

# Nasıl Saklanır Nasıl Pişirilir ?

## MUTFAKTA ET VE ET ÜRÜNLERİ

Ziraat Müh. Gülgün AKBABA

İnsan beslenmesinde en önemli gıda ettir. Etsiz beslenme yaratıcı gücü yok edeceği gibi, insan sağlığını da tehdit eder. Et, beslenme değeri yanında insanların pek çoğu için, lezzet bakımından da gıdaların en önde gelenidir. Etin aroması hiçbir gıdada yoktur, ağızda bıraktığı lezzet, hoş kokunun yanı sıra göze zevk veren bir görünüşe sahiptir. Et, zekâyâ parlaklık, bedene canlılık verir. Bir insan etten başka hiçbir gıdayı aylar, haftalar, günler boyunca öğünlerinde sürekli olarak tüketemez. Ancak bu kadar olumlu özellikleri üzerinde toplanan et, oldukça kolay bozulabilen, üstelik pahalı bir gıda maddesidir.

Etlerin saklanması sırasında meydana gelen bütün değişikliklere etlerin bozulması denir. Bozulma sırasında tat, koku, renk ve yapı gibi kalite faktörlerinde düşüşler meydana gelir. Etin usulüne uygun olmayan soğutulmasından dolayı meydana gelen bir tür et bozulması da kokuşmadır.

Nemli olan et yüzeyine çevremizde bol miktarda bulunan bakteriler, küf mantarları kısa bir zaman içinde yerleşirler. Dolayısıyla etleri bakteriyel bir bulaşma olmadan elde etmek ve saklamak olanaksızdır. Et daha kesim esnasında bakteriyel bir bulaşmaya maruz kalır. Bakteriler, kanın boşalması sırasında daha sonra hayvanın ölümü ile gayet geçirin duruma dönen bağırsak cidarından içeriye, basınç düşüşü nedeni ile de damar yollarına girerler ve kolaylıkla yayılırlar. Yüzey sıcaklığının ve nemliliğin fazlalığı oranında hızla çoğalan bu mikroorganizmalar dıştan, içeriye doğru bir bozulmayı başlatırlar.

Etin bozulmasını engellemek için satın aldığımız etleri hemen soğutucunun buzluk dışındaki en soğuk bölümünde saklamalıyız. Böylelikle taze et paketi 2-3 gün buzdolabında, yaklaşık 15 günde buzdolabının buzlukunda saklanabilir. Et dondurulması sırasında buzluk, ağızına kadar doldurmak doğru değildir. Etleri, yeterli miktarda soğuk havanın buzluk içinde hareketini sağlayacak şekilde yerleştirmek gerekir.

Rosto etleri, soğutucunun buzlukuna yakın olan özel böl-

mesi içinde saklayabilirsiniz. Soğutucularda mikroorganizma aktivitesinin yavaş olduğu soğuk bir kısımda, çeşitli parça etler bir hafta süre ile saklanabilirler; fakat bu etlerin üç gün içinde kullanılması daha uygundur. Taze etler eğer dondurulmamışlar ise 48 saat içinde tüketilmelidirler, ayrıca beyin, karaciğer, böbrek, kalp gibi gıdalarda 48 saat içinde kullanılmadıklarıdır. Tavuk etleri veya buzu çözülmüş tavuk etleri buzlukta yakın bir yerde 1°C'de iki gün saklanabilirler. Dondurulmamış veya çözülmüş hindi etleri de yağlı kağıtlara iyi bir şekilde sarılarak 3°C'de 2-3 gün saklanabilirler.

Dondurulmuş bir etin buzu rastgele koşullarda çözülmemelidir. Eğer et oda sıcaklığında çözülmeye terk edilirse bol miktarda su kaybeder. Bu suyun kimyasal yapısı incelense, % 13,5 protein, % 1,3 kül içerdiği görülür ki, bu bulgu ette çözüme sonrası önemli ölçüde protein kaybı olduğunu gösterir. Bu kaybı olanaklar ölçüsünde azaltmak için, buzu çözülecek et, buzdolaplarının alt gözlerine alınmalıdır. Burada 4,4°C tutulan etlerde 6-8 saat içinde buz çözülmesi gerçekleşir. Buzu çözülmüş etler, yeniden dondurulmamalı ve bekletilmeden tüketilmelidir.

### TAZE ETLERİ NASIL PIŞİRELİM?

Etlerden en uygun biçimde yararlanmada saklamanın yanı sıra pişirme de önem taşır. Düşük sıcaklık en uygun ve en ekonomik et pişirme yöntemidir. Yüksek sıcaklıklarda, uzun süre pişirme etin kendine has gevrekliğini kaybettirir. Bu arada dikkat edilmesi gereken diğer bir konu da zaman kazanmaktır. Bu nedenle etleri küçük parçalara ayırma da fayda vardır. Örneğin biftek ve benzeri etler buzlukta yarım dondurulduktan sonra yaklaşık 2 cm. kalınlıkta kesilip orta sıcaklıkta pişirilebilir. Bu kalınlıktan daha ince olan etler pişme sırasında sularını verip kururken, kalın olanların ise iç kısımları pişmez. çığ kalır.

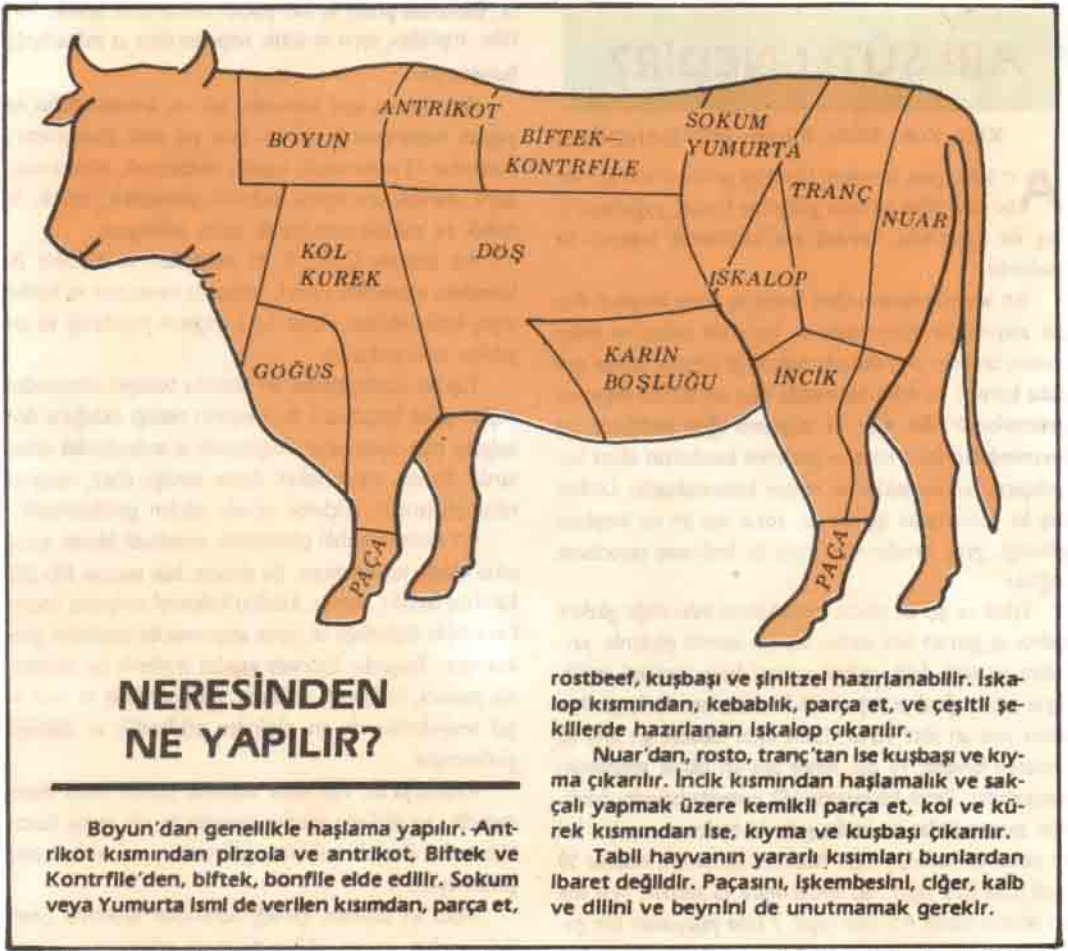
Donmuş etleri pişirirken pişme zamanı biraz daha uzun tutulmalı ayrıca pişme esnasında yüzeyi önce pişip kahverengileşmesi, iç kısmını ise çığ kalmaması için etleri sıcaklık kaynağından daha uzağa yerleştirmek gerekir.

### ET ÜRÜNLERİ

Uzun süre muhafaza etmek, aromasını yükseltmek, tüketimini daha kolay bir hale getirmek, mikroorganizma faaliyetlerini durdurmak vb. amacıyla ete bir takım işlemler yapılır. Kıyma haline getirme, baharatlama, tütsüleme, pişirme, tuzlama gibi işlemler bu amaca yönelik yöntemlerdir.

Yurdumuzda et ürünleri denilince akla ilk gelen sucuk, pastırma ve kavurmadır. Bunları sosis, çeşitli tipte salamlar, söğüş etler, tuzlanmış ve tütsülenmiş ürünler (füme dil, jambon) pişmiş karaciğer ezmesi, jele, işkembe, çeşitli et konserveleri gibi et ürünleri izler.

Bu ürünler içerisinde toplumumuzda en yaygın olan sucuk, siğir, koyun, manda cinsi hayvanların etlerinden yapılır. Uzun süre dayanmasının nedeni içindeki tuz, baharat,



## NERESİNDEN NE YAPILIR?

Boyun'dan genellikle haşlama yapılır. Antrikot kısmından pirzola ve antrikot, Biftek ve Kontrfile'den, biftek, bonfile elde edilir. Sokum veya Yumurta ismi de verilen kısımdan, parça et,

rostbeef, kuşbaşı ve şnitzel hazırlanabilir. İskalop kısmından, kebablık, parça et, ve çeşitli şekillerde hazırlanan İskalop çıkarılır.

Nuar'dan, rosto, tranç'tan ise kuşbaşı ve kıyma çıkarılır. İncik kısmından haşlamalık ve sakçalı yapmak üzere kemikli parça et, kol ve kürek kısmından ise, kıyma ve kuşbaşı çıkarılır.

Tabii hayvanın yararlı kısımları bunlardan ibaret değildir. Paçasını, içkembesini, ciğer, kalb ve dilini ve beyinini de unutmamak gerekir.

sarımsak oranları ile düşük nem ve asiditedir. Sucuklar, hangi tipte üretilirse üretilsinler, et oranları % 60'dan az olamaz. Geriye kalan % 40'luk katkı maddesi arzuya göre ayarlanır. Sucuklarda nem miktarı % 40'dan, yağ miktarı % 40'dan, tuz miktarı ise % 6'dan fazla olmamalıdır.

Bu nedenlerle de sucuk fiyatı ete göre daha yüksektir. İyi bir sucuğun dış rengi koyu kırmızı, iç rengi ise kırmızıdır. Dış rengi daha koyu tonda, iç rengi ise kahverengiden griye kadar değişen tonda ise, bu sucuklar beklemiş, bayat sucuklardır. İyi kalitede sucuklar bir bıçakla kesilince bunların kesit yüzeylerinde mozayik görüntüsü gözlenir. Bu yüzeyde et, yağ ve bazı tiplerde karabiber tanecikleri dışında, hava kabarcıkları ve başka bir madde bulunmamalıdır.

Pastırma üretiminde de sucukta olduğu gibi pişirme işlemi yoktur. Pastırma, Türklerin buluşu olan ve Türklere has bir et konservesi tipidir. Dayanıklılığını düşük nem, yüksek tuz ve baharat sağlamaktadır. Manda ve siğir etinden hazırlanabilirse de en iyisi siğirdan hazırlananıdır. En lezzetli pastırma, hayvanın sırtından ve kuşgönü adı verilen belin altından çıkarılır. İyi kalitede bir pastırma genç ve besili bir

siğirin sırt ve arka but etlerinden yapılan kuşgönü, kenar, bohça, dilme ve mahle adı altında satılan kısımlarıdır.

Sosis ve salam yapımında çoğunlukla yaşlı, besisiz ve dişi siğirlerle, mandaların ikinci kalitede etleri kullanılır. Ayrıca bu etlere, bonfile, kontrfile, yumurta, nuvar gibi birinci kalite etlerin traş artığı olan kırıntı etlerde katılır. Yurdumuzda üretilen tek tip sosis Frankfurter tipi sosisdir. Sosisleri 18°C'de 10-12 ay saklamak olasıdır.

Yurdumuzda üretimi yapılan başlıca Salam çeşitlerinde, Macar salami, fıstıklı salam, İspanyol salami, halk salami, dilli salam ve peynirli leberköse'dir. Salamları + 2°C'de 7-8 gün saklamak olasıdır.

Etsiz beslenmenin insan sağlığına kötü etkiler yaptığını hepimiz bilmekteyiz. Ancak ne varki fert başına düşen gelir ve insanların hayat standardı bu konuda önemli faktörlerdir. Ülkemizde kasap dükkanlarında, süper marketlerde et ve et ürünlerini her zaman bol olarak görmekteyiz. Fakat kişi başına en az et yiyen ülkelerden biri olduğumuz da gerçektir. Bu çok önemli gıdamızı en iyi şekilde değerlendirerek ondan en fazla fayda sağlamak amacımız olmalıdır. ■