



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLILARI DAHA LEZZETLİ YAPMANIN PÜF NOKTALARI

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

- 1- Zeytinyağlı yemeklerin lezzetini artırmanın ilk kuralı, mevsiminde yetişen sebzeleri kullanarak yemekleri hazırlamaktır. Bu mevsimde bolca semizotu, enginar, bakla, bezelye, barbunya, taze fasulye bulmak mümkün.
- 2- Zeytinyağı seçimi ve kalitesi çok önemli. Zeytinyağı, pişirdiğiniz sebzeleri daha uzun süre dayanmalarını sağlamakta ve lezzetlerini artırmaktadır.
- 3- Zeytinyağlı yemek pişireceğiniz zaman ihtiyacınız olan yağın yarısını pişirme aşamasında kullanın. Kalan yarısını da yemeğin altını kapattıktan sonra üzerine gezdirin ve kapağını kapatıp bu şekilde soğutun. Bu sayede yemeğinizde zeytinyağının tadı ve aroması daha yoğun hissedilir.
- 4- Zeytinyağlı yemek yaparken sebzeleri önceden kavurmayın. Çiğ halde hafif hafif pişireceğiniz sebzeler daha lezzetli olacaktır.
- 5- Sebzeler yavaş yavaş pişerken kendi sularını salar. Az suyla veya kendi suyuyla pişirmek zeytinyağlı yemeklerinize lezzet katar.
- 6- Lezzetli zeytinyağlı yemekler yapmanın püf noktalarından bir diğeri de toz şeker kullanımınıdır. Pişirme esnasında ekleyeceğiniz toz şeker, zeytinyağlı yemeklerde tat dengesini sağlar.
- 7- Taze sarımsak, taze otlar ve domates kullanarak da yemeklerinizi çok daha lezzetli hale dönüştürebilirsiniz.
- 8- Yemeğin lezzeti kadar görüntüsü de önemlidir. Kullanacağınız sebzelerin kararmaması için tencereyi limon ve tuzla ovmak veya sebzeleri limonlu suda bekletmek pişirme esnasında kararmayı önlemenize yardımcı olur.
- 9- Yemek hazırlama sırasında kullandığınız kuru soğanı rendelemek yerine bıçakla doğrayıp yemeğinize eklerseniz lezzetinin katlandığını siz de fark edeceksiniz.
- 10- Zeytinyağlı yemeklerinizi pişirir pişirmez değil de bir gün beklettikten sonra servis ederseniz daha lezzetli olur.

