



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELERİ GRATEN EDEREK GARNİTÜR HAZIRLAMA

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

Gratenin Tanımı:

Graten ön pişirmesi yapılmış yiyeceklerin üzerinin çeşitli yöntemlerle kızartılmasına denir. Graten etme mutfakta özel bir pişirme yöntemi olarak kullanılmadan önce de biliniyordu. Fırında pişen yemeklerin üstlerinin bazen iyice renk aldığını ve "nar gibi" kızardığını biliriz. Bu yemeklerin cazibesini keşfeden adını bilmediğimiz ustalar, yine bilinmeyen bir tarihten başlayarak graten etmeyi bir pişirme yöntemi olarak geliştirmişlerdir.

Graten Etmeye Uygun Sebzeler ve Özellikleri:

Graten etmek yalnızca sebzelerde kullanılan bir yöntem değildir. Balık, et, tavuk, yumurta da graten edilebilir. Fakat en çok sebzeler graten edilerek pişirilir. Kabak, ıspanak gibi sebzelerin yapısında su miktarı fazla olduğu için gratende ayrıca sos kullanılmaz. Patates, havuç, karnabahar, brokoli, pırasa vb. sebzeler en çok graten edilenlerdir.

Graten Yapma İlkeleri:

Graten etmek mutfak teknikleri arasında en kolay olanlardan birisidir. Fazla sayıda dikkat edilecek nokta içermez. Üstelik yiyeceğe pişirme işlemi yapıldığı gibi süsleme işlemi de yapılmış olur. Graten edilmiş yiyecekler sunuldukları kaplar ve dış görünüşleri ile de ayrı bir çekicilik yaratır.

Graten etmenin esası, yemeğin üzerinde bazen "altın sarısı" bazen de "nar gibi" tabir edilen renkte çıtırmsı bir kabuk oluşturmaktır. Bunun için yemeğin üzerinin tamamı rendelenmiş sert peynir, ekmek içi, yumurtayla karıştırılmış ekmek içi veya ceviz, badem, fındık ile karıştırılmış ekmek içiyle kaplanır.

Bunların dışında beşamel sos ve mornay sos kullanılır. Beşamel sos; un ve yağ kavrulduktan sonra ılık süt eklenir ve muhallebi kıvamına gelene kadar pişirilip tuz, beyaz biber ve muskat rendesi ilavesiyle elde edilir.

Mornay sos; beşamel sosa rendelenmiş kaşar peyniri ilave edilerek hazırlanır.

Yapısında su miktarı fazla olan sebzeler haşlandıktan sonra üzerine yalnızca ekmek içi serpilip margarin, tereyağı veya ayçiçek yağı gezdirilerek graten edilirler.

Patates, havuç gibi diğer sebzeleri graten etmek için beşamel sos kullanılır. Beşamel sosun üzerine peynir rendesi de kullanılabilir.

Graten Etmede Kullanılan Araçlar:

Genellikle yemekte graten tadını mümkün olduğunca çok alabilmek için kapların çok derin olmaması gerekir. Ayrıca yemeğin yapışmasını önlemek amacıyla kabın içi önceden tamamen margarin veya tereyağı ile yağlanmalıdır.

Graten edilecek yemek daha önceden pişirilir. Sosu ile graten kabına aktarılır. Üzeri daha önce bahsedilen malzemelerden biri ile kaplanır. Salamandrada veya fırında pişirilir.

Ticari mutfaklarda sıkça kullanılan graten kapları şunlardır.

Oval porselen graten kapları

Son derece basit bir görünüme sahip olan bu kaplar, çok kaliteli, ısıya dayanıklı, beyaz veya renkli porselenden yapılmıştır. 25, 30, 35 cm' lik çeşitleri olan bu kapların düz bir zemini, eğimli kenarları ve kapla bütünleşmiş dışı uzantılı tutacak sapları olanları da vardır. Bu kaplar estetik açıdan güzel olmalarının yanı sıra temizlenmelerinin kolay olmasından dolayı da çok kullanışlıdır.

Graten edilerek pişirilen yiyecekler kendi kabında sunuldukları için kullanılacak araçlar oldukça önemlidir.

Graten kaplarının ilk şartı ısıya dayanıklı olmalarının gerekliliğidir. Graten işlemi fırında yapılacaksa fırına ve fırın kaplarına ihtiyaç vardır. Sadece üzeri pişirilecekse salamandra ve Graten kapları kullanılır.

Bakır ve paslanmaz çelikli graten kapları

Yuvarlak graten kapları

Graten Yöntemi İle Hazırlanan Sebzelerin Kullanıldığı Yerler:

Et yemekleri

Tavuk yemekleri

Köfte çeşitlerinin yanında

Giriş yemeği veya ara sıcak olarak kullanılırlar.