

Mutfakta Bilim Var-14

Murat Dođan¹

¹Istanbul Gelişim Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi,
Gastronomi ve Mutfak Sanatları, İstanbul, Türkiye,
ORCID ID: 0000-0001-6391-4887,
mdogan@gelisim.edu.tr,



[CITATION]

Doğan, M., (2023). Yemek Hazırlanmanın Püf Noktası:
Standart Tarifler. *Yemek Zevki Dergisi*, 25, (1), İstmag
Magazin Gazetecilik, İstanbul.

2023 Ocak

Yemek hazırlanmanın püf noktası: Standart Tarifler

Doç. Dr. Murat DOĞAN*

Bana yemek hazırlamada en önemli unsur nedir diye soracak olursanız. Her şeyden önce tarif olduğunu söyleyebilirim. Biz bu reçetelere standart tarifler diyoruz.

Yeni bir yemek yapmak istediğimiz ve reçetesini araştırdığımız zamanlar çokça olmuştur. Bu amaçla internetten ve yemek kitaplarından tarifler araştırırız. Bir de bakarız ki onlarca farklı reçete önümüze çıkmış. Bunların arasından en doğrusunu ve en uygun olanını nasıl bulup çıkartacağız. En büyük sorunumuz bence bu.

Bir de şu taraftan düşünelim. Yemek hazırlarken ne kadar dikkatli olursak olalım, sofraya oturduğumuzda tuzunu az veya çok koyduğumuzu fark ettiğiniz zamanlar olmuştur. Bazen yaptığımız yemek çok lezzetliken bazı zamanlar da ise istediğimiz lezzeti yakalayamıyoruz.

Evet, tüm bu sorunların aslında bir çözümü var. Bu da en başta söylediğim gibi standart tarifler. Şimdi size standart tarif nedir? Nasıl oluşturulur ve bunu nasıl devam ettiririz, biraz da ondan bahsetmek istiyorum.

Yemek hazırlamaya başlamadan önce doğru reçeteyi oluşturulabilmek için öncelikli olarak ölçüm tekniklerini ve standartları dikkate almamız gerekir. Her zaman ölçü birimlerimiz olsun ve onları kullanalım. Bu gün büyük kaşıkla malzeme eklerken, yarın daha küçük bir kaşıkla bunu yapmayalım. Genel anlamda standart yemek tarifini ilk defa oluştururken ve hazırlarken doğru miktarı belirlemenin en iyi yolu, malzemeyi azar azar ekleyerek ve her defasında tartılmasıyla olmaktadır. Standart tarifler her bir malzemenin ve ekipmanın türünü ve miktarını, hazırlama, pişirme süreçlerini ve porsiyon boyutunu ve adetini belirlemektedir.

Sürekli olarak aynı lezzetli sonuçları elde etmek için her bir tabağa girecek malzemenin miktarı doğru bir şekilde ölçülmelidir. Malzemeleri ölçmenin farklı yolları vardır ve bu tür ölçümleri bir deftere veya günümüzde ise telefona kaydetmek önemlidir.

Standart tarifler internette veya kitaplarda genelde bulunmaz. Bunlar belirli bir işleme göre kişi tarafından özelleştirilmiş reçetelerdir. Mutfağımız da standart tariflerimizi oluştururken öncelikli olarak düşük ve küçük ölçek ve porsiyonlarla başlamakta fayda var. Bunun amacı ise yemek kalitesinin ve lezzetinin doğru olarak kurgulanması içindir. Ayrıca doğru ölçüm yapmak kilogramdan grama veya bardaktan kaşığa nasıl geçileceğini iyi bilmekten geçer.

Malzemelerin ölçülmesi, malzemelerin orantılarının hesaplanması, tarifin dönüştürülmesi, bir tarifin birkaç porsiyon için yeniden yapılandırılması ve porsiyonlara ayrılması, toplama, çıkarma, çarpma ve bölme gibi temel matematik işlemlerini gerektirmektedir. Malzemelerin yanlış ölçümü, bir tarifin başarısını veya başarısızlığını belirleyen ana faktörlerden başında gelir. Yanlış hesap yemeğimizin başarısız olmasına neden olabilir. Bu yüzden temel matematik işlemlerini de iyi bilmek önemlidir.

Mutfakta ölçümler üç şekilde yapılabilir. Bunlar ağırlık, hacim ve sayıdır. Bazen yabancı bir internet sitesinden standart tarif geliştirmek isteriz. Bir de bakarız ki gram yerine ons veya

* İstanbul Gelişim Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul, Türkiye, E-posta: mdogan@gelisim.edu.tr, ORCID Numarası: 0000-0001-6391-4887

pound terimleri karşımızda. Bunları doğru şekilde grama dönüştürmek gerekmektedir. Ağırlık genellikle en doğru ölçüm şekli olduğundan, mutfaklarda malzemeleri tartmak için terazileri yaygın olarak kullanırız.

Mutfak iki tür ölçüm kullanırız. Bunlardan biri de nitel gözlemlerdir. Diğer hepimizin bildiği gibi nicel yani sayısal ölçümlerdir. Nitel gözlemler yemek hazırlama sırasında yemeğin değişim özelliklerini gözlemlemek ve tanımlamaktır. Bunu beş duyumuzla yaparız. Örneğin karamelize soğan hazırlarken rengindeki değişiklikleri gözlemlemek veya farklı nişasta türleri ile hazırlanan yiyeceklerin dokularını karşılaştırmak nitel gözlemleri içerir.

Sonuç olarak mutfakta hazırlayacağımız lezzetli yemekler için standart tarifler, doğru ve uygun ölçüm ve bir iki ufak deneme ile hazırlamalı ve bu bir yere kaydedilerek devam ettirilmelidir.

Sağlıcakla kalın...

Yemek

zeyki



Sayfa 264 / 01 / Ocak 2023
KDV Dahil (50%)
KKTÇ FİYATI: (51TL)

yemekzevki.com.tr

7 en sağlıklı
sebze yemeği

Konuk Şef
İRFAN DEMİR

The Grand Tarabya
Pasta Şefi

Niğde
mutfağında
elmali tarifler

Şifa niyetine
Brokoli

Nar gibi
bereketli
tarifler

Ayfer
Yavi ile
Bir Dünya
Börek

Yemek

hazırlanmanın püf noktası

Standart Tarifler

Bana yemek hazırlamada en önemli unsur nedir diye soracak olursanız, her şeyden önce tarif olduğunu söyleyebilirim. Biz bu reçetelere standart tarifler diyoruz...

Yeni bir yemek yapmak istediğimiz ve reçetesini araştırdığımız zamanlar çokça olmuştur. Bu amaçla internetten ve yemek kitaplarından tarifler araştırırız. Bir de bakarız ki onlarca farklı reçete önümüze çıkmış. Bunların arasından en doğrusunu ve en uygun olanını nasıl bulup çıkartacağız? En büyük sorumuz bence bu.

Bir de şu tarafından düşünelim. Yemek hazırlarken ne kadar dikkatli olursak olalım, sofraya oturduğumuzda tuzunu az veya çok koyduğumuzu fark ettiğimiz zamanlar olmuştur. Bazen yaptığımız yemek çok lezzetliken bazı zamanlar da ise istediğimiz lezzeti yakalayamıyoruz. Evet, tüm bu sorunların aslında bir çözümü var. Bu da en başta söylediğim gibi standart tarifler. Şimdi size standart tarif nedir? Nasıl oluşturulur ve bunu nasıl devam ettiririz, biraz da ondan bahsetmek istiyorum.

Yemek hazırlamaya başlamadan önce doğru reçeteyi oluşturulabilmek için öncelikli olarak ölçüm tekniklerini ve standartları dikkate almamız gerekir. Her daim ölçü birimlerimiz olsun ve onları kullanalım. Bugün büyük kaşıkla malzeme eklerken, yarın daha küçük bir kaşıkla bunu yapmayalım. Genel anlamda standart yemek tarifini ilk defa oluştururken ve hazırlarken doğru miktarı belirlemenin en iyi yolu, malzemeyi azar azar ekleyerek ve her defasında tartılmasıyla olmaktadır. Standart tarifler her bir malzemenin ve ekipmanın türünü ve miktarını, hazırlama, pişirme süreçlerini ve porsiyon boyutunu ve adetini belirlemektedir.



Doc. Dr. Murat DOĞAN
İstanbul Gelişim Üniversitesi
Güzel Sanatlar Fakültesi Dekan Yardımcısı

Sürekli olarak aynı lezzetli sonuçları elde etmek için her bir tabağa girecek malzemenin miktarı doğru bir şekilde ölçülmelidir. Malzemeleri ölçmenin farklı yolları vardır ve bu tür ölçümleri bir deftere veya günümüzde ise telefona kaydetmek önemlidir. Standart tarifler internette veya kitaplarda genelde bulunmaz. Bunlar belirli bir işleme göre kişi tarafından özelleştirilmiş reçetelerdir. Mutfağımızda standart tariflerimizi oluştururken öncelikli olarak düşük ve küçük ölçek ve porsiyonlarla başlamakta fayda var. Bunun amacı ise, yemek kalitesinin ve lezzetinin doğru olarak kurgulanması içindir. Ayrıca doğru ölçüm yapmak kilogramdan grama veya bardaktan kaşığa nasıl geçileceğini iyi bilmekten geçer. Malzemelerin ölçülmesi, malzemelerin oranlarının hesaplanması, tarifin dönüştürülmesi,

bir tarifin birkaç porsiyon için yeniden yapılandırılması ve porsiyonlara ayrılması, toplama, çıkarma, çarpma ve bölme gibi temel matematik işlemlerini gerektirmektedir. Malzemelerin yanlış ölçümü, bir tarifin başarısını veya başarısızlığını belirleyen ana faktörlerden başında gelir. Yanlış hesap yemeğimizin başarısız olmasına neden olabilir. Bu yüzden temel matematik işlemlerini de iyi bilmek önemlidir.

Mutfakta ölçümler üç şekilde yapılabilir. Bunlar ağırlık, hacim ve sayıdır. Bazen yabancı bir internet sitesinden standart tarif geliştirmek isteriz. Bir de bakarız ki gram yerine ons veya pound terimleri karşımızda. Bunları doğru şekilde grama dönüştürmek gerekmektedir. Ağırlık genellikle en doğru ölçüm şekli olduğundan, mutfaklarda malzemeleri tartmak için terazileri yaygın olarak kullanırız. Mutfak iki tür ölçüm kullanırız. Bunlardan biri de nitel gözlemlerdir. Diğeri hepimizin bildiği gibi nicel yani sayısal ölçümlerdir. Nitel gözlemler yemek hazırlama sırasında yemeğin değişim özelliklerini gözlemlemek ve tanımlamaktır. Bunu beş duyumuzla yaparız. Örneğin karamelize soğan hazırlarken rengindeki değişiklikleri gözlemlemek veya farklı nişasta türleri ile hazırlanan yiyeceklerin dokularını karşılaştırmak nitel gözlemleri içerir.

Sonuç olarak mutfakta hazırlayacağımız lezzetli yemekler için standart tarifler, doğru ve uygun ölçüm ve bir iki ufak deneme ile hazırlamalı ve bu bir yere kaydedilerek devam ettirilmelidir.