



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETSUYU HAKKINDA

Balık, sığır, dana, koyun, kuzu, tavuk, hindi, ördek, kaz etleri ve kemiklerinin haşlanması sonucu balık, et ve tavuk suları elde edilir. Bu suların sos, çorba ve bütün yemeklerdeki lezzet ve besin değeri açısından rolü çok önemlidir. Pek çok yemek bu suların katılmasıyla lezzet kazanır.

1) BALIK SULARI. Beyaz etli balıkların baş, kemik ve kuyruklarının haşlanmasıyla elde edilir. Haşlamaya en elverişli balıklar sırasıyla levrek, kefal, iskorpit, kırlangıç ve benzeri beyaz etli balıklardır. Siyah etli balıklar balıksuyu çıkarma amacıyla pek kullanılmaz.

2) ET SULARI. En çok kullanılan et suları etten çıkarılanlardır. Kemiklerden elde edilen sular ise tat bakımından olduğu gibi besin değeri bakımından da etten çıkarılanlara oranla çok fakirdir. En beğenilen et suları sığır etinin döş, paçeta ve bacak taraflarından çıkarılanlardır. Koyun etinden çıkarılanlar ikinci derecede et sulandır. Koyunun gerdan ve kol taraflarından da et suyu elde edilir. Dana ve kuzudan çıkartılan et suları yemek, sos ve çorbalarda pek kullanılmaz. Et suyu elde etmek amacıyla haşlanacak etlerin, daha özlü su verebilmesi için mümkün olduğu kadar taze olması gerekmektedir. Evlerde eti, sadece suyunu almak için haşlayarak harcamak hiç de ekonomik değildir. Ev yemekleri için kemiklerden elde edilecek et sularından yararlanmak daha uygun olur. Ne var ki, kemiklerin daha uzun bir süre kaynatılması gerekir. Et suları açık ve koyu olarak iki ayrı renkte elde edilir. Her rengin kendine özgü bir tadı vardır. Konsome-lerde ve bazı salçalarda kullanılacak et sularının mümkün olduğu kadar yağsız olması gerekir. Eğer et suyu çok yağlı ise bunun yağdan ayrılması için en pratik yol iyice soğutulmasıdır. Böylece üstteki yağlar donacak ve daha kolay alınacaktır. Fırında iyice kızartılmış koyun veya sığır kemiklerinin uzun bir süre haşlanmasıyla elde edilen suyun, bir tencerede kaynatılmak suretiyle koyulaştırılmış ve jöleleştirilmiş bir duruma getirilmesine de "dömiğ-las" denir. Dömiğlas, yemek ve salçalara katıldığında o yemeğe ayn bir lezzet verir.

3) TAVUK SULARI. Et yerine tavuk, hindi, ördek veya kaz gibi kümes hayvanlarından birinin haşlanmasıyla elde edilir. Bunların en beğenileni tavuk suyudur; sonra hindi suyu gelir. Ördek ve kazın kendine özgü kokusu sularına da geçeceğinden bunların suyu pek beğenilmez. Tavuk ne kadar fazla yağlı olursa o kadar makbuldür. Ancak haşlanacak bu kümes hayvanlarının mümkün olduğu kadar körpe olmasına dikkat edilmesi gerekir. Kart hayvanların suyunun da tadı azalır.