



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİLAV PIŞİRMEDE DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2007

Bulgur: Pilav pişirmeye hazırlanması pirince çok benzer. B vitaminlerince zengin olan bulgurun ıslatma, işlemine tabi tutulmaması nedeniyle besin değeri korunmuş olur. Kaynar suya veya et suyuna atılan bulgur kaynayınca kadar hafif karıştırılır. Kapağı kapatılarak 20 dk. hafif ateşte pişirilir. Bulgur, su ve tuz karışımı istenirse 30 dakika kaynatılarak 173 C0(350 F0) hararettteki fırında da pişirilebilir. Suyu çektilen pilava tereyağı veya sıvı yağ ocakta kızdırılarak ilave edilir. İstenirse mevsim sebzeleri soteleşerek bulgura eklenir ve 1-2 dk. daha soteleme işlemine devam edilir. Sonra kaynar su, et veya tavuk suyu ilave edilip taneler yumuşayınca kadar pişirilir.

Pirinç: İyi pişirilmiş pirinç, tenceredeki bütün suyu çekmiş olur. Eğer pişirme esnasında suyunu çektiği halde pirinç sert ve yapışksa biraz daha su eklemesi yapılabilir. Pilavın lezzetli olmasında kalitesi kadar hazırlama ve pişirme teknikleri de etkili olur. Uzun taneli pirinçlerin nişasta miktarı fazla olduğundan daha çok su çekerler. Pişme sırasında bünyelerindeki nişastanın bir kısmını da suya bırakırlar. Orta ve kısa taneli pirinçlere oranla çok yüksek ısı derecelerinde jelâtinleşirler. Usulüne uygun hazırlanmış uzun taneli pirinçler demlendirme süresinde de şişer, pilavın güzel görünümü olmasını sağlar. Orta ve kısa uzunluktaki pirinç taneleri pişirme esnasında daha da kısalarak ufalanır. Görünümleri güzel olmaz. Pilavı da lapa olur.

Pilav genellikle yemek servisinden 1 saat önce taze hazırlanmalı ve sıcak olarak sunulmalıdır. Taze pişirilen pilavın lezzet ve görünüşü daima daha güzel olur.

Pirincin çok taze ve yaş olmaması, kaliteli olması, doğru şekilde saklanması önem taşır. Pirinç hava almayacak şekilde kavanozda, nem almayacak bez torbalarda serin ve karanlık bir yerde 1 yıl süre ile saklanabilir. Depoda saklanan pirinç, bekleme esnasında kendi neminden kaybedeceğinden daha çok su çeker, pişirme süresi de uzar. Taze pirincin ise nemi yüksek olduğundan pilavı tane tane olmaz. O nedenle taze ve havalandırılmış pilavlık pirinçten yapılan pilav daha iyi olur.

Pilavın özelliğine uygun pirinç cinsi seçilmelidir.

Pişen pirincin hacmi doğal olarak artar. 1 ölçü pirinç piştiğinde 3 ölçü pirinç olur.

Genel olarak bir porsiyon ana yemek için 60-70 g, garnitür için 40-45 g pirinç kullanılmadır.

Pilav pişirilirken ilave edilecek su miktarı pirincin cinsine göre değişir. Genellikle pilavlık için sıkça seçilen 1 ölçü baldo pirinç için 1.5-2 ölçü su, et veya tavuk suyu eklenmesi uygun olur.

Pilavın pişirilmesi esnasında ilave edilen su mutlaka sıcak olmalıdır.

Pilava su ilavesi yapıldıktan sonra önce orta ısıda kaynatılıp sonra ısısı azaltılmalıdır.

İyi sonuç almak için pilav piştikten sonra (suyunu çektikten sonra) mutlaka demlendirilmelidir. Bu esnada pilav tenceresinin üstüne kalın, temiz beyaz bir kağıdın kapatılması uygun olur.

Pilavın besin değerini ve lezzetini arttırmak, güzel görünümünü sağlamak için uygun şekilde hazırlanan yardımcı malzemeler (sebzeler, baharat ve otlar, çeşitli et ve ürünleri, vb.) pişmeden önce veya piştikten sonra pilava ilave edilerek çeşitlendirilir.

İyi Hazırlanmış Pilavın Özellikleri:

Pişirilmiş pilavda pirinç tane tane olmalı, birbirine yapışmamalıdır.

Pilav lapa olmamalıdır.

Pişen pirinç taneleri yumuşak olmalı, dişe sert gelmemelidir.

Pirinç taneleri parlak olmalıdır.

Pilavın kendine has kokusu olmalı yanık veya sası kokmamalıdır.

Sade pişirilen pilav beyaz olmalıdır.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 07.06.2023