



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUNLARI BİLİYOR MUSUNUZ?

- 1) Yemeklerin pişme süresi, kaynamaya başladığı andan itibaren, hesap edilir.
- 2) Kalın ve düz tabanlı tencerede pişen yemek daha lezzetli olur.
- 3) Yemeklerin dibinin tutmaması için tencere ara sıra sallanmalıdır.
- 4) Yemekte kullanılacak domatesler, sıcak suya batırılıp çıkarılırsa daha kolay soyulur. Domateslerin çekirdeği çıkarılarak yemekte kullanılması tercih edilir.
- 5) Soğan doğrarken gözlerin yan-maması için^soğan kabukları soyulduktan sonra sirke katılmış (1 litre suya 1 çay kaşığı sirke) suda çok kısa süre bekletilebilir.
- 6) Yemeklerde fazla salça kullanılmamalıdır.
- 7) Yağlı hamurlarla yapılan böreklerde hamurun bozulmaması için çok az limon suyu katılmalıdır.
- 8) Hamur dinlendirilirken, üzerine nemli bez örtülürse kabuk tutmaz.
- 9) Unla yapılan tatlılara çok az tuz konursa daha lezzetli olur.
- 10) Koyun ve kuzu eti, üzerine biberiye serpilir, kemik uçlarına sarımsak sürülür ve az yağla fırında kızartılırsa daha lezzetli olur.
- 11) Kebapların daha lezzetli olması için, etleri bir kahve fincanı soğan suyu, bir kahve fincanı zeytinyağı ve bir kahve fincanı süt karışımıyla ovup 10-12 saat buzdolabında bekletmek gerekir.
- 12) Balıklar, bir baş soğan, bir demet maydanoz, iki defneyaprağı, ince doğranmış yarım limon karışımıyla ovulur veya bu karışım üzerine serpilmiş durumda 15 dakika kadar bekletildikten sonra pişirilirse çok lezzetli olur.
- 13) Kalamar, kızartmadan önce süte batılırsa daha yumuşak olur.
- 14) Yumurta çırpma için alüminyum kap kullanılmamalıdır. Porselen veya cam bir kapta hafif ısıtılarak çırpılmalıdır, böylece hem daha iyi kabanır, hem de alüminyum kapta olduğu gibi rengi koyulaşmaz.
- 15) Galeta unu hafif bir koku yaptığından, bunun yerine fırınlanmış bayat ekmek tozu kullanmak daha doğrudur. Bunun için evde biriken bayat ekmekler dilim dilim kesilir ve havadar bir yerde biriktirilir. Yeteri kadar birikince fırınlanır, daha sonra da ufalanarak toz durumuna getirilir. Ekmek tozu kuru ve serin bir yerde saklanırsa uzun süre dayanır.
- 16) Yumurtayı kullanmadan önce, her zaman ayrı bir kaba kırılmalıdır. Böylece yumurtanın bozuk çıkması durumunda bütün yemek malzemesinin ziyan olması önlenir.
- 17) Yumurta akını sarısından kolayca ayırmak için şöyle yapılabilir: kırılmış yumurta bir kabın üstüne oturtulmuş ince delikli bir süzgece dökülür. Yumurtanın akı süzgecin deliğinden alttaki kaba süzülüp akar. Şansı da süzgeçte kalır. Günümüzde büyük oranda hayvansal yağların yerini almaya başlayan bitkisel yağlar, özellikle hayvansal yağlara oranla kolesterol oranı düşük olduğu için daha çok tercih edilmeye başlanmıştır. Bitkisel yağların en önemlilerinden olan zeytinyağı rafine, yani kokusu ve asidi alınmış olabildiği gibi asit oranı 1/2, 1,5, 2, hatta 8 olanları da vardır. Ancak, rafine edilmiş yağların besin değeri, düşük asitli olan yağlar kadar değildir. Ama salata ve mayonezlerde rafine yağlar tercih edilir. Amaç, salata ve mayonezde zeytinyağının kokusunun hissedilmemesidir.