



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BESİNLERİ SAKLAMA TEKNİKLERİ

1 - Besinlerin konserve edilerek saklanması: Besinleri bozan biyolojik faktörleri teşkil eden küfler, mayalar ve bakteriler ve bunların meydana getirdikleri enzimler sıcaklığın etkisiyle öldüklerine göre besinleri gereken sıcaklığa göre ısıtmakla bu mikros* kobik canlıları ve onların meydana getirdikleri mikro organizma enzimlerini ve besinin kendi hücrelerinde bulunan ham madde enzimlerini öldürerek besini bir süre bozulmaktan korumak mümkündür. Ancak bu işlemi ağız açık kaplarla yapmak doğru değildir. Çünkü besinler soğuyunca havadaki biyolojik faktörlerle bulaşır ve gereken ortamı bulunca hemen bozulurlar. Besinlerin bozulmalarını önleyebilmek için onları hava almayacak biçimde ağızları kapanabilen kaplar içinde (kavanoz, şişe, teneke kutu) ısıtmak gerektir. Besin maddelerinin cam kavanoz, teneke kutu cam şişe gibi kapların içinde konup bu kapların ağızları hava alamayacak biçimde kapatıldıktan sonra yüksek sıcaklık derecelerinde ısıtılması (sterilizasyon veya pastörizasyon ısılarında) ve uzun süre bozulmadan saklanması usulüne «konserve etmek» adını veriyoruz. Domates, domates suyu, meyveler ve meyve sularında bulunması muhtemel maya, küf ve bunların enzimleri 100 santigrat derecesinin altındaki bir ısıda öldüklerine göre yukarıda saydığımız besin maddeleri ağız kapalı kaplarda 100 derece ısıtılırsa bunları uzun bir süre bozulmadan saklamak mümkündür. Ve bu usule «pastörizasyon» denmektedir. Sebzelerle etlerin bozulmasında rol oynayan bakterilerse daha yüksek ısıda öldüklerinden sebzelerle etler 100 santigrat derecesinin üzerinde ısıtılarak konserve edilirler ve bu usule «sterilizasyon» denmektedir.

2 - Besinlerin kurutulularak saklanması: Bu usulün esası, besinlerde bulunan fazla suyun uçurularak besinleri bozan küçük canlıların faaliyet gösteremeyecekleri bir ortam yaratmak yani bu besinleri kurutmaktır. Kuruyan besinlerde şeker gibi maddeler varsa bu şeker oranı kurumayla çoğalır ve bu da o besinin bozulmadan uzun bir süre saklanmasını temin eder. Kurutulan besinlerdeki su oranı % 15'i aşınca bu besinlerin saklanması güçleşir. Bundan ötürü kuru fasulye, bakla, nohut, fındık, ceviz ve benzeri kuru sebze, bakliyat ve yemişleri rutubetsiz yerlerde saklamak gerekir.

3 - Besinlerin soğukta saklanması: Besinlerdeki küçük canlıların düşük ısıda normal faaliyetlerini gösteremediklerini, uyuşup kaldıklarını evvelce görmüştük. İşte bu durumdan yararlanılmakta ve meyvelerle sebzeler düşük ısıda yani buzdolabı gibi yerlerde uzun bir süre bozulmadan saklanılmaktadır. Böyle düşük ısıda saklanan meyvelerin donacakları düşünülürse de bu besinlerde bulunan şeker, onların donma derecelerini düşürdüğünden cetvelde gösterilen derecelerde donma olmadan bu besinlerin saklanması mümkündür.

4 - Besinlere şeker katarak mikropların yaşayamayacakları bir ortam meydana getirerek bunların saklanması: Takdir edileceği gibi et, sebze, balık gibi şeylere şeker katmak mümkün değildir. Şeker, daha çok meyvelere katılır ki bunlara da yapıllarına göre reçel, marmelat veya meyve şıralarından jöle adı verilir. Bu şekerli besinlerin bozulmaması için katılan şeker oranının yüksek olması gerekmektedir. Bunun için reçellerde % 68, marmelatta % 65, jölede % 65 oranından az şeker olmaması gerekmektedir. Hem pişirilmiş, hem de şekerlenmiş olan bu besinlerin havayla temas etmemeleri için de uzun süre kullanılmayacak marmelat ve jölelerin ağızlarını 2 - 3 milimetre kalınlığında balmumu veya parafinle örtmek gerekir (parafin veya balmumu kaynar bir durumda dökülür ve kabın ağzında soğutulursa her tarafına iyice yapışır ve hava girmesini önler). Reçel kavanozlarını ise parşömen kağıdıyla örttükten sonra ağzını kapatmak daha doğru olur. Ancak parşömen kağıdı bulamayanlar jölede olduğu gibi parafinle de kapatabilirler.

5 - Besinlerin ihtimardan saklanması: Üzüm ve elma gibi besinlerin suyundan elde edilen şıra, ihtimardan yararlanıldığı için meydana gelmektedir. Bilindiği gibi şıradaki şeker, mayaların etkisiyle alkole döner. Alkol ise bozulmayı önler.

6 - Besinlerin tuzlanarak ve ekşiliğini artırarak saklanması: Besinlerimizden meyvelerle sebzelerin ekşiliklerini artırarak uzun süre bozulmadan saklanmaları mümkündür. İşte turşular bu yolla elde edilirler. Turşuların bazıları (biber, patlıcan gibi) sirkeyle yapılır. Bazıları ise (hıyar, domates, lahana gibi) tuzlu su yani salamurayla yapılır. Ayrıca lahana kuru tuzlamayla da turşulaştırılır. Turşunun olgunlaşması sırasında süt asidi meydana gelir ki bu da o besinin bozulmasını bir süre önler. Salamurayla yapılacak turşularda süt asidi oranı % 1'in altına pek düşmemeli. Sirkeyle yapılacak turşularda ise kullanılacak sirkedeki asidin % 4'den aşağı olmaması gerekir.

7 - Besinlerin içine alkol katarak saklanması: Bilindiği gibi saf alkol mikropları öldürmede birebirdir. Nitekim bir yerimiz kanasa mikrop kapmaması için o yeri hemen alkolle sileriz. İşte bu nedenle alkolden meyve şıralarının saklanmasında yararlanır.

8 - Besinlerin kimyasal maddelerin katılmasıyla saklanması: Benzoik asit, sodyum benzoat, karınca asidi, salisilik asit, kükürt dioksidi veya tuzları gibi kimyasal maddelerin azı insan vücudu için hemen hemen

zararsızdır. Ama bunlar besinlerimizi bozan mikroplar için birer kuvvetli zehirdirler. İşte bu kimyasal maddeler domates salçalarına, domates sularına, meyve şıralarına katıldığından bunların bozulmadan uzun süre saklanmasına imkân verirler.

9 - Besinlerin işleme ve tütülemeyle saklanması: Et, dil ve balık gibi besinler bir süre özel salamurada tutulduktan sonra haşlanır. Sonra da çam, mazı, ardıç, defne gibi kokulu ağaçların canlarına tutularak işlenir yani tütülenirse bu besinler serin ve kuru yerlerde uzun süre bozulmadan saklanabilirler. Bazı çam, ardıç ve defne ağaçlarının dumanı içinde bulunan kreozot, asidi, formal gibi gazlar besinlerdeki bakteriler için kuvvetli birer zehirdirler.

10 - Besinlerin mikropların yaşayamayacağı koyuluğa getirilerek saklanması: Üzüm, dut, karpuz ve öbür meyvelerin şıraları ısıtılarak karışımındaki su azaltılır ve bu şıralar pekmez durumuna getirilir. Böylece hem bu besin maddelerindeki şeker oranı çoğalır ve dolayısıyla kolay bozulmaları önlenir, hem de içindeki besleyici maddelerin değeri çoğalır. Üstelik pekmezde su da yeteri kadar olmadığından mikropların kolaylıkla üremesi de önlenmiş olur.

11 - Besinlerin dondurularak saklanması: Bu usulün mazisi pek eski değildir. 1'nci Dünya Savaşı'ndan sonra besileri bu usulle saklamaya başlanışlardır. Besinleri evlerde de buzdolaplarının buzluklarında dondurmak mümkündür.