



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BOUILLİ PİŞİRME

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2006

Haşlama olarak da bilinen Bouilli pişirme yöntemi , yiyeceğin hızla kaynayan sıvının içerisinde pişirilmesi işlemidir. Bu sıvı genellikle su veya et suyudur.

Bu yöntem:

Yemeğin daha yumuşak hale gelmesi sağlar.

Yemeği damak tadına uygun, sindirilebilir hale getirir.

Besin zehirlenmesine yol açabilecek bakteri içeriğini yok ederek yemeği güvenilir hale getirir.

Yemeğin kalitesini, rengini, lezzetini ve dokusunu geliştirir.

Bouilli yöntemi 2 grupta incelenebilir.

Soğuk suda haşlama:

Yiyecek soğuk suya konur kaynamaya ve pişirmeye bırakılır.

Yiyeceğin suyunun daha berrak olması için kaynama başlayınca yüzeyde oluşan köpük alınmalıdır. Stock, consome ve jöle elde edilirken bu işlem önemlidir. o Olabildiğince güvenli bir yöntemdir, yiyecek soğuk suya konur ve kaynadıktan sonra yiyecek çıkarılır.

Sıcak suda haşlama:

Yiyecek kaynayan suya konur ve pişirilir.

Pişirme süresi kısadır.

Besin değeri ve renk, pişirme süresi az olduğundan korunur.

Avantajları;

Sert ve kalitesiz et ve tavuklar bu yöntemle damak tadına uygun ve sindirilebilir hale gelir.

Sık kullanılan bir yöntemdir ve yakıt için ekonomiktir.

Besleyici, iyi tatlandırılmış stocklar elde edilebilir.

İşçi maliyetini düşürür, sadece biraz dikkat ister.

Zaman ve ısı kontrolü:

Isı mutlaka kontrol altında olmalıdır.

Et ve kümes hayvanları iyi pişmiş olmalıdır.

Uygun pişirme zamanları birçok gıdanın yaşına, kalitesine ve büyüklüğüne göre değişmektedir.

Bouilli yönteminde dikkat edilecek noktalar:

Uzun süre aldığı gibi bu süre planlama aşamasında dikkat edilmelidir.

Sıkça ısı kontrolü ve su seviyesi kontrol edilmelidir.

Kaynayan suya besin eklenirken ve sudan alınırken dikkat edilmelidir.

Hemen tüketilmeyecekse pişme suları ve yemekler hızlı bir şekilde soğutularak depolanmalıdır.

Kullanılacağı zaman depodan çıkarılmalı asla açıkta bekletilmemelidir.

Haşlanmış besinler 4 ° C'de veya daha altında tutulmalıdır ve olabildiğince az süre depolanmalıdır.

Fazla sıvı kullanıldığında besin ögesi kayıpları olacağı için Pişirme sıvısı gerektiği kadar kullanılmalıdır.

Hazırlanacak yemeğin kapasitesine uygun kaplar kullanılmalıdır.