



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİĞİR

İyi siğir eti canlı kırmızı renkte olur. Ancak, etin rengi çok parlaksa, etin yeterince dinlendirilmemiş, başka bir deyişle çok kısa süre önce kesilmiş olduğunu gösterir. Dinlendirilmemiş siğir eti pişirildiğinde, gerektiğinde Lezzetli olmaz. Ayrıca, siğir etinin üstündeki yağ tabakası da koyu krem renginde olmalıdır. Kişi başına gerekli miktarları hesaplarken, kemiksiz etten 125 180 gr, kemikli etten kemiğiyle birlikte 180 - 240 gr ayırabilirsiniz.

FIRINDA PİŞİRME 1:

Fırın için en iyi kısımlar pirzola, sokum, kontrfile ve nuardır. Eti hafifçe yağlanmış bir tepsiye koyup, tepsiyi yüksek sıcaklıkta (220° C) ısıtılmış fırına sürerek, 15 dakika pişiriniz. Fırını orta sıcaklığa (180° C) getirip, etin her 500 gr'ı için 25-30 dakika daha pişiriniz. Etin kolay kesilebilmesi için, tepsiyi fırından çıkardıktan sonra, eti ılık bir yerde 10 dakika bekletiniz.

FIRINDA PİŞİRME 2:

Bu yöntemde et, önce kızartılıp, daha sonra çeşitli sebzelerin, baharatların ve et suyunun bulunduğu bir kaba yerleştirilir. Kabin ağzı iyice örtülerek fırında pişirilir. Bu durumda, fırın sıcaklığı (180° C) olmalıdır. Et içine biraz yağ konulmuş bir tencerede doğrudan doğruya çeşitli sebzeler, baharatlar, ve et suyu bulunan bir tencerenin ağzı iyice kapatılarak da pişirilebilir. Bu durumda da, fırın sıcaklığı (180° C) olmalıdır. Bu pişirme biçimi için en uygun parçalar, döş ve nuardır.

YAHNI:

Yahni için gene etin ucuz bölümleri kullanılır. Bu parçalar yağlı olduğundan, yahni servisten birkaç saat önce pişirilir; tamamen soğutulduktan sonra, yemeğin üstünde biriken yağ alınıp atılır ve yemek, servis etmeden önce yeniden ısıtılır.

IZGARA VE KIZARTMA:

Etin çabuk pişirmeye elverişli olan bölümleri, böbrek yatağı pirzola ve biftektir. Izgara için, ızgaranızı iyice kızdırınız. Etinize bir fırça ile eritilmiş yağ sürünüz. Önce etlerin her yüzünü 4-8'er dakika ızgara ediniz; sonra ateşi iyice kısıp, pişinceye kadar ızgara ediniz.

Pirzola ya da biftekleri kızartmak için tereyağı ya da rafine yağda ya da her ikisinin karışımında pirzoların ve bifteklerin her iki yüzünü 4-8'er dakika kızartıp ateşi iyice kısınız ve kısık ateşte dilediğiniz kadar daha kızartmaya devam ediniz.

Pişirme süresi pirzola için 15-30 dakikadır. (Kuşkusuz pişirme süresi pirzolanın kalınlığına göre değişir.) Biftek 6-8 dakika pişirilmelidir.