önce en az 20 dakika dondurucuda soğutun. Kâse soğuyunca krem şantiyi seçtiğiniz bir tatla aşağıda tarif edildiği gibi hazırlayın, sonra da şeker ekleyin.

Ben krem şantiyi elde çırpmayı tercih ediyorum çünkü daha iyi kontrol edebiliyorum ve fazla çırpıp da krema yerine tereyağı yapmamış oluyorum. Mikser kullanıyorsanız düşük devirde çırpın. İlk yumuşak tepecikler belirene kadar çırpın. Makine kullanıyorsanız el çırpıcısına geçip bütün akışkan krem şanti karışana ve krem şantinin her yerinin kıvamı yumuşak ve dalgalı olana kadar çırpmaya devam edin. Servis vaktine kadar soğutmaya devam edin.

Artanı kapalı kapta 2 güne kadar buzdolabında saklayabilirsiniz. Sönmüş krem şantiyi yeniden elinizde çırparak yumuşak zirveler meydana getirebilirsiniz.

Tat Seçenekleri

Çırpmadan hemen önce *krem şantiye eklenebilecek tatlar:*

- **Baharatlı Krem Şanti** için ¼ çay kaşığı toz kakule, tarçın veya muskat ekleyin
- **Vanilyalı Krem Şanti** için ¼ vanilya çubuğundan kazıdığınız vanilya çekirdeklerini veya 1 çay kaşığı vanilya esansı ekleyin
- **Limonlu Krem Şanti** için ½ çay kaşığı ince rendelenmiş limon kabuğu ile arzu ederseniz 1 çorba kaşığı *Limoncello* likörü ekleyin
- **Portakallı Krem Şanti** için, ½ çay kaşığı rendelenmiş portakal veya mandalina kabuğu kullanın ve dilerseniz 1 çay kaşığı *Grand Marnier* ekleyin
- **Güllü Krem Şanti** için 1 çay kaşığı gül suyu ekleyin
- **Portakal Çiçekli Krem Şanti** için ½ çay kaşığı portakal çiçeği suyu ekleyin
- **Alkollü Krem Şanti** için 1 çay kaşığı Grand Marnier, amaretto, bourbon, ahududulu şarap, Kahlúa, brendi veya rom ekleyin
- **Bademli Krem Şanti** için ½ çay kaşığı badem esansı ekleyin
- **Kahveli Krem Şanti için 1 çay kaşığı hazır kahve veya dilerseniz 1 çay kaşığı Kahlúa** ekleyin

Krem şantinin yarısını aşağıdakilerle birlikte düşük ateşte kaynama noktasına getirin (ama daha sıcak olmasın). Belirtilen süre boyunca pişirin. Önceki sayfada anlatıldığı bibi çırpmaya başlamadan önce süzün:

- **Şeftali Yapraklı Krem Şanti** (şeftali yapraklarının çok güzel bademsi tadı vardır) için 12 nazikçe parçalanmış şeftali yaprağını 15 dakika krem şantide bekletin
- **Bergamotlu Krem Şanti** için 2 çorba kaşığı bergamot çay yaprağını 10 dakika krem şantide bekletin
- **Defne Yapraklı Krem Şanti** için 2 çorba kaşığı 6 nazikçe parçalanmış defne yaprağını 15 dakika krem şantide bekletin

2 saat veya bir gece boyunca soğutulmuş krem şantinin içinde bekleyip önceki sayfada anlatıldığı gibi çırpmaya başlamadan önce süzün:

- ***Noyau* (kayısı çekirdeği) Krem Şanti** için 12 çatlamış ve hafifçe kavrulmuş kayısı çekirdeğini krem şantide bekletin
- **Kavrulmuş Badem** veya **Kavrulmuş Fındıklı Krem Şanti** için 1/4 ölçü (35 gr) iri doğranmış badem veya fındığı krem şantide bekletin
- **Kavrulmuş Hindistancevizli Krem Şanti** için 1/3 ölçü (40 gr) kavrulmuş, parçalanmış, tatlandırılmamış hindistancevizini krem şantide bekletin. Hindistancevizi krem şantinin birazını emecektir, bu yüzden süzerken hindistancevizlerini iyice sıkın.
- **Karamelli Krem Şanti** için ¼ ölçü (50 gr) şeker ve 3 çorba kaşığı suyu koyu bir amber rengi alana dek pişirip ½ ölçü ağır krema ekleyin (sf. 421'teki yöntemi kullanın). Bir tutam tuz ekleyin. Buzdolabında iyice soğutun, sonra ½ ölçü soğutulmuş ağır krema ile birleştirip yukarıda tarif edildiği gibi çırpın. **Elmalı ve Frangipane Turta, Klasik Elmalı Turta, Kahveli *Granita*** (sf. 403), **Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası** veya dondurma ile beraber servis edin.

Çikolatalı Krem Şanti için ½ ölçü ağır kremayı 1 çorba kaşığı şekerle küçük bir sos tenceresinde orta-düşük ısıda buhar çıkana kadar haşladıktan sonra bir kâseye 50 gr ince kıyılmış bitter çikolatanın üzerine dökün. Çikolatanın eriyip karışması için karıştırın. Buzdolabında iyice soğutup ½ ölçü soğutulmuş ağır kremayla birleştirin ve yumuşak zirveler oluşana kadar çırpın. **Kahveli *Granita*** (sf. 403), **Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası, Kremalı Bezeler** veya vanilyalı dondurma ile beraber servis edin.

Mayhoş Çırpılmış Krem Şanti için ½ ölçü soğutulmuş ağır kremayı 3 çorba kaşığı şeker ve ¼ ölçü ekşi krema, tam yağlı süzme yoğurt veya **taze krema** ile karıştırıp yukarıda tarif edildiği gibi çırpın. **Elmalı ve Frangipane Tart, Taze Zencefil ve Pekmezli Kek** veya **Balkabaklı Turta** ile beraber servis edin.

Sütsüz **Hindistancevizli Krem Şanti** için iki kutu hindistancevizi sütünden katı yağı kaşıkla alıp çıkarın. Yukarıda tarif edildiği gibi soğutup çırpın. Hindistancevizi sütünü **Yasmin Pilav** yapmak için ayırın. Krem şantiyi **Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası, Bitter Çikolatalı Puding, Çikolatalı Pudingli Turta** (sf. 389) veya dondurmayla servis edin.

Tuzlu Karamel Sosu

1 1/2 ölçü

Kitabı başladığı noktada bitirmek en doğrusu olacak; yani tüm değişikliği sağlayan tuzla. Hem de karamel sosunun içinde. Biraz tuz karamelin acılığını azaltıp tatlılığına da hoş bir zıtlık getirerek karamel sosunu lezzetli bir şeyden tarif edilemez, ağız sulandıran bir şeye dönüştürür. Ne kadar tuz ekleyeceğinizi bilmenin yolu, tuzu azar azar ekleyip erimesini beklemek ve tekrar tekrar tadına bakmaktır. Eğer artık sosun biraz daha tuz isteyip istemediğini anlayamayacak noktaya geldiyseniz sostan bir kaşık alın ve üzerine biraz tuz serpin. Tadına bakın, çok tuzluysa o zaman sınıra ulaşmışsınızdır. Eğer tadı *daha da iyi* ise o zaman sosa biraz daha tuz ekleyin. Emin değilseniz bütün sosu tehlikeye atmak zorunda değilsiniz.

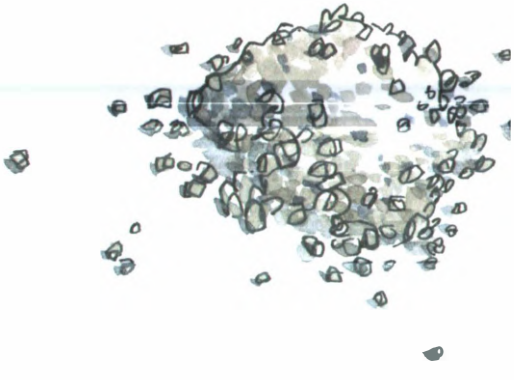
6 çorba kaşığı (75 gr) tuzsuz tereyağı
3/4 ölçü şeker (140 gr) şeker
1/2 ölçü ağır krema
1/2 çay kaşığı vanilya esansı
Tuz

Tereyağını derin, büyük bir sos tenceresinde orta ateşin üstünde eritin. Şekeri de içine karıştırıp ısıyı yükseltin. Karışım dağılmış ve bozulmuş görünürse telaş etmeyin. İnancınızı koruyun – yeniden birleşecektir. Karışım yeniden kaynama noktasına gelene kadar karıştırıp o noktada karıştırmayı bırakın. Karamelin rengi değişmeye başlayacağından her yerin esmer renk alması için tencereyi dikkatlice çevirin. Şeker koyu altın sarısı bir esmer renk alana (yani sayfa 115'te resimlerle anlatılan "duman alarmı" aşaması) ve hafifçe duman çıkarmaya başlayana kadar 10-12 dakika pişirin.

Ateşten alın ve hemen kremayı çırparak içine katın. Dikkatli olun zira çok sıcak olan karışım köpürecektir, üzerinize sıçrayabilir. Karamel soğurken koyulaşır. Ben bunu oda ısısına yakın sıcaklıkta servis etmeyi seviyorum çünkü o zaman dondurmaya ve başka ne kullanıyorsanız ona daha iyi yapışıyor. Ama yalan söyleyemem – buzdolabından çıkar **çıkmaz da çok lezzetli oluyor.**

Kapalı kapta 2 haftaya kadar buzdolabında saklayabilirsiniz. Mikrodalga fırında veya ocakta çok düşük ısıda karıştırarak ısıtın.

Yanında servis edebileceğiniz tarifler: **Klasik Elmalı Turta**, **Klasik Balkabaklı Turta**, **Elma ve Frangipane Tart**, **Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası**, **Taze Zencefil ve Pekmezli Kek**'le beraber, **Çikolata-Karamelli Beze Delisi**'nin içinde veya dondurmanın üstünde.



AŞÇILIK DERSLERİ

Şimdi sıra Tuz, Yağ, Asit ve Isı derslerini uygulamaya koymaya geldi. Nereden başlayacağınızı bilmiyorsanız **Birinci Bölüm**'den ilginizi çeken belli bir dersi uygulayan bir tarifi seçin.

Tuz Dersleri

İçeriden Çeşnilendirmek

Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat (sf. 280)
Herhangi bir Makarna tarifi (sf. 288-302)
Adaçaylı ve Ballı Tütsülenmiş Tavuk (sf. 330)
Yayıkaltı Sütüyle Marine Edilmiş Kızarmış Tavuk (sf. 340)
Baharatlı Salamura Hindi Göğsü (sf. 346)

Tuz Ahengi

Yunan Salatası (sf. 230)
Sezar Sosu (sf. 247)
Pasta alla Puttanesca (sf. 294)
Pasta all'Amatriciana (sf. 294)
Glaze Beş Baharatlı Tavuk (sf. 338)

Yağ Dersleri

Emülsiyonlar

Tahinli Sos (sf. 251)

Pasta Cacio e Pepe (sf. 290)

Pasta Alfredo (sf. 291)

Sirkeli Tavuk (sf. 336)

Mayonez ve mayonezin bütün harika çeşitlemeleri (sf. 372-386)

Bademli ve Kakuleli Kek (sf. 412)

Yağ Ahengi

Mavi Peynir Sosu (sf. 249)

Biralı Hamur Kaplı Balık, yanında Tartar Sosla (sf. 389 ve 420)

Bitter Çikolatalı Puding yanında Kokulu Krem Şanti (sf. 389 ve 420)

Asit Dersleri

Asit Ahengi

Canlı Lahana Salatası (sf. 224)

Balzamik Salata Sosu (sf. 241)

Herhangi Bir Narenciye ile Salata Sosu (sf. 244)

Sezar Salata Sosu (sf. 247)

Mavi Peynirli Salata Sosu (sf. 249)

Pasta alle Vongole (sf. 300)

Sirkeli Tavuk (sf. 336)

Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta, yanında Şarapta Poşe Edilmiş Meyve (sf. 416 ve 403)

Isı Dersleri

Isı Ahengi

Izgara Enginar (sf. 266)

İran Usulü Pilav (sf. 285)

Tavuklu Mercimekli Pilav (sf. 334)

Agrodolce'de Kızarmış Balkabağı ve Brüksel Salatası (sf. 262)

Esmerleştirme

Mangalda: Çıtır Tavuk , İnce veya Kalın Kaburga Biftek (sf. 316 veya 352)

Ocakta: Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk, Mercimekli Pilavlı Tavuk (sf. 328 ve 334)

Fırında: Fırında Kızarmış Kabak ve *Agrodolce*'de Brüksel Lahanası , Glaze Beş Baharatlı Tavuk (sf. 262 ve 338)

Yumuşaklığı Korumak

Çırpılmış Yumurta (sf. 147)

Fırında Yavaş Kızarmış Somon (sf. 310)

Ton Balığı Konfit (sf. 314)

Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk (sf. 328)

Serti Yumuşağa Çevirmek

Uzun Pişmiş Rapini (sf. 264)

Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat (sf. 280)

Tavuk Konfit (sf. 326)

Birkaç Ders Daha

Kesin Zamanlama

Haşlanmış Yumurta (sf. 304)

Çırpılmış Yumurta (sf. 147)

Ton Balığı Konfit (sf. 314)

Etek ve Kaburga Biftekler (sf. 352)

Kremalı Bezeler (sf. 418)

Tuzlu Karamel Sosu (sf. 424)

Gevşek Zamanlama

Karamelize Soğan (sf. 254)

Tavuk Suyu (sf. 271)

Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat (sf. 280)

Pasta al Ragù (sf. 297)

Bıçak Kullanımı

Karamelize Soğan—dilimleme (sf. 254)

Toskana Usulü Fasülye ve Kıvırcık Lahana Çorbası—dilimleme ve küp doğrama (sf. 274)

Sicilya Usulü Tavuk Salatası—küp doğrama (sf. 342)

Kuku Sabzi —sebze ve otları doğrama (sf. 306)

Taşıma Bandı Tavuğu—temel et kesme becerisi (sf. 325)

Otlu Salsa—ince kıyma ve küçük küpler doğrama (sf. 359)

Artıklarla Doğaçlama Yapma

Avokado Salata Şablonu (sf. 217)

Şok Haşlanmış Sebzeler, yanında *Goma-Ae* Sosuyla (sf. 251-258)

Brokoli ve Ekmek Ufağı Çeşitlemeleriyle Makarna (sf. 295)

Kuku Sabzi (sf. 306)

Aklınıza Gelen Bütün Tartlar! (sf. 405)

MENÜ ÖNERİLERİ

Hafif Bir İran Usulü Öğle Yemeği:

Ufalanmış Beyaz Peynir, Dilimlenmiş Hıyar ve Sıcak Pide
Rendelenmiş Rezene ve Turp (sf. 228)
Kuku Sabzi, yanında İran Usulü Pancarlı Yoğurt (sf. 371)

Sıcak Yaz Gününde Öğle Yemeği:

Yaz Domatesi ve Ot Salatası (sf. 229)
Ton Balığı Konfit yanında Kısık Ateşte Haşlanmış Bakliyat (sf. 280)

Klasik Sandviç-Salata Durumu:

Kremalı Otlu Sosla Marul Salatası (sf. 248)
Baharatlı Salamura Hindi Göğüs (sf. 346) ile Aïoli (sf. 374)

Hanoi Şerefine:

Vietnam Usulü Hıyar Salatası (sf. 226)
Pho Gà (sf. 333)

Piknik:

Kıvırcık Lahana Salatası, yanında Parmesanlı Salata Sosu (sf. 241)
Sicilya Usulü Tavuklu Salata Sandviçleri (sf. 342)
Bademli ve Kakuleli Kek (sf. 412)

Teriyaki'den de İyi:

Asya Usulü Lahana Salatası (sf. 225)
Glaze Beş Baharatlı Tavuk (sf. 338)
Buharda Pişmiş Yasmin Pilav (sf. 282)

Hafta Ortası Kurtarıcısı:

Ballı Hardallı Salata Soslu Marul (sf. 240)

Tavuklu Tencere Turtası (sf. 322)

Sarımsaklı Taze Fasulye (sf. 261)

Isıtan Kış Yemek Daveti:

Kış *Panzanella*'sı (sf. 234)

Fırında Kızartma Şalgam ve Havuç (sf. 263'teki fırında kızartma yöntemini kullanın)

Meyer Limonlu Salsa (sf. 364)

Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta (sf. 416)

Şarapta Poşe Edilmiş Ayva (sf. 403)

Hafif Hint Yemeği:

Hint Usulü Baharatlı Somon (sf. 311)

Safranlı Pilav (sf. 284)

Hindî Havuç *Raita* (sf. 368)

Hint Usulü Sarımsaklı Taze Fasulye (sf. 241)

Yaz Yemeği:

Limon Soslu Roka (sf. 242)

Taşıma Bandı Tavuğu —mangalda yapmayı deneyin! (sf. 325)

Çeri Domates Konfit (sf. 256)

Mangalda Koçanlı Mısır (sf. 266 - 267'deki ızgara yöntemini kullanın—önden haşlamaya gerek yok)

Çilekli Kurabiye (sf. 391)

Fransız Havası:

Marul, yanında Kırmızı Şarap Sosu (sf. 240)

Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk (sf. 328)

Sote Kuşkonmaz (sf. 260'deki soteleme yöntemini kullanın)

Klasik Fransız Otlu Salatası (sf. 362)

Ravent ve Frangipane Tart, yanında Vanilyalı Krem Şanti (sf. 398 - 421)

Fas Ziyafeti:

Zencefil ve Lime'lı Rendelenmiş Havuç Salatası (sf. 227)
Fas Baharatıyla Haşlanmış Nohut (sf. sf. 194'teki Lezzet Dünyası'na danışın)
Fas Usulü *Köfte* Kebap (sf. 355)
Harissa, *Charmoula* ve Otlu Yoğurt (sf. 378, 365, 368)

Bir Nevi Izakaya:

Şok Haşlanmış Ispanak (sf. 259) yanında *Goma-Ae* Sos (sf. 251)
Çıtır Tavuk (sf. 316)
Japon Usulü Otlu Salata (sf. 363)

Kazanana Tavuk Bedava:

Canlı Lahana Salatası (sf. 224)
Acılı Kızarmış Tavuk (sf. 320)
Yayıkaltı Sütlü Hafif ve Gevrek Bisküvi (sf. 392)
Kısık Ateşte Haşlanmış Börülce (sf. 280)
Ricotta Salatalı, Acılı Rapini (uzun pişirme yöntemini kullanın) (sf. 264)
Bitter Çikolatalı Puding (sf. 414)

Tatlı İçin Tavsiyeler...

- Elmalı ve Frangipane Tart (sf. 395) yanında Çırpılmış Taze Krema (sf. 113)
- Klasik Balkabaklı Turta (sf. 388) yanında Mayhoş Çırpılmış Krem Şanti (sf. 423)
- Elmalı Turta (sf. 386) yanında Karamelli Krem Şanti (sf. 423)
- Badem Sütlü *Granita* (sf. 402) yanında Kavrulmuş Bademli Krem Şanti (sf. 422)
- Kahveli *Granita* (sf. 403) yanında Çikolatalı Krem Şanti (sf. 422)
- Kan Portakallı *Granita* (sf. 402) yanında Bergamotlu Krem Şanti (sf. 422)
- Poşe Kayısı (sf. 404) yanında *Noyau* Krem Şanti (sf. 422)
- Poşe Armut (sf. 405) yanında Tuzlu Karamel Sosu (sf. 424)
- Şeftali Kompostosu (sf. 405) yanında Şeftali Yapraklı Krem Şanti (sf. 422)
- Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası (sf. 408) yanında Kahveli Krem Şanti (sf. 421)
- Taze Zencefil ve Pekmezli Kek (sf. 410) yanında Mayhoş Çırpılmış Krem Şanti (sf. 423)
- Bademli ve Kakuleli Kek (sf. 412) yanında Tüysüz Şeftali Kompostosu
- Meksika Usulü Çikolatalı Puding (sf. 415) yanında Baharatlı Krem Şanti (sf. 421)
- Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta (sf. 416) yanında Şeftali ve Vanilya Çubuklu Komposto (sf. 405)
- Kakuleli Panna Cotta (sf. 417) yanında Gül Kokulu Orman Meyveleri (sf. 405)
- Narenciyeli Panna Cotta (sf. 417) yanında Kumkatlı Komposto (sf. 405)

İLAVE OKUMALAR

Bir yemek yazarı veya şefi tanıyıp onun tariflerini başarıyla uygulayabildiğinizi öğrenince, bu yazarları güvenilir kaynaklarınız arasına alın. Aşağıdaki isimler yeni tarifler için internet üzerinde veya kitapları karıştırırken kullandığım yazarlar ve şeflerdir.

Dünya mutfakları için: Cecilia Chiang ve Fuschia Dunlop (Çin), Julia Child ve Richard Olney (Fransa), Madhur Jaffrey ve Niloufer Ichaporia King (Hint Yarımadası), Najmieh Batmanglij (İran), Ada Boni ve Marcella Hazan (İtalya), Nancy Singleton Hachisu ve Shizuo Tsuji (Japonya), Yotam Ottolenghi, Claudia Roden ve Paula Wolfert (Akdeniz), Diana Kennedy ve Maricel Presilla (Meksika), Andy Ricker ve David Thompson (Tayland), Andrea Nguyen ve Charles Phan (Vietnam).

Genel aşçılık için: James Beard, April Bloomfield, Marion Cunningham, Suzanne Goin, Edna Lewis, Deborah Madison, Cal Peternell, David Tanis, Alice Waters, The Canal House ve The Joy of Cooking.

Yemek ve aşçılık üzerine ilham verici yazılar için: Tamar Adler, Elizabeth David, MFK Fisher, Patience Gray, Jane Grigson ve Nigel Slater.

Hamur işleri için: Josey Baker, Flo Braker, Dorie Greenspan, David Lebovitz, Alice Medrich, Elisabeth Prueitt, Claire Ptak, Chad Robertson ve Lindsey Shere.

Yemek pişirmenin ardındaki bilim için: Shirley Corriher, Harold McGee, J. Kenji Lopez-Alt, Hervé This ve *Cook's Illustrated* dergisindeki arkadaşlar.

TEŞEKKÜR

Bu kitap on dört yıllık aşçılık tecrübesinin ve aşçılık hakkında düşünmenin ve altı yıllık bir araştırma ve yazmanın ürünüdür. Bu süreçte birçok insan büyük küçük sayısız katkılarda bulundu. Derin şükranlarımı sunmak istediklerim arasında yer alanlar:

Alice Waters'a, benzersiz bir ilham ve eğitim cemiyeti yarattığı ve beni bir genç olarak bu cemiyete kabul ettiği için. Yaptığım her şeyde bana rehber olan estetik ve duyusal değerleri bana aşıladığı için. Vizyonu olan kararlı bir kadının neler başarabileceğini bana gösterdiği için.

Michael Pollan ve Judith Belzer'a yıllar yılı bana gösterdikleri dostluk, rehberlik ve sayısız biçimlerde yardımlar için. Benim aptalca fikirlerimi geliştirip resmi bir felsefe, sonra da bir kitap formuna sokmaya en baştan beri beni teşvik etmek de dâhil.

Christopher Lee'ye, ansiklopedik referansım olduğu, bana mutfak atalarıma saygı duymayı öğrettiği, aşçılığımı sınıra taşımayı bana gösterdiği ve tatmayı bana gösterdiği için.

Lori Podraza ve Mark Gordon'a, bütün teorileri üzerlerinde denememe sabırla izin verdikleri için.

Thomas W. Dorman'a bana Nitelik ile nitelik arasındaki farkı gösterdiği için.

Bütün hocalarıma: Stephen Booth, Sylvan Brackett, Mary Canales, Dario Cecchini, Siew-Chin Chinn, Rayneil de Guzman, Amy Dencler, Samantha Greenwood, Charlie Hallowell, Robert Hass, Kelsie Kerr, Niloufer Ichaporia King, Charlene Nicholson, Cal Peternell, Dominica Rice, Cristina Roschi, Lindsey Shere, Alan Tangren, David Tanis ve Benedetta Vitali.

Sam Moghannam, Rosie Branson Gill ve 18 Reasons'daki Michelle McKenzie ile Soul Food Farm'daki Alexis ve Eric Koefoed'a, *Tuz, Yağ, Asit, Isı* dersleri için bana en başta fırsat verdikleri için. Ve ilk – ve en iyi – öğrencim Sasha Lopez'e.

Desteklerini benden esirgemeyen yazar cemiyetimden, Chris Colin, Jack Hitt, Doug McGray, Caroline Paul, Kevin West'e ve Notto'da gelmiş geçmiş herkese: Roxy Bahar, Julie Caine, Novella Carpenter, Bridget Huber, Casey Miner, Sarah C. Rich, Mary Roach, Alec Scott, Gordy Slack ve Malia Wollan.

Sarah Adelman, Laurel Braitman, ve Jenny Wapner'e geliştirici ilk bilgiler ve sarsılmaz dostlukları için.

Twilight Greenaway'e, kinoa için ve bana kızkardeş olduğu için. Justin Limoges ve Marlow Colt Greenaway-Limoges'e mide üçüzlerim oldukları için.

Aaron Hyman'a benimle her merakın peşinden gittiği ve ödün vermeme asla müsaade etmediği için.

Kristen Rasmussen'e bilim ve beslenme kahramanım olduğu için. Harold McGee'ye gıda biliminde bana yardımcı olduğu ve Guy Crosby, Michelle Harris ve Laura Katz'a bilgilerin doğruluğunu kontrol etmede yardımları için.

Annette Flores, Michelle Fuerst, Amy Hatwig, Carrie Lewis, Amalia Mariño, Lori Oyamada, Laurie Ellen Pellicano, Tom Purtill, Jill Santopietro ve Jessica Washburn'e tarif yazımı, deneme desteği ve danışmanlık için.

Sabır, inanç ve bilinçle tarifleri deneyen yüzlerce ev aşçısına!

Thomas ve Tiffany Campbell, Greta Caruso, Barbara Denton, Lex Denton, Philip Dwelle ve Alex Holey'ye iştahınız, dostluğunuz ve bana ev aşçılarının nasıl düşündüklerini gösterdiğiniz için.

Tamar Adler ve Julia Turshen'e, sözcük ve yiyecek yolunda benimle beraber yürüdükleri için.

David Riland'a sabır ve şevkat için.

Sarah Ryhanen ve Eric Famisan'a, çiftlikteki yazı odam için.

Peter, Kristin, Bodhi ve Bea Becker, şehre her gelişimde beni aranıza aldığınız için.

Verlyn Klikenborg'a, *Several Short Sentences about Writing* kitabı için.

The MacDowell Colony, The Headlands Center for the Arts, Mesa Refuge'ye mekân, zaman ve paha biçilmez yaratıcı destek için.

Alvaro Villanueva'ya, bütün kuralları bozan bir kitabın tasarımına sonsuz sabır, mizah ve yaratıcılık kattığı için.

Emily Graff'a bu kitabı inanılmaz ölçüde geliştiren ayrıntıcılığı, teşkilat temayülleri ve yılmaz desteği için. Ann Cherry, Maureen Cole, Kayley Hoffman, Sarah Reidy, Marysue Rucci, Stacey Sakal ve Dana Trocker'a, Simon & Schuster'da perde arkasındaki çalışmasıyla bu kitabı biçimlendirdiği ve ona dünyada kendine ait bir hayat vereceği için.

Jenny Lord'a, dünyanın öbür ucunda doğru anda doğru şeyleri söylediği için.

Mike Szczerban'a, bu kitabı doğru yola sevk eden bilgeliği ve coşkusu ama en önemlisi kitaplara duyduğumuz ortak sevgi üzerine kurulan sihirli dostluk için.

Wendy MacNaughton'a, harika mizah ve macera anlayışı, her şeyi denemeye istekli ol-

duğu, yüreklendirme konuşmaları ve elbette emeği için. Ne kadar şanslıyım ki en sevdiğim çizer benim kitabın görsellerini çizdi ve bu süreçte dostum haline geldi. Sen dileyebileceğim en iyi çalışma arkadaşısın.

Sevgili arkadaşım ve her şeyde şampiyon olan, Kari Stuart'a. O olmasaydı bu kitap gün ışığı göremezdi. Bana Kari'yi verdiği için Amanda Urban'a. En iyi olduğu için Patrick Morley'e.

Ve nihayet bana yemeyi öğreten aileme: Şehla, Paşa ve Bahadır Nosrat; teyzelerim ve dayılarım Leyla, Şahab, Şahram, Şehriyar ve Ziba Hazai ve anneannem ile babaannem, Pervin Hazai ile Parivaş Nosrat. *Nuşe junetan.*

– Samin

Teşekkürlerimle;

Harika ve daima yüreklendiren ebeveynim Robin ve Candy MacNaughton'a.

Stüdyo menajerim Trish Richman'a.

Alvaro Villanueva'ya! Harika tasarımın, yaratıcı fikirlerin, açık zihnin ve sabrın hayret verici.

Hem Samin'e hem bana bu kadar iyi baktığın için teşekkürler, Kari Stuart.

Ajanım ve rol modelim Charlotte Sheedy'e.

Her şeyim Caroline Paul'e.

Ve Samin. Beraber çalışmayı ilk teklif ettiğinde yumurta bile çırpamıyordum. Mizahın, sabrın ve benzersiz coşkunla ancak sen benim dikkatimi böyle çekebilir ve yemek pişirmenin ne kadar eğlenceli ve büyüleyici olabileceğini gösterebilirdin. Benim hayatımı değiştirdin. Teşekkür ederim. Seninle çalışmak, sanat yapmak, senin dostun olmak benim için bir şeref ve zevktir.

KAYNAKÇA

Batali, Mario. Crispy Black Bass with Endive Marmellata and Saffron Vinaigrette, *The Babbo Cookbook* içinde. New York: Clarkson Potter, 2002.

Beard, James. *James Beard's Simple Foods.* New York: Macmillan, 1993.

———. *Theory and Practice of Good Cooking.*

Braker, Flo. *The Simple Art of Perfect Baking.* San Francisco: Chronicle Books, 2003.

Breslin, Paul A. S. "An Evolutionary Perspective on Food and Human Taste." *Current Biology*, Elsevier, May 6, 2013.

Corriher, Shirley. *BakeWise: The Hows and Whys of Successful Baking with Over 200 Magnificent Recipes.* New York: Scribner, 2008.

Crosby, Guy. *The Science of Good Cooking: Master 50 Simple Concepts to Enjoy a Lifetime of Success in the Kitchen.* Brookline, MA: America's Test Kitchen, 2012.

David, Elizabeth. *Spices, Salt and Aromatics in the English Kitchen.* Harmondsworth: Penguin, 1970.

Frankel, E. N., R. J. Mailer, C. F. Shoemaker, S. C. Wang ve J. D. Flynn. "Tests Indicate That Imported 'extra-Virgin' Olive Oil Often Fails International and USDA Standards." *UC Davis Olive Center*. UC Regents, June 2010.

Frankel, E. N., R. J. Mailer, S. C. Wang, C. F. Shoemaker, J. X. Guinard, J. D. Flynn ve N. D. Sturzenberger. "Evaluation of Extra-Virgin Olive Oil Sold in California." *UC Davis Olive Center*. UC Regents, April 2011.

Heaney, Seamus. *Death of a Naturalist*. London: Faber and Faber, 1969.

Holland, Mina. *The Edible Atlas: Around the World in Thirty-Nine Cuisines.* London: Canongate, 2014.

Hyde, Robert J. ve Steven A. Witherly. "Dynamic Contrast: A Sensory Contribution to Palatability." *Appetite* 21.1 (1993): 1-16.

King, Niloufer Ichaporia. *My Bombay Kitchen: Traditional and Modern Parsi Home Cooking*. Berkeley: University of California, 2007.

Kurlansky, Mark. *Salt: A World History*. New York: Walker, 2002.

Lewis, Edna. *The Taste of Country Cooking*. New York: A. A. Knopf, 2006.

McGee, Harold. "Harold McGee on When to Put Oil in a Pan." *Diners Journal Harold McGee on When to Put Oil in a Pan Comments. New York Times*, August 6, 2008.

———. *Keys to Good Cooking: A Guide to Making the Best of Foods and Recipes*. New York: Penguin Press, 2010.

———. *On Food and Cooking: The Science and Lore of Cooking*. New York: Scribner, 1984; 2nd ed. 2004.

Mcguire, S. "Institute of Medicine. 2010. Strategies to Reduce Sodium Intake in the United States." Washington, DC: The National Academies Press. *Advances in Nutrition: An International Review Journal* 1.1 (2010): 49-50.

McLaghan, Jennifer. *Fat: An Appreciation of a Misunderstood Ingredient, with Recipes*. Berkeley: Ten Speed Press, 2008.

McPhee, John. *Oranges*. New York: Farrar, Straus and Giroux, 1967.

Montmayeur, Jean-Pierre, and Johannes Le Coutre. *Fat Detection: Taste, Texture, and Post Ingestive Effects*. Boca Raton: CRC/Taylor & Francis, 2010.

Page, Karen, and Andrew Dornenburg. *The Flavor Bible: The Essential Guide to Culinary Creativity, Based on the Wisdom of America's Most Imaginative Chefs*. New York: Little, Brown, 2008.

Pollan, Michael. *Cooked: A Natural History of Transformation*. New York: Penguin, 2014.

Powers of Ten—A Film Dealing with the Relative Size of Things in the Universe and the Effect of Adding Another Zero. By Charles Eames, Ray Eames, Elmer Bernstein ve Philip Morrison. Pyramid Films, 1978.

Rodgers, Judy. *The Zuni Cafe Cookbook*. New York: W. W. Norton, 2002.

Rozin, Elisabeth. *Ethnic Cuisine: The Flavor-Principle Cookbook*. Lexington, MA: S. Greene, 1985.

Ruhlman, Michael. *The Elements of Cooking: Translating the Chef's Craft for Every Kitchen*. New York: Scribner, 2007.

Segnit, Niki. *The Flavor Thesaurus: A Compendium of Pairings, Recipes, and Ideas for the Creative Cook*. New York: Bloomsbury, 2010.

"Smoke: Why We Love It, for Cooking and Eating." *Washington Post*, May 5, 2015.

Stevens, Wallace. *Harmonium*. New York: A. A. Knopf, 1947.

Strand, Mark. *Selected Poems*. New York: Knopf, 1990.

Stuckey, Barb. *Taste What You're Missing: The Passionate Eater's Guide to Why Good Food Tastes Good*. New York: Free, 2012.

Talavera, Karel, Keiko Yasumatsu, Thomas Voets, Guy Droogmans, Noriatsu Shigemura, Yuzo Ninomiya, Robert F. Margolskee ve Bernd Nilius. "Heat Activation of TRPM5 Underlies Thermal Sensitivity of Sweet Taste." *Nature*, 2005.

This, Hervé. *Kitchen Mysteries: Revealing the Science of Cooking=Les Secrets De La Casserole*. New York: Columbia UP, 2007.

———. *Molecular Gastronomy: Exploring the Science of Flavor*. New York: Columbia UP, 2006.

———. *The Science of the Oven*. New York: Columbia UP, 2009.

Waters, Alice, Alan Tangren, and Fritz Streiff. *Chez Panisse Fruit*. New York: HarperCollins, 2002.

Waters, Alice, Patricia Curtan, Kelsie Kerr ve Fritz Streiff. *The Art of Simple Food: Notes, Lessons, and Recipes from a Delicious Revolution*. New York: Clarkson Potter, 2007.

Witherly, Steven A. "Why Humans Like Junk Food." Bloomington: iUniverse Inc., 2007.

Wrangham, Richard W. *Catching Fire: How Cooking Made Us Human*. New York: Basic, 2009.

DİZİN

A

Aaron'un Tart Hamuru, 93, 180, 393–94
Acılık, 26, 106, 124, 152
Adas Polo o Morgh (Tavuklu Mercimekli Pilav), 254, 281, 334–35
Adu Lasan, 351
Ağır Ateşte Pişirmek, 37,156, 157–160, 165
Ahenk, 196
  Asit ahengi, 117–23
  Isı ahengi, 186–87
  Tuz ahengi, 48–49, 50
  Yağ ahengi, 98
Aïoli (Sarımsaklı Mayonez), 267, 314, 370, 372
Alkalinite, 112
Alterna-lahana salatası, 225
Araç Gereç Seçimi, 205
Arborio pirinci, 283, 284
Arjantin Chimichurri, 367
Aroma, 26
Asit, 55, 99, 100–29, 193, 196, 200
  ahengi, 117–123, 427
  dengesi, 126, 127
  ile doğaçlama, 128–129, 190
  kaynakları, 104
  tanımı, 105
  üretimi, 115–116
  ve hamur ve diğer karışımlar, 113
  ve lezzet, 106–8
  ve renk, 111
  ve şeker, 106
Asit Dünyası, 108–10
Asya Usulü Lahana Salatası, 225
Ata Lilo, 353
Avokado:
  Avokado ve Narenciye Salatası, 118, 242, 311
  Domates ve Hıyarlı Avokado Salatası, 215–23

B

Badem:
  Bademli Krem Şanti, 421
  Bademli ve Kakuleli Kek, 405, 412–13
  Kavrulmuş Badem veya Fındıklı Krem Şanti, 422
  Kayısı ve Badem Kompostosu, 405
Bahar Panzanella'sı, 235, 240
Baharatlar, 46–47
Baharatlı Kızarmış Tavuk, 224, 259, 320–21
Baharatlı Krem Şanti, 423
Baharatlı Salamura Hindi Göğsü, 31, 346–47, 375
Baharatlı zeytinyağları, 66
Baklalı ve Dereotlu Pilav, 287
Bakliyat, 33–34, 141
  Baklalı ve Dereotlu Pilav, 287
  Bakliyat Salatası, 232, 240, 241
  Bakliyat tarifleri, 280–302
  Fasulyeli ve Brokolili Makarna, 296
  Haşlanmış Bakliyat, 178, 280
  Kuru bakliyatın suda bekleme aşamaları, 142
  Sarımsaklı Taze Fasulye, 73, 259, 261
  Toskana Ekmek, Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası (Ribollita), 258, 275, 281
  Toskana Makarna ve Fasulye Çorbası (Pasta e Fagioli), 275, 281
  Toskana Usulü Kara Lahana ve Fasulye Çorbası, 228, 232, 274–75
Balık ve deniz ürünleri, 310–15
  Balık ve deniz ürünleri pişirme yöntemleri, 174, 176, 181–82, 187
  Balık ve deniz ürünleri tarifleri, 310–15
  Balık veya Karides Pane, 329
  Biralı Hamurla Kaplı Balık, 140, 224, 312–13
  Fırında Yavaş Kızarmış Somon, 140, 221, 238, 242, 286, 287, 310–11

Hint Usulü Baharatlı Somon, 259, 311
İstiridyeli Makarna, 301
İstiridyeli ve Sucuklu Makarna, 301
Narenciyeli Somon, 311
Pasta alle Vongole, 120–24, 160, 171, 258, 300–302
Soyayla Glaze Edilmiş Somon, 311
Ton Balığı Konfit, 82, 221, 314–15, 357, 377
Tuz ve balık, 32
Balık veya Karides Pane, 329
Ballı Hardallı Salata Sosu, 240, 267, 326
Balzamik Salata Sosu, 238, 241
Basit Biber Salçası, 375, 379, 380
Basit Mayonez, 303, 365, 373
Basit Salsa Verde, 358–59
Basmati pirinç, 282, 283, 285–86
Batali, Mario, 75
Beard, James, 21, 131
Benmari (su banyosu), 156, 161–62
Bergamotlu Krem Şanti, 422
Beze 179, 418–19, 422
Bıçakla kesme çeşitleri, 212
Bıçaklar, 205
Biber Sosu, 377–79
Biber, 46–47
Biberli Mayonez (*Rouille*), 372, 375, 377
Biberli ve Naneli Bezelye, 260
Biftek, 354–55
Bilekten sallama, 44, 45
Biralı Hamurla Kaplı Balık, 140, 224, 312–13
Bitki anatomisi, 141, 144–45
Bitkisel katı yağ, 92
Bitter Çikolatalı Puding, 178, 389, 414–15, 420
Blumenthal, Heston, 312
Brokoli:
Brokolili ve Ekmek Kırıntılı Makarna, 295–96
Fasulyeli ve Brokolili Makarna, 296
Sucuklu ve Brokolili Makarna, 296
Brüksel lahanası:
***Agrodolce*'de Balkabağı ve Brüksel Lahanası, 262–63**
Bol yağda kızartma, 75, 78, 156, 173–76, 188
Borani Esfenaj (İran Usulü Ispanaklı Yoğurt), 370
Bozuk mayonezi düzeltme, 87, 373
Buhar gücü, 138–39
Buharda pişirme, 156, 170–71, 282
Buharda Pişmiş Yasmin Pilav, 338
Buharlı sote, 171

C

Canlı Lahana Salatası, 119, 128, 178, 224, 240
Capri Salatası, 229
Cecchini, Dario, 10, 131, 344
Cervantes, 124
Chez Panisse, Berkeley, 17–18, 30, 52, 57, 88, 102–3, 131, 132, 163, 165, 177, 192, 199, 215, 336, 338, 410
Child, Julia, 83
Chipotle Mayonez, 375

Ç

Çelik kesme ve yuvarlak yulaflar, 283, 284
Çeşnilendirme:
içeriden, 27, 30, 37, 164, 428
önceden, 30, 31, 37
tatmak, 28
tavuk, 38
yağ, 62
Çevirme (tavuk), 155, 182
Çırpılmış Yumurta, 147, 304
Çıtır doku, 61, 74, 75–79
Çıtır Tavuk, 186, 316–17, 380
Çıtır Yarma Tavuk, 270, 316
Çikolata, 126
Bitter Çikolatalı Puding, 178, 389, 414–15, 420
Çikolata-Kakuleli Puding, 415
Çikolata-Karamelli Beze Delisi, 419
Çikolatalı Geceyarısı Pastası, 94, 98, 180, 405
Çikolatalı Krem Şanti, 424
Çikolatalı Pudingli Turta, 384, 389, 415
Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası, 180, 408–10, 422
Meksika Usulü Çikolatalı Puding, 415
Çilekli Komposto, 391
Çizgili soyma, 220, 227, 231
Çorbalar:
çeşitleri, 272–73
İpeksi Tatlı Mısır Çorbası, 138, 173, 254, 276–77, 359
Klasik Yumurta Çorbası, 274
Pasta e Fagioli (Toskana Usulü Makarna ve Fasulye Çorbası), 275, 281
Pho Gà (Vietnam Usulü Tavuk Çorbası),

159, 333
Ribollita (Ekmek, Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası), 258, 275, 281
Sarımsaklı Tavuk Çorbası, 332–33
Stracciatella: Roma Usulü Yumurta Çorbası, 273
tarifler, 272–79
Taze Sarımsak Çorbası, 333
Toskana Usulü Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası, 228, 232, 274–75

D

Dana eti:
Biftek, 352–53
Dana Eti Suyu, 271
Dana eti yağı, 69
Dananın en iyi kısımları, 348
Pasta al Ragu, 297–99
Temel Dana Eti Haşlama Süreleri, 349
David, Elizabeth, 41
Davis, Nekisia, 402
Defne Yapraklı Krem Şanti, 422
Dehidre etme, 137, 156, 180–81
Dekstroz, 22
Demirleme, 191
Denatürasyon, 31, 113–14
Denge, 52–54, 98, 126, 127, 195–97
Deniz Mahsülleri (*bkz.* Balık ve Deniz Ürünleri)
Deniz suyu 22,36
Deniz tuzu, 20, 22, 23, 25, 206
Diamond Kristal Koşer tuz, 24, 25, 206
Difüzyon, 29–30, 36, 39
Doğaçlama:
Asit ile doğaçlama, 128–29, 190
Isı ile doğaçlama, 190
Tuz ile doğaçlama, 55, 99, 128–29, 190
Yağ ile doğaçlama, 99, 128–29, 190
Doğrudan ateş, 178
Dolaylı ısı, 178, 330, 331
Domates, 105, 107–8, 112
Çeri Domates Konfit, 256–57
Domates Konfit, 140
Domates, Fesleğen ve Salatalık, 231
Domatesli Salata Sosu, 229, 231, 245, 256
Fettuş, 232, 240
Ketçap, 124
Organik Domates Ve Hıyarlı Avokado Salatası, 215–23
Pasta all Pomarola, 293–94
Ricotta ve Domates Salatalı Ekmek, 195, 230, 380
Yaz Domatesi ve Ot Salatası, 229
Don yağı, 69, 70
Döndürme işlemi, 90
Dumanın lezzeti, 153
Duyu, beş, 132
Dünyanın aromatik lezzet bazları, 350–51
Düşük ısılı fırında pişirme, 156, 179–81

E

Ekmek *Tahdig*, 287
Ekşilik, 26, 101, 107, 124
Elma, 129
Elmalı ve Frangipane Tart, 395–97
Klasik Elmalı Turta, 384, 386–87
Emülsiyonlar, 80–83, 427
Emülsiyonları kırma ve onarma, 84–85
Enginar:
Enginar kalbi, 267
Enginar Konfit, 257
Izgara Enginar, 266–67
Esmer pirinç, 283
Esmerleştirilmiş soğan, 254, 255, 259
Esmerleştirme, 64, 115, 126, 142, 146–47, 149–50, 154, 156, 164, 173, 175, 176, 180, 183, 184, 428
Essentials of Classic Italian Cooking (Hazan), 42
Et, 344–57
Et suyu, 270–72
Et/sebze suyuna çorbalar, 272–74
Et pişirme yöntemleri, 156, 158–59, 163–65, 165–67, 172, 173, 176–79, 181, 183, 185–86, 352–53
et tarifleri, 342–55
eti dinlendirmek, 178–79, 353
ısı ve et, 148, 149, 151, 342, 352–54
kıyma, 343
tuz ve et, 30–32
Eti hafif ateşte pişirmek, 158–59
Etlilik, 64
Fas Köftesi, 355
Fermentasyon, 115–16
Fesleğen Pesto, 381
Feta:

Meyer Limon ve Feta Sosu, 364
Naneli Kuşkonmaz ve Feta, 235

F

Fettuş, 232, 240
Fındık tadı, 64
Fındık yağı, 68
Fırında pişirme, 154–55, 156, 179–81. (*ayrıca bkz.* Tereyağı ve Unlu Hamurlar)
Fırında Yavaş Kızarmış Somon, 140, 221, 238, 242, 286, 287, 310–11
Fırında Yavaş Kızartma, 148, 156, 181–82
Fırınlar, 154–56
Fıstık yağı, 78
Fleming, Claudia, 416
Fleur de sel, 23, 25
Fritto Misto, 313, 329

G

Glaze Beş Baharatlı Tavuk, 73, 117, 178, 259, 338–39
Gliadin, 88
Glutamat, 124
Glüten gelişimi, 88, 90, 92, 94
Glüten, 34, 88, 383
Glütensiz Hamur, 313
Goma-Ae (Japon susam sosu), 251, 259
Görme, ısı ölçümü ve, 187–88

Granita, 219, 402–3
Granola:
Nekisia'nın Zeytinyağlı ve Deniz Tuzlu Granolası, 400–1

Grigson, Jane, 131
Gül Kokulu Orman Meyveleri, 407, 419
Güllü Krem Şanti, 421
Güneydoğu Asya Usulü Otlu Salsa, 362
Güz *Panzanella*'sı, 67, 232–33

H

Hafif ısı, 156, 344
Hafif kıvam, 62, 74, 95–96
Hafif salata sosları, 239, 240–46
Hamurlar, 383–97
Aaron'un Tart Hamuru, 93, 180, 395–94
Asit ve hamur, 113
Bitter Çikolatalı Puding, 389
Çikolatalı Pudingli Turta, 195, 384, 389
Elmalı ve Frangipaneli Tart, 395–97
Fritto Misto, 313, 329
Glütensiz Hamur, 313
Hamur tarifleri, 383–97
Klasik Balkabaklı Turta, 388
Klasik Elmalı Turta, 384, 386–87
Kurabiye, 391
Tereyağlı Turta Hamuru, 83, 322, 384–85
Tuz ve hamur, 34
Yağ ve hamur, 70, 88–93
Yayıkaltı Sütlü Bisküvi, 390–91

Harissa (Kuzey Afrika Biber Sosu), 281, 377, 378
Haşlama, 37, 148, 156, 163–67
Dünyada haşlama, 348
Haşlama için temel süreler, 348
Haşlamaya uygun etler, 348
Haşlanmış yumurta, 303–5, 314, 376
Hava ile pişirmek, 177–86
Havuç:
Hint Usulü Havuç Raita, 368–69
Zencefil ve Lime'lı Rendelenmiş Havuç Salatası, 226–27, 355

Hayvansal Yağlar, 69–71, 77
Hazan, Marcella, 42, 131
Heaney, Seamus, 83
Hıyar:
Domates ve Hıyarlı Avokado Salatası, 215–23
Domates, Fesleğen ve Hıyar Salatası, 231
Vietnam Usulü Hıyar Salatası, 227
Hindi:
Baharatlı Salamura Hindi Göğsü, 31, 346–47, 373
Hindi Konfit, 327
ısı ve, 148
temel haşlama süreleri, 349

Hindistancevizi:
Hindistancevizi yağı, 68
Hindistancevizli Krem Şanti, 422, 423 Hint Usulü Hindistancevizi ve Kişnişli Acı Sos, 277, 366

Hint Usulü Baharatlı Kızarmış Tavuk, 321
Hint Usulü Baharatlı Somon, 259, 311
Hint Usulü Havuç *Raita*, 368–70
Hint Usulü Hindistancevizi ve Kişnişli Acı Sos, 277, 366
Hyman, Aaron, 93, 393

I

Isı, 37, 55, 130–90, 193, 200
- ahengi, 186–87, 428
- bilimi, 136
- buharın gücü, 138–39
- duyusal işaretler ve, 187–89
- esmerleştirme, 64, 115, 126, 142, 146–47, 149–50, 154, 156, 164, 173, 175, 176, 180, 183, 184, 428
- fırınlar, 154–56
- hafif ısıya karşı yoğun ısı, 156
- ile doğaçlama yapma, 190
- karbonhidratlar ve, 141–43, 146
- ölçümü, 187–89
- proteinler ve, 147–48
- su ve, 137 tat ve, 151–52
- yağ ve, 76, 140

Isı iletimi, 182, 183
Isının devam etmesi, 151–52, 162, 168, 178
Ispanak:
- *Borani Esfenaj*: İran Usulü Ispanaklı Yoğurt, 370

Izgara Etek Biftek, 354
Izgara peynirli sandviç, 134, 135
Izgara/Mangal, 156, 177–78, 266–67, 352

İ

İç yağı, 69
İpeksi Tatlı Mısır Çorbası, 138,173, 254, 276–77, 357
İran Usulü *Şirazî* Salata, 215, 230
İstiridye:
- İstiridyeli Makarna, 301

İşitme, ısı ölçümü ve, 189
İyot, 22

J

Jambon yağı, 71, 73, 140
Jambon, 69
Japon Usulü Otlu Salsa, 363
Jelatin, 148, 159

K

Kabartma tozu, 95, 96, 112
Kaburga biftek, 352
Kahve, 126
Kahveli *Granita*, 403, 422
Kahveli Krem Şanti, 421–22
Kahverengi tereyağı, 67
Kahverengi Tereyağlı Salata Sosu, 67, 232, 234, 241
Kakuleli Panna Cotta, 417
Kalojen, 114, 148, 159
Kalsiyum sülfat, 25
Kanola yağı, 78
Karamel:
- Karamelli Krema, 388–90, 419, 423
- Karamelli şeker, 142–43
- Tuzlu Karamel Sos, 126, 150, 419, 424–25

Karamelizasyon, 115, 116, 138, 143, 262
Karamelize soğan, 254, 255, 397
Karamelize Soğanlı Tart, 127, 254
Kaşıklar, 205
Katalan Biber Sosu (*Romesco*), 377–79
Katlama, 96
Katmerli kıvam, 62, 74, 88–93, 383
Kavrulmuş Bademli Krem Şanti, 422
Kavrulmuş Hindistancevizli Krem Şanti, 422
Kaya tuzu, 20, 22
Kayısı, 171
- Kayısı Çekirdekli (Noyau) Krem Şanti, 422
- Kayısı ve Badem Kompostosu, 405

Kaynamış su, 137, 156, 157, 160, 168, 284
Kaynatılmış et, 158
Kaz yağı, 70
Kazein, 113
Kekler ve Pastalar, 187
- Badem ve Kakuleli Kek, 405, 412–13
- Çikolatalı Geceyarısı Pastası, 94, 98
- Lori'nin Çikolatalı Geceyarısı Pastası, 180, 408–409, 422
- Taze Zencefil ve Pekmezli Keki, 94, 405
- Tereyağlı kekler, 95–96

Keskin Krem Şanti, 113, 423
Kırma, 283, 284
Kırmızı Şarap Sosu, 230, 232, 235, 240
Kış Panzanella'sı, 195, 234, 241
Kıtır Ekmek Salsa, 358
Kıvam, 196
- asit ve, 112–114
- çıtır, 61, 74, 75–79
- hafif, 62, 74, 95–96
- katmerli, 62, 74, 95–96
- kremsi, 62, 80–87

yağ ve, (*bkz.* Yağ)
yumuşak, 62, 74, 88–90, 93–94, 112, 154, 430
Kıvırcık Lahana, 141, 258
Toskana Usulü Ekmek, Bakliyat ve Kıvırcık Lahana Çorbası (*Ribollita*), 258, 275
Toskana Usulü Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası, 228, 232, 274–75
Kızarmış Adaçaylı *Salsa Verde*, 331, 359
Kızarmış Balkabağı, Adaçayı ve Fındık, 232–33
Kızartma (Tost), 156, 181
Kızartma tavası, 205
Kızartma, 173–76, 312–13
Kimyasal reaksiyon, 136
Kimyon, 46
Kinoa, 283
Klasik Balkabaklı Turta, 388
Klasik Elmalı Turta, 384, 386–87
Klasik Fransız Otlu Salsa, 360
Klasik Güney Lahana Salatası, 224, 225, 373
Klasik İtalyan Salsa Verde, 359
Klasik Kızarmış Tavuk, 321
Klasik Parçalanmış Krutonlar, 237
Klasik Sandviç Mayonezi, 373, 374
Klasik Yumurtalı Çorba, 274
Koku alma, ısı ölçümü ve, 188
Kokulu Krem Şanti, 399, 403–5, 415, 419, 420–23
Komposto, 405, 413, 417, 419
Konfit, 140, 156, 172
Çeri Domates Konfit, 256–57
Domates Konfit, 140
Enginar Konfit, 257
Hindi Konfit, 327
Ördek Konfit, 327
Tavuk Konfit, 140, 271, 277, 326–27
Ton Balığı Konfit, 82, 140, 221, 314–15, 357, 377
Koşer tuz, 23–25, 206
Koyulaşma/Pıhtılaşma, 31, 112–13, 147, 148, 162
Köfte Kebaplar, 286, 287, 354–55, 377
Körili Tavuk Salatası, 343
Krem Tartar, 113
Kremalı Beze, 179, 418–19
Kremalı bisküvi, 90
Kremalı Kuşkonmaz ve Naneli Makarna, 291
Kremalı Otlu Soslar, 248
Kremalı salata sosları, 239, 247–53
Kremsi kıvam, 62, 80–87
Kruton, 231, 232, 234–37
Kuku Sabzi, 101, 258, 286, 304, 306–9, 354
Kumkat:
Kumkat Salsa, 309
Tatlı Kumkat Sosu, 244
Kuşkonmaz:
Kremalı Kuşkonmaz ve Naneli Makarna, 291
Naneli Kuşkonmaz ve Feta, 235
Kuzey Afrika *Şarmula*, 367
Kuzu:
Haşlama için uygun kuzu kısımları, 348
Köfte Kebaplar, 286, 287, 354–55, 377
Kuzu pişirme süreleri, 349
Kuzu yağı, 70

L

Lahana:
Canlı Lahana Salatası, 119, 128, 178, 224, 240
Lahana Salatası:
Alterna-lahana, 225
Asya Lahana Salatası, 225
Canlı Lahana Salatası, 119, 128, 178, 224, 240
Klasik Güney Lahana Salatası, 224, 225, 373
Meksi-lahana, 225
Lee, Chris, 18, 155, 336
Lesitin, 82
Lewis, Edna, 344
Lezzet:
Asit ve, 106–8
Dünyanın aromatik lezzet bazları, 350–51
Yağ ve, 64–71
Isı ve asit, 151–52
Tuz ve, 21, 22, 26, 27, 164
Lezzet Dünyası, 46, 159, 164, 192, 194
Lezzet Dünyası, 46, 159, 164, 192, 194
Lime:
Lime Sos, 226, 230, 243
Yerfıstığı-Lime Sosu, 253
Zencefil ve Lime'lı Rendelenmiş Havuç Salatası, 226–27, 355
Limon, 105
Limon-Ançüez Sosu, 242
Limonlu Krem Şanti, 423

Limonlu Salsa, 228, 242
Meyer Limon Salsa, 311, 364
Meyer Limon ve Feta Sosu, 364
Meyer Limon ve Zeytin Sosu, 364

Lübnan Usulü Biber ve Ceviz Sosu (*Muhammara*), 377, 379

M

Magnezyum klorür, 25
Maillard reaksiyonu, 115, 116, 138, 149, 164, 171, 176, 177, 181, 184, 262
Maillard, Louis Camille, 115
Makarna, 288–302
Makarna pişirme yöntemleri, 160, 169
Beş klasik makarna, 288–302
Brokolili ve Ekmek Kırıntılı Makarna, 295–96
Fasulyeli ve Brokolili Makarna, 296
İstiridye ve Sucuklu Makarna, 301
İstiridyeli Makarna, 301
Kremalı Kuşkonmaz ve Naneli Makarna, 291
Makarna tarifleri, 280–302
Pasta al Ragù, 157, 297–99
Pasta Alfredo, 195, 291
Pasta all'Amatriciana, 99, 294
Pasta alla Pomarola, 293–94
Pasta alla Puttanesca, 294
Pasta alle Vongole, 120–24, 160, 171, 258, 300–302
Pasta Cacio e Pepe, 46, 55, 84, 290–91
Pasta e Fagioli, 275, 281

Maldon tuzu, 23, 25
Mantar, 33
Marmelat, 146
Mast-o-Laboo (İran Usulü Pancarlı Yoğurt), 371
Mavi Peynirli Sos, 113, 249
Maydanoz, 211, 213
Mayonez, 82, 84–85, 86, 372
McGee, Harold, 147, 402
McPhee, John, 107
Meksika Usulü Çikolatalı Puding, 415
Meksika Usulü Otlu Salsa, 277, 361
Meksi-lahana, 225
Menü önerileri, 430–33
Mercimek:
Tavuklu Mercimekli Pilav (*Adas Polo o Morgh*), 281, 334–35
Meyveler, 33, 402–7
Granita, 402–3
İncir yaprağında meyve kızartma, 404
Meyve Kompostosu, 405, 413, 417, 419
Şarapta meyve poşe etme, 403–4
Mısır:
İpeksi Tatlı Mısır Çorbası, 138, 173, 254, 276–77, 357
Midye:
Pasta alle Vongole, 120–24, 160, 171, 258, 300–302

Mirepoix, 350
Miso-Hardal Sosu, 252
Morton iyotlu tuz, 22
Morton Koşer tuz, 24, 206
MSG (monosodium glutamate), 124
Muhammara, 377, 379
Mühürleme, 75, 156, 176, 186

N

Nane:
Naneli Kuşkonmaz ve Feta, 235
Nane Salsa Verde, 267, 357

Narenciyeli Panna Cotta, 417
Narenciyeli Salata Sosu, 118, 219
Narenciyeli Salata Sosu, 238
Narenciyeli Somon, 311
Niman, Bill, 346
Nişastalar, 141–42, 159–60
Nohut, 141
Noyau Krem Şanti, 422

O

Oksitlenme, 111
Oliver, Mary, 187
Omlet:
İran Usulü Sebze ve Yeşillikli Omlet (*Kuku Sabzi*), 101, 258, 286, 304, 306–9, 354

On Dakika Haşlanmış Yumurta, 305, 314, 376
***Oranges* (McPhee), 107**
Otlu Mayonez, 372, 374
Otlu Pilav, 287
Otlu Salsa, 65, 68, 111, 262, 280, 281, 325, 326, 357–64
Otlu Yoğurt, 287
Ozmos, 29–30, 33, 139

Ö

Öğütülmüş tahıllar, 141
Ördek, 77
  Ördek Konfit, 327
  Ördek pişirme yöntemleri, 172
  Ördek yağı, 70

P

Pancar:
  Domates ve Hıyarlı Avokado Salatası, 218–23
  İran Usulü Pancarlı Yoğurt (*Mast-o-Laboo*), 371
Pancetta, 69
Pandispanya, 95
Panko, 328
Parçalanmış Kruton, 231, 232, 234–36
Parmesan, 123, 124
Parmesanlı Salata Sosu, 241
Patates, 141, 143
Pavlova, 418, 419
Pazı, 141, 258–69
  İran Usülü Sebze ve Yeşillikli Omlet (*Kuku Sabzi*), 101, 258, 286, 304, 306–9, 354
Pektin, 33, 112, 141, 146
Pépin, Jacques, 215, 340
Pesto, 288, 380–82
Peternell, Cal, 18–19, 54, 124
Peynir (*bkz.* peynirli tarifler)
Peynirli Parçalanmış Krutonlar, 237
pH ölçeği, 105, 106, 108–9
Pho Gà, 159, 333
Pilav, 254, 281, 334–35
  Adas Polo o Morgh Tavuklu Mercimekli Pilav, 254, 281, 334–35
  Baklalı ve Dereotlu Pilav, 287
  Fars–ıtır Pilav, 168, 285–86, 325, 357
  Otlu Pilav, 287
  pişirme, 282–83
  Safranlı Pilav, 287
Pirinç Şarabı Sosu, 225, 246
Pişirme asitleri, 117–18
Pişirme kâğıdı, 170, 171, 173
Pişirme yöntemleri:
  az yağda kızartma, 75, 76, 156, 173–75
  benmari (su banyosu), 156, 161–62
  bol yağda kızartma, 75, 78, 156, 173–76, 188
  buharda pişirme, 156, 170–71, 282
  fırında kızartma, 156, 182–86, 262–63, 404
  fırında pişirme, 154–55, 156, 179–81
  haşlama (*bkz.* Haşlama)
  ızgara, 156, 177–78, 266–67, 352
  kavurma, 156, 181 kaynatma, 137, 156, 157, 160, 168, 284, 303–5, 314, 376
  kızartma, 173–76, 312–13
  konfit (*bkz* Konfit)
  mühürleme, 75, 156, 176, 186
  poşe (*bkz* Poşe)
  salamura, 156, 177–78
  soteleme, 75, 76, 156, 173–75, 260–61
  şok haşlama, 37, 156, 168–69, 258–59, 302
  tavada kızartma, 75, 76, 173–75
  terletme, 138, 156, 172–73
  tıkırdatma, 37, 156, 157–60, 165
  tütsüleme, 330–31
  yahni, 148, 156, 163–65
Podraza, Lori, 408
Polenta, 283, 284
Pollan, Michael, 82, 178, 330
Portakal:
  Portakal Çiçekli Krem Şanti, 421
  Portakal *Granita*, 403
  Portakallı Krem Şanti, 421
Poşe, 37, 156, 160, 161, 165
  meyve, 403–4
  yumurta, 161, 304
Purtill, Tom, 392
Pürüzsüz çorbalar, 272–73, 276–79

R

Recaito, 353
Renk, asit ve, 111
Rezene:
  Rendelenmiş Rezene ve Turp Salatası, 228, **242, 311**
***Ribollita* (Ekmek, Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası)**, 258, 275, 281
Ricotta 195, 230, 382
Ricotta Salatalı, Acılı Rapini, 264–65
Risotto, 160, 282, 284
Robertson, Chad, 115–16

Rodgers, Judy, 27, 198
Roma Usulü Yumurta Çorbası (*Stracciatella*), 273, 304
Romesco (Katalan Biber Sosu), 377–79
Rouille (Biberli Mayonez), 372, 375, 377

S

Sadeyağ, 68, 328, 329
Safran çayı, 287, 354
Safranlı Pilav, 287
Sahanda Yumurta, 303
Salamura, 31, 185
Salatalar, 127, 215–37
  Avokado ve Narenciye Salatası, 118, 242, 311
  Capri Salatası, 229
  Domates ve Ricotta Peynirli Kızarmış Ekmekler, 195, 230, 382
  Fettuş, 232, 240
  ideal, 216
  Kavrulmuş Kırmızı Hindiba ve Rokfor, 234
  Körili Tavuklu Salata, 343
  Krutonlar, 231, 232, 234–37
  Naneli Kuşkonmaz ve Feta, 235
  Organik domates ve salatalıkla avokado salatası, 215–23
  Sezar Salata, 48–49, 119
  Şirazi Salata, 215, 230
  Tahıl ya da Bakliyat Salatası, 232, 240, 241
  tarifler, 215–37
  Yunan Salatası, 230, 240
Salata sosları, 238–53
  Ballı Hardallı Salata Sosu, 240, 267, 326
  Balzamik Sos, 238, 241
  Domatesli Salata Sosu, 229, 231, 245, 256
  Fıstık–Lime Sos, 253
  Goma-Ae (Japon susam sosu), 251, 259
  hafif, 239, 240–46
  Herhangi Bir Narenciye Salata Sosu, 238
  Kahverengi Tereyağı Salata Sosu, 67, 232, 234, 241
  Kırmızı Şarap Salata Sosu, 225, 230, 232, 235, 240, 246
  Kremalı Otlu Sos, 248
  kremalı, 239, 247–53
  Lime Salata Sosu, 226, 230, 243
  Limon–Ançüez Sosu, 242
  Limonlu Salata Sosu, 228, 242
  Mavi Peynir Sosu, 113, 249
  Miso–Hardallı Sos, 252
  Narenciyeli Salata Sosu, 118
  Parmesanlı Salata Sosu, 241
  Sezar Sos, 50, 198, 247
  Tahinli Sos, 251 tarifleri, 238–53
  Tatlı Kumkat Sosu, 244
  Yeşil Tanrıça Sosu, 238, 250
Salmoriglio Sicilya Usulü Kekikotu Sosu, 367
Salsa Verde:
  Basit, 359–61
  Kızarmış Adaçaylı, 331, 359
  Klasik İtalyan, 359
  Naneli, 359
Salya, 106
Sarartılmış soğan, 254, 255
Sarımsak:
  Aïoli (Sarımsaklı Mayonez), 267, 314, 372, 374
  Sarımsaklı Tavuk Çorbası, 332–33
  Sarımsaklı Taze Fasulye, 73, 259, 261
  Taze Sarımsak Çorbası, 333
Schmaltz, 70
Sebzeler:
  Agrodolce'de Balkabağı ve Brüksel Lahanası, 262–63
  ağır ateşte pişirme, 160
  Brokolili ve Ekmek Kırıntılı Makarna, 295–96
  Çeri Domates Konfit, 256–57
  Çilili ve Naneli Bezelye, 260
  Enginar Konfit, 257
  pişirme teknikleri, 112, 160, 163, 164, 168–73, 182, 184–85, 258–69
  Ricotta Salatalı, Acılı Rapini, 264–65
  Sarımsaklı Taze Fasulye, 73, 259, 261
  tarifler, 254–69
  tuz ve, 33
Sel gris, 23,25
Selüloz, 112, 141
Serpinti Kırıntı, 237, 281, 295, 302, 358, 378
Sezar Salata Sosu, 50, 198, 247, 372
Sezar Salata, 48–49, 119
Sığ yağda kızartma, 75,76, 156, 173–75
Sirke, 103, 105, 108–9, 118
Sirkeli Tavuk, 336–37

sodyum klorür, 20
Soffritto, 352
Sofra (taneli) tuz, 22, 23
Soğan, 112, 118, 123
Soğanı doğramak, 208–9
Soğanı pişirmek, 254–55
Soğanı yumuşatmak, 221, 263
Solar yöntemlerle üretilen deniz tuzu, 25
Solma, 138
Somon,
Fırında Yavaş Kızarmış Somon, 140, 221, 238, 242, 286, 287, 310–11
Hint Usulü Baharatlı Somon, 259, 311
Narenciyeli Somon, 311
Soyayla Glaze Edilmiş Somon, 311
Soslar, 358–84
Arjantin Chimichurri, 367
Basit Biber Sosu, 377–79
Basit Salsa Verde, 358–60
Biber Sosu, 375, 377
Borani Esfenaj İran Usulü Ispanaklı Yoğurt, 370
Güneydoğu Asya Usulü Otlu Salsa, 362
Harissa, 281, 377, 378
Hint Usulü Havuç *Raita*, 368–69
Hint Usulü Hindistancevizi ve Kişnişli Acı Sos, 331, 359
İran Usulü Otlu ve Hıyarlı Yoğurt, 334, 335, 355, 369
Japon Usulü Otlu Salsa, 363
Kabak Çekirdeği Salsa, 361
Katalan biber sosu (Romesco), 378
Kıtır Ekmek Salsa, 358
Kızıl İstiridye Sosu, 302
Klasik Fransız Otlu Salsa, 360
Klasik İtalyan Salsa Verde, 359
Kumkat Salsa, 311
Mast-o-Laboo İran Usulü Pancarlı Yoğurt, 371
Mayonez, 82, 84–85, 372
Meksika Usulü Otlu Salsa, 277, 361
Meyer Limon Salsa, 311, 364
Meyer Limon ve Feta Sosu, 364
Meyer Limon ve Zeytin Sosu, 364
Muhammara, 377, 379
Naneli Salsa Verde, 365
Otlu Salsa, 65, 68, 111, 262, 280, 281, 325, 326, 357–64
Pesto, 288, 380–82
pişirme, 157–58, 162
Salmoriglio Sicilya Usulü Kekikotu Sosu, 367
Şarmula, 281, 365
tarifler, 356–82
Tartar Sos, 313, 329, 372, 376
Tuzlu Karamel Sosu, 126, 150, 419, 424–25
Yoğurtlu Sos, 262, 281, 368
Soteleme, 75, 76, 156, 173–75, 260–61
Soyayla Glaze Edilmiş Somon, 311
Stracciatella: Roma Usulü Yumurta Çorbası, 273, 304
Strand, Mark, 163, 164
Su, ile pişirme, 157–71
Sucuk:
İstiridye ve Sucuklu Makarna, 301
Sucuk Ragù, 299
Sucuklu ve Brokolili Makarna, 296
Susam yağı, 68
Suşi pirinci, 283

Ş

Şarmula, 281, 365
Şeftali:
Şeftali Yapraklı Krem Şanti, 2
Şeftalili ve Vanilyalı Komposto, 405
Şeker, 26, 143. (*ayrıca bkz.* Tatlılar)
esmerleşme aşamaları, 146, 147
ve ısı, 142–43
ve tuz, 47
Şok Haşlama, 37, 156, 168–69, 258–59, 302

T

Tadım yaparak çeşnilendirme, 27–28
Tadım yapma, 17–18, 27,41–42, 48–49, 54
Tahıllar, 141
Tahıl Salatası, 232, 240, 241
Tahıl tarifleri, 280–302
Tahılları pişirmek, 169, 188, 282–84
Tahinli Sos, 251
Taneli çorbalar, 272, 274–75
Tanis, David, 338
Tarifler, 198–200, 214–425
Bakliyat, tahıllar ve makarna, 280–302
balık ve deniz ürünleri, 310–15

çorbalar, 272–79
et suları, 270–72
et, 344–55
salata sosları, 238–53
salatalar, 215–37
sebzeler, 254–69
soslar, 356–82
tatlılar, 405–25
tavuk, 316–43
tereyağı ve unlu hamurlar, 384–97
yumurta, 303–9
Tartar Sos, 313, 329, 372, 376
Taşıma Bandı Tavuğu, 325, 357
Tat alma, 26
Tat, beş, 26, 124
Tatlılar, 199, 400–25 (*ayrıca bkz.* Meyveler)
Beze Delisi, 419
Bitter Çikolatalı Puding, 178, 414–15, 420
çikolata (*bkz.* Çikolata)
Çikolata-Karamelli Beze Delisi, 419
Çikolatalı Geceyarısı Pastası, 94, 98, 180
Çikolatalı-Kakuleli Puding, 415
Elmalı ve Frangipane Tart, 395–97
Granita, 402–3
İran Usulü Pavlova, 419
Kakuleli Panna Cotta, 417
kekler ve pastalar (*bkz.* Kekler ve Pastalar)
Klasik Balkabaklı Turta, 388
Klasik Elmalı Turta, 384, 386–87
Kokulu Krem Şanti, 403–5, 415, 419, 420–23
Kremalı Bezeler, 179, 418–19, 422
Kurabiye, 391 Narenciyeli Panna Cotta, 417
Nekisia'nın Zeytinyağlı ve Deniz Tuzlu Granolası, 400–2
Pavlova, 418, 419
tereyağlı kekler, 95–96
Tuzlu Karamel Sosu, 126, 150, 419, 424–25
Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta , 404, 405, 416–17
Tatlılık, 26, 64, 124, 152
asidi tatlıyla dengeleme, 126
Tavada kızartma, 75, 76, 173–75
Tavuk, 316–43
Adaçayı ve Ballı Tütsülenmiş Tavuk, 140, 178, 330–31, 343
Adas Polo o Morgh Tavuklu Mercimekli Pilav, 254, 281, 334–35
Baharatlı Kızarmış Tavuk, 224, 259, 320–21
bütün tavuğu parçalama, 318–19
Çıtır Tavuk, 186, 316–17, 380
Glaze Beş Baharatlı Tavuk, 73, 117, 178, 259, 338–39
haşlamaya uygun tavuk kısımları, 348
Hint Usulü Baharatlı Kızarmış Tavuk, 321
İran Usulü Fırında Kızarmış Tavuk, 286, 287, 341
Klasik Kızarmış Tavuk, 321
Körili Tavuk Salatası, 343
Kümes Hayvanları *Ragu*, 299
Parmak Yalatan Tavada Kızarmış Tavuk, 99, 174, 328–29
Sarımsaklı Tavuk Çorbası, 332–33
Sicilya Usulü Tavuk Salatası, 342–43
Sirkeli Tavuk, 113, 117, 336–37
Taşıma Bandı Tavuğu, 325, 357
Tavuğu çeşnilendirme, 38
Tavuk Konfit, 140, 271, 277, 326–27
tavuk pişirme yöntemleri, 148, 151, 155, 174, 175, 176, 188
Tavuk Suyu, 26, 207, 271, 320, 322, 323, 332, 334, 336, 338, 344, 357
Tavuk yağı, 69, 70
tavuklu tarifler, 316–43
Tavuklu Tencere Turtası, 322–24, 384
Taze Sarımsak Çorbası, 333
temel tavuk haşlama süreleri, 349
Vietnam Usulü Tavuk Çorbası (*Pho Gà*), 159, 333
Yayıkaltı Sütünde Marine Edilmiş Kızartma Tavuk, 321, 340–41
Taylor, June, 146
Taze fasulye, 35
Sarımsaklı Taze Fasulye, 73, 259, 261
Taze krema, 113, 248, 249, 294, 341, 404, 405
Taze Sarımsak Çorbası, 333
Taze Zencefil ve Pekmezli Kek, 94, 405, 410–11
Tereyağı, 67–68, 78, 83–84, 88, 90, 92, 94–97, 140 . (*ayrıca bkz.* Tereyağı ve Unlu Hamurlar)
Tereyağlı kekler, 95–96
Tereyağlı sos, 83–84
Tereyağlı Turta Hamuru, 83, 322, 384–85
Terletme, 138, 156, 172–73

Tersine ozmos, 30
The Last Curse (Fleming), 416
The Taste of Country Cooking, (Lewis), 344
Tohum yağları, 68
Tohumlar, 41
Toklas, Alice B., 147, 273
Ton Balığı Confit, 82, 140, 221, 314–15, 357, 377
Topraksı, 64
Toskana Usulü Bakliyat ve Kıvırcık Lahana Çorbası, 228, 232, 274–75
Toskana Usulü Ekmek, Fasulye ve Kıvırcık Lahana Çorbası (*Ribollita*), 258, 275
Toskana Usulü Makarna ve Fasulye Çorbası (*Pasta e Fagioli*), 275, 281
Turta hamuru, 90–93
Turta Hamuru, 93
Tuz, 16–55, 193, 196, 200
  ahengi, 48–49, 50, 247, 428
  bakliyat ve tahıllar ile, 33–34
  balık ve deniz ürünleri ile, 32
  biber ve, 46–47
  çeşitleri, 21, 25
  dengesi, 52–54
  deniz tuzu, 20, 22, 23, 25, 206
  et ve, 30–32
  hamur ve diğer karışımlar, 34
  ile doğaçlama, 55, 99, 128–29, 190
  iyotlu, 22
  kaynakları, 51
  koşer, 23–25, 206
  lezzet ve, 21, 22, 26, 27, 164
  ozmos ve difüzyon ve, 29–30, 33, 36, 39, 139
  ölçümü, 41–42
  pişirme suyu ve, 35–37
  sebzeler ve, 33
  sınırlı tüketimi, 20
  sofra tuzu, 22, 23
  şeker ve, 47
  tanımı, 20
  tarif örnekleri, 428
  tatlılarda, 47
  temel tuzlama talimatları, 43, 206
  tuzlama takvimi, 40
  tuzlama teknikleri, 44–45
  yağ ile, 32
  yumurta ile, 33
Tuzlu Karamel Sosu, 126, 150, 421, 426–27
Tuzluluk, 26, 124
Türk *Köftesi*, 355

U

Uçuculuk, 152
Umami (lezzetlilik), 26, 64, 124, 152, 196
  kaynakları, 125
Uzun pişirme, 264–65

Ü

Üzüm çekirdeği yağı, 78

V

Vanilya Kokulu Krem Şanti, 387–89, 391, 408, 409, 411, 413, 419, 421
Vietnam Usulü Hıyar Salatası, 226
Vitali, Benedetta, 59, 131, 297

W

Waters, Alice, 57, 127, 150, 177, 215
Wok'ta kızartma, 78, 173
Wolfert, Paula, 131

Y

Yağ, 55, 56–99, 193, 196, 200
  ahengi, 98, 427
  dengesi, 98
  emülsiyonlar, 80–85, 427
  hamurlar ve, 70, 88–93
  ısı ve, 76, 140
  ile doğaçlama yapma, 99, 128–29, 190
  ile pişirmek, 172–76
  kaynakları, 61, 63
  lezzet ve, 64–71
  tava yüzeyleri, 74
  tereyağ, 67–68, 78, 83–84, 88, 90, 92, 94–97, 140
  tuz ve, 32
  tüketimini kısıtlamak, 60
  Yağ Dünyası, 72–73, 99
  yağın rolleri, 61–62
  yanma noktası, 78
  zeytinyağı, 57–59, 65–67, 73, 78
Yağ eritme, 77–78, 140, 185
Yahni, 148, 156, 163–65
Yahniler:

Dünyadan yahniler, 348
Yanma noktaları, 78, 185
Yasmin pilav, 282, 283, 338
Yayıkaltı sütü:
Yayıkaltı Sütlü Panna Cotta, 404, 405, 416–17
Yayıkaltı Sütünden Bisküvi, 390–91
Yayıkaltı Sütüyle Marine Edilmiş Kızartma Tavuk, 321, 340–41
Yaz Domatesi ve Ot Salatası, 229
Yaz Panzanella'sı, 231–32
Yemeklik zeytinyağı, 66
Yeşil Tanrıça Sosu, 238, 250
Yoğun hamurlar, 68
Yoğun ısı, 156, 344
Yoğurt:
Otlu yoğurt, 287, 368
Mast-o-Laboo İran Usulü Pancarlı Yoğurt, 371
İran Usulü Otlu ve Hıyarlı Yoğurt, 334, 335, 355, 369
Borani Esfenaj İran Usulü Ispanaklı Yoğurt, 370
Yoğurt Sosu, 262, 281, 368
Yulaf ezmesi, 282, 284
Yumurta, 303–9
Asit ve yumurta, 112–13
Çırpılmış yumurta, 147, 303–4
Klasik Yumurta Çorbası, 274
Roma Usulü Yumurta Çorbası (*Stracciatella*), 273, 304
Sekiz Dakikalık Yumurta, 221
Tuz ve yumurta, 33
Yumurta pişirme yöntemleri, 161, 303–4
Yumurta tarifleri, 303–9
Yumuşak kıvam, 62, 74, 88–90, 93–94, 112, 154, 428
Yunan Salatası, 230, 240
Yüksek ısılı fırında pişirme, 156, 180

Z

Zencefil:
Taze Zencefil ve Pekmezli Pasta, 94, 405, 410–411
Zencefil ve Lime'lı Rendelenmiş Havuç Salatası, 226–27, 355
Zeytinyağı, 57–59, 65–67, 73, 78
Zuni Café, San Francisco, 27

Samin ve Wendy Hakkında



Samin Nosrat yazar, öğretmen ve şeftir. *New York Times* tarafından "doğru teknikleri en iyi malzemelerle eşleştirmek için en iyi kaynak" ve NPR'ın *All Things Consider*'ı tarafından "yeni Julia Child" olarak adlandırıldı. Chez Panisse'in mutfağına girdiği 2000'den beri profesyonel olarak aşçılık yapmaktadır. Yazıları *New York Times, Bon Appetit* ve *San Francisco Chronicle*'da yer aldı. Berkeley, Kaliforniya'da yaşıyor, yemek yapıyor ve bahçesiyle uğraşıyor. *Tuz, Yağ, Asit, Isı* ilk kitabıdır.

Fotoğraf: Grant Delin





Wendy MacNaughton bir *New York Times* çok satan çizeri ve grafik gazetecisidir. Kitapları arasında *Meanwhile in San Francisco* (Chronicle), *Knives & Ink* (Bloomsbury), *The Gutsy Girl* (Bloomsbury), *Lost Cat* (Bloomsbury) ve *The Essential Scratch and Sniff Guide to Becoming a Wine Expert* (Houghton Mifflin Harcourt) yer alıyor. *The California Sunday Magazine* için köşe yazıları yazıyor. Eşi, birçok dört ayaklı hayvanı ve Samin sayesinde iyi kullandığı mutfağıyla San Francisco'da yaşıyor.

Fotoğraf: Leslie Sophia Lindell

Mutfak Temelleri:

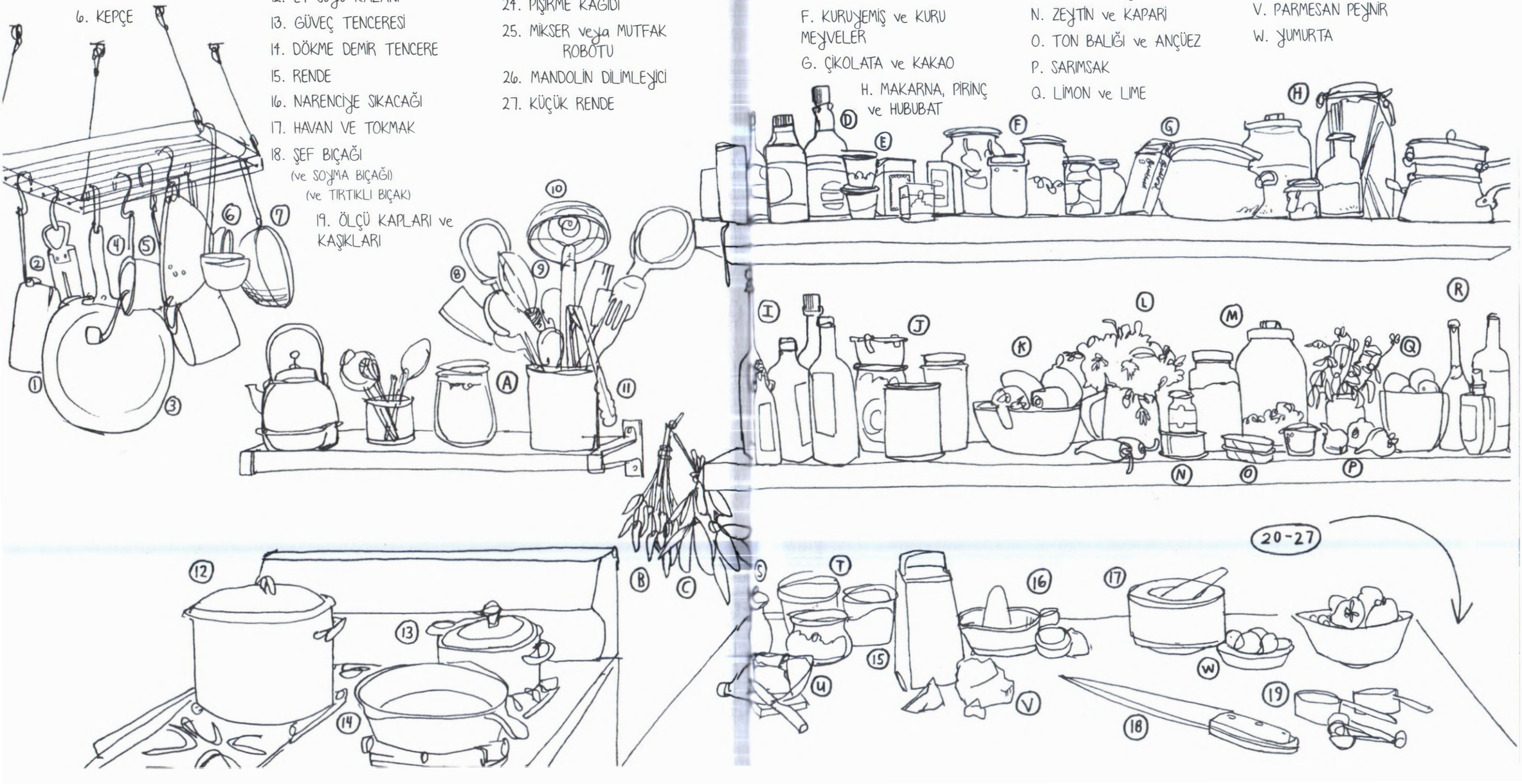
1. SOS TENCERESİ
2. DERİN KIZARTMA TERMOMETRESİ
3. KIZARTMA TAVASI
4. YEMEK SÜZGECİ
5. MAKARNA SÜZGECİ
6. KEPÇE
7. İNCE ÖRÜLÜ ELEK
8. TAHTA KAŞIK
9. SİLİKON SPATULA
10. KEPÇE KEVGİR
11. PASLANMAZ ÇELİK MAŞA
12. ET SUYU KAZANI
13. GÜVEÇ TENCERESİ
14. DÖKME DEMİR TENCERE
15. RENDE
16. NARENCİYE SIKACAĞI
17. HAVAN VE TOKMAK
18. ŞEF BIÇAĞI
    (ve SOYMA BIÇAĞI)
    (ve TIRTIKLI BIÇAK)
19. ÖLÇÜ KAPLARI ve KAŞIKLARI

EL ALTINDA SAKLANANLAR

20. MUTFAK TARTISI
21. ET TERMOMETRESİ
22. SALATA KURUTUCU
23. KARIŞTIRMA KABI
24. PİŞİRME KAĞIDI
25. MİKSER veya MUTFAK ROBOTU
26. MANDOLİN DİLİMLEYİCİ
27. KÜÇÜK RENDE

Kiler Temelleri

A. KOŞER veya İNCE DENİZ TUZU
B. KURUTULMUŞ ACI BİBER
C. DEFNE YAPRAĞI
D. SOYA SOSU
E. BAHARATLAR
F. KURUYEMİŞ ve KURU MEYVELER
G. ÇİKOLATA ve KAKAO
H. MAKARNA, PİRİNÇ ve HUBUBAT
İ. SIZMA ZEYTİNYAĞI ve NÖTRAL YAĞ
J. KONSERVE DOMATES
K. SOĞAN
L. TAZE OTLAR
M. KURU FASULYE
N. ZEYTİN ve KAPARİ
O. TON BALIĞI ve ANÇÜEZ
P. SARIMSAK
Q. LİMON ve LİME
R. KIRMIZI ŞARAP, BEYAZ ŞARAP, BALZAMİK ve PİRİNÇ ŞARABI SİRKESİ
S. KARABİBER
T. PUL TUZ
U. TEREYAĞI
V. PARMESAN PEYNİR
W. YUMURTA



"Michael Pollan, ne yememiz gerektiğine dair o geniş ve karmaşık konuyu yalnızca yedi kelimeyle özetlediğinde herkes çok etkilenmişti: 'Yemek yiyin, fazla yemeyin, çoğunlukla sebze yiyin.' Samin Nosrat da nasıl yemek pişirmemiz gerektiği gibi geniş ve karmaşık bir konuyu dört kelimeyle özetlemeyi başardı: 'Tuz, yağ, asit, ısı.' Herkes çok etkilenecek."
—Yotam Ottolenghi, *Jerusalem* adlı *New York Times* çok satan kitabının yazarı

"*Tuz, Yağ, Asit, Isı* daha iyi bir aşçı olmak isteyen herkesin okuması gereken bir kitap. Samin Nosrat, Wendy MacNaughton'un eğlenceli çizimleriyle yemek pişirmenin temellerini öğretiyor ve yemeği lezzetli yapan dört unsuru inceliyor."
—April Bloomfield, James Beard Ödülü sahibi şef ve *A Girl and Her Pig* adlı kitabın yazarı

"Bu güzel, okuması kolay kitap size yemek pişirmeyi öğretmekle kalmayıp, aynı zamanda yemek yapmanın nasıl bir his olduğunu anlamanıza yardımcı olacak: Keşif, kendiliğindenlik ve neşe ile dolu bir kitap. Samin, tanıdığım en iyi öğretmenlerden biri."
— Alice Waters, *The Art of Simple Food* adlı *New York Times* çok satan kitabının yazarı

"İyi yemek yapmak, iyi yemek yemek hayatın lezzeti... Korkmaz olarak "hayata lezzet" katmak için tam 46 yıldır var gücümüzle çalışıyoruz. Tek amacımız var: Hayatın zorluklarıyla başa çıkmaya çalışan milyonlarca Korkmaz dostumuzun hayatlarını ürünlerimizle kolaylaştırmak, lezzetli hâle getirmek. Samin Nosrat'ın yazdığı, Amazon'un uzun süredir çok satanlar listesinde bulunan, 189 ülkede Netflix belgeseli olarak yayına giren *Tuz, Yağ, Asit, Isı* isimli kitabını da bu amaçla destekledik. Keyifle okuyup yararlanacağınızı düşünüyoruz. Hayatınızın lezzetlenmesi adına böyle de katkımız olursa ne mutlu bize."
—Tacettin Korkmaz, Korkmaz İcra Kurulu Üyesi, Pazarlama Direktörü



HERHANGİ BİR MALZEMEYLE, HERHANGİ BİR YERDE,
HERHANGİ BİR ZAMANDA LEZİZ YEMEKLER PİŞİRMEYİ ÖĞRENECEKSİNİZ
— HEM DE TARİFE İHTİYAÇ DUYMADAN.

SAMIN NOSRAT, devrimsel felsefesiyle profesyonel şeflerden ortaokul öğrencilerine ve Michael Pollan'a kadar birçok kimseye eğitim verdi. Yalnızca dört unsurda ustalaştığınızda (Tuz, Yağ, Asit, Isı), yaptığınız tüm yemeklerin enfes olduğunu göreceksiniz.

Klasik olması kaçınılmaz olan *Tuz, Yağ, Asit, Isı*'yı okuduktan sonra başka yemek kitabına gerek duymayacaksınız.

ISBN: 978-605-7950-06-2
9 786057 950062
kitapora
www.kitapora.com
thekitapyayinlari.com
thekitapyayinlari
thekitapyayinlari
thekitapyayin