



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA KIZARTMA METODU İLE PİŞİRME

Genellikle fırında kızartılacak yemek için su koymamalıdır. Salça icap ediyorsa et pişdikten sonra yapılır. Fırında kızarmış etin suyunda o etin tadı olmalıdır. Eti fırına koymadan önce sinirler alınmalı aksi halde sinirler eti büzer ve pişme süresini uzatır. Isı çok yüksek olduğu zaman etlerin üzerinde meydana gelen sert ve kuru kabuk ısının etin içine işlemesine engel olur.

Prensip olarak yağsız etler fırına girerken yağ sarılmalıdır. (Üzerlerine erimemiş yağ sürülmelidir). Koyun, ördek, kaz, gibi yağlı etler hiçbir zaman yardımcı bir yağ ihtiyacı yoktur. Bu etler pişme süresinde kendi yağları ile beslenirler.

Örneğin: Kanlı olarak servis edilecek kırmızı etler pişerlerken üzerlerine kendi suları kaşıkla gezdirildikten sonra tuzlanır. Kakat tuzlama işi bir kaç seferde azar azar yapılmalıdır. Çünkü tadı etin içine işlemesi ve yavaş yavaş et ısının etkisi ile genişleyip mesamati açıldıkça olur. Tuz başlangıçta konduğu takdirde etin yağı ile birlikte tencerenin dibine çöker. Tuzu sonradan atmak yerinde olur. Fırında pişen bir etin pişip pişmediğini anlasak tecrübeye dayanır. Yeteri kadar pişip pişmediği etin ortasına basmakla anlaşılır. Pişmemişse akan suyu pembemsi, hafif kanlı olur. Çatal ucu ile basıldığında delikten akan su pembe değil berrak koyu bir et suyu olmalıdır.

Fırında pişen etin yağı ayrılarak başka bir etin kızartılmasında da kullanılabilir. Ayrıca ete salça hazırlığında da kullanılabilir.

Tavuk, balık, dana, koyun gibi etlerin pişirilmesinde kendi sularını başka bir etin (başka cins bir etin) pişirmesi için kullanılmamalıdır. Fırınımız olmadığı takdirde et tencerede kızartılabilir. Yavaş ısı üzerinde sık sık döndürülerek pişme süresi fırındaki gibi hatta biraz daha az olmalı. Hiç bir zaman su konmamalı aksi halde kızartma olmaz. Fırında veya tencerede kızartma konusuna giren soteler vardır. Bunlar turnödo, dana pizolasi, ciğer vs, gibi ufak parça etlerdir. Bazen parçalanmış, tuzlanmış, bazen de una bulanıp kızgın bir yağ içinde süratle kızartılmış tavuk veya av etleridir.