



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ET PİŞİRME METODLARI NELERDİR?

<https://www.sultanel.com>

Mutfak kültürümüzün ve geleneklerimizin bir parçası olarak et, yaşamımızda ve sofralarımızda oldukça önemli bir yere sahiptir. Ancak ülkemizin et pişirme yöntemleri açısından oldukça dar bir anlayışa sahip olduğu da zaman zaman birçok gurme tarafından dile getirilmektedir. Oldukça farklı pişirme yöntemleri arasından sadece birkaçını benimsemek, etten aldığımız tadın da azalmasına yol açmaktadır.

Etin en temelde iki farklı pişirme metodu bulunmaktadır. Birinci metot olan ıslak pişirmede, et su ile buluşturulurken ikinci metot olan kuru pişirmede et bir ızgara, fırın ya da tavada pişirilir. Etin nasıl pişirileceği türüne, cinsine ve yiyecek olanların damak zevkine göre değişiklik göstermektedir.

Yağ oranı düşük etler için ıslak pişirme yöntemleri tavsiye edilmektedir. Islak pişirme, suda yapılabileceği gibi, su buharında da uygulanabilir. Haşlama olarak bilinen suda pişirme yöntemi, etin birtakım sebzeler, çeşniler ve tuz ile birlikte yapılmasıdır. Bu yemekten artan su, oldukça besleyici ve aromatik bir yapıda olduğundan dökülmez ve hem o yemekte hem sonraki yemek ve çorbalarda kullanılarak değerlendirilir.

Bir diğer ıslak pişirme yöntemi de buğlama yöntemidir. Buğlama bazen fırında bazen de düdüklü tencere içerisinde uygulanabilir. Bu yöntemde çok az su ile etin su buharı içerisinde pişmesi sağlanır. Bu et, oldukça yumuşak ve lezzetli olduğu için, çokça tercih edilmektedir.

En temelde etin iki farklı pişirme yöntemi olduğuna değinmiştik. İkinci yöntem ise kuru pişirme yöntemidir. Et pişirmenin en çok gösteriye dönüştüğü ve et yemenin zevkine en çok varılan yöntemlerin başında gelen ızgara, mangal, tava ve fırın bu yöntem içerisinde yer almaktadır.

Belirli bir oranda kömür ve odunun yakılması ile hazırlanan mangal üzerinde pişirilen et, ülkemizde en çok sevilen kuru pişirme yöntemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunu ızgara takip etmektedir. Izgaranın mangaldan farkı, elektrikli ısıtıcılara da sahip olabilmesidir.

Fırınlama ise daha çok etin her tarafını eşit derecede pişmiş olarak seven ve etini sulu tercih eden kişilerin seçtiği bir yöntemdir. Et tek başına fırınlanabileceği gibi, birtakım sebzelerle de fırınlanarak servise hazır hâle getirilebilir.

Et pişirmenin belki de en çok ustalık isteyen yönü, tavada pişirmektir. Zira tavada yapılması gereken mühürleme işlemi oldukça zordur ve et tavada yanma ile pişme arasında çok ince bir çizgidedir. Tavada et pişirmenin bunca zorluğuna karşın, lezzeti de bir o kadar fazladır.

