

ŞUBAT 2025

SS
3
MTAL

Sayı 3

GASTRO JOURNAL

GASTRONOMİ HAKKINDA HER ŞEY



VOLKAN ŞEŞEN **ŞEHİT SERKAN TALAN** **MESLEKİ ve TEKNİK** **ANADOLU LİSESİ MÜDÜRÜ**

*"Vatanımı en çok seven,
görevini en iyi yapandır."*

ÖN SÖZ

Eğitim, geciktirilmeden verilmesi gereken ve yararları uzun dönemde görülebilen bir hizmettir. Bu hizmetin sağlıklı bir ortamda ve çağın gereklerine göre verilebilmesi için devlet, elinden geleni yapmaktadır. Biz eğitimciler de bu hizmette yapılabileceklerin en iyisini yapmanın gayreti içerisindeyiz.

Okulumuz eğitim öğretim dönemine başladığından itibaren dile getirdiğimiz tek bir şey var: Yaparak yaşayarak öğrenme. Öğrencilerimizin derslerinde almış oldukları mesleki bilgileri, uygulama alanları oluşturarak sektör öncesi gelişimlerini sağlamayı amaçlıyoruz.

Yiyecek İçecek Hizmetleri Bölümümüzün öğrencilerinin yemek ve yemek sanatlarına ilgisi olması eğitim hayatlarına yardımcı oluyor. Bölümde okurken yemek yapmanın yanında yemek sunumu, mutfak sanatları, gıda güvenliği ve hijyeni alanında derslerini de alıyorlar. Bu sebeple yemek yapmayı sevmenin yanında estetiğe önem veren ve yemek kültürüne meraklı bir yapının olması gerekir. Böylece merakı ve sanatı bir araya getirerek sektörde ilerlemeleri kaçınılmaz oluyor.

Bölümümüz psikososyal sağlık ve psikomotor becerileri gerektiren de bir bölüm olduğu için güç gerektiren her işte bazıları cesaretlerini yitirip, yoldan çekilebilirler. Böyle durumlarda başarının sizin için taşıdığı anlamı asla aklınızdan çıkarmamalısınız. Bu nedenle işinize, başarıyla gitmenizi sağlayacak bir coşkuyla başlamalısınız.

Azim ve kararlılığın ulusumuzun tarihinde ne denli önemli bir yer tuttuğunu hepiniz bilmektesiniz.

Ulu önder Atatürk'ün bu sayede milletin kaderini bütün olumsuzluklara rağmen değiştirmesi sizlere rehber olmalıdır. Unutmayınız ki "Vatan çalışkan insanların omuzları üstünde yükselir ve hayat bulur."

Bu vesileyle dergi çalışmasının uzun soluklu olmasını temenni eder, emeği geçen bütün öğretmen ve öğrencilerimi yürekten kutlarım.



EDİTÖRLERDEN

Çok değerli okurlar, öncelikle şunu söylemek istiyoruz ki uzun zamandır hayalimiz olan bu dergiyi şu an okuyor olmanız bizim için büyük bir heyecan kaynağı. Tabi ki bu girişimimizi destekleyen okul müdürümüz Sn. Volkan Şeşen'e ve bizden yardımlarını hiçbir zaman esirgemeyen alan şefimiz ve değerli zümrelerimize müteşekkirdiğimizi belirtmek isteriz.

Umarız ki büyük umutlarla başlangıcını yaptığımız bu dergi yıllar boyu sürececek bir geleneğe dönüşür; öğrenmeye, öğretmeye ve yeniliğe olan sevdamız hiçbir zaman sönmez. Nihayetinde en büyük temennimiz, bu dergi sayesinde siz kıymetli okuyucularımıza bir şeyler katabilmiş olmaktır. Keyifle okumanız dileğiyle!

YİYECEK İÇECEK HİZMETLERİ ÖĞRETMENLERİ

Saadet Uyar Huseyin Ciloglu

İÇİNDEKİLER

• <u>BLANCHE</u>	5
• <u>LEZZET VERİCİ KARIŞIMLAR</u>	6
• <u>YENİLEBİLİR ÇİÇEKLER</u>	7
• <u>7 BÖLGE 7 ÇORBA</u>	8
• <u>UN ÇEŞİTLERİ VE KULLANIM ALANLARI</u>	9-10
• <u>PİLAV PİŞİRME TEKNİKLERİ</u>	11
• <u>İYİ BİR PİLAV NASIL OLMALI ?</u>	12
• <u>ULUSLAR ARASI PİLAVLAR</u>	13
• <u>MAKARNA ÇEŞİTLERİ</u>	14
• <u>MAKARNA SOSLARI</u>	15-16-17
• <u>MOLEKÜLER GASTRONOMİ</u>	18
• <u>MOLEKÜLER GASTRONOMİ DE KULLANILAN MALZEMELER</u>	19
• <u>PATE A CHOUX HAMURU</u>	20-21
• <u>TENCERELER</u>	22
• <u>BAHARATLAR: MUSKAT</u>	23-24
• <u>HİKAYELERİ İLE İSİM BULAN YİYECEKLER</u>	25
• <u>ŞEHİT SERKAN TALAN MTAL</u>	26



BLANCHE

Blanche, Fransızcada “beyazlatmak”, “ağartmak” anlamına gelen bir kelime de olsa kullanım şekli olarak “şok haşlama” olarak tanımlanabilen bir metottur. Profesyonel mutfaklarda sıkça duyulan terimlerden biri olan bu pişirme yöntemi sayesinde gıdaların renkleri pişirme işleminden sonra bile korunmuş olur.

LEZZET VERİCİ KARIŞIMLAR



BOUQUETE GARNI

Havuç, pırasa, soğan, kereviz, defne yaprağı taze ot ve baharatların eşit ölçülerde doğranıp sicimle bağlanmasıdır



CONCASE DOMATES

Poache yöntemiyle haşlanıp soğuk suya atılan domateslerin kabuğu soyulur. Çekirdeğinin çıkarılıp küp şeklinde doğranmasıyla oluşur.



GARNISHED ONION

Soğanın üzerine defne yaprağı birkaç tane karanfil ile tutturulur.



MIRE POIX

Mire poix hem lezzet verici bir karışım, hem de doğrama usulüdür. Soğan, kereviz, kereviz kabukları, pırasa ve defne yaprağından oluşur.

YENİLEBİLİR ÇİÇEKLER

Yenilebilir çiçekler öncelikli olarak yemeklerin ve içeceklerin sunumlarını görsel olarak zenginleştirirken renk ve şekil yönünden de tabakları veya bardakları daha çekici bir duruma getirmektedir. Bu durum da tüketicinin yeme deneyimini daha keyifli bir duruma getirmektedir.



HİBİSKUS



HİNDİBA



PAPATYA



GÜL



MENEKŞE



KARANFİL

7 BÖLGE 7 ÇORBA



BÖRÜLCE ÇORBASI - EGE



BAMYA ÇORBASI -İÇ ANADOLU



KARALAHANA ÇORBASI - KARADENİZ



AYRAN AŞI ÇORBASI - DOĞU ANADOLU



BEYRAN ÇORBASI - GÜNEYDOĞU



ANALI KIZLI ÇORBASI - AKDENİZ



MURADIYE ÇORBASI - MARMARA

UN ÇEŞİTLERİ VE KULLANIM ALANLARI

Un, tahılların öğütülmesiyle elde edilen ince toza verilen addır. Başta ekmek ve hamur işleri olmak üzere pek çok gıdanın temel bileşenidir. Genellikle buğdaydan elde edilen toza sadece un denir. Arpa, yulaf, çavdar, mısır, nohut gibi bitkilerden elde edilen un ise, yaygın olarak o tahılın adıyla birlikte mısır unu, arpa unu biçiminde adlandırılır.

UN ÇEŞİTLERİ

Yüksek Glüttenli Un ve Ekmek Unu:

Sert buğdaydan üretilirler. Çoğunlukla mayayla kullanılırlar.

Çok Amaçlı Un :

Sert ve yumuşak buğdayın karışımından elde edilir. Pasta ve ekmekçilikte yapılan tüm ürünler için kullanılabilir.

Tam Buğday Unu :

Buğday unları içerisinde besleyici yönü en zengin undur.

Pasta Unu :

Ağartma işlemi yapılmadan elde edilen unlardır. Tart hamurları, kurabiye, bisküvi ve muffin yapımı için idealdir.



PİLAV YAPMA YÖNTEMLERİ



KAVURMA

Ticari mutfaklarda da tercih edilen ve dünyada en çok kullanılan pişirme yöntemidir. Bu teknikte yıkanıp ıslatılmış pirinçler, yağda kavurulur ve kaynar su ilavesiyle pişirilir.

HAŞLAMA

Bu teknikte yıkanmış pirinçler, kaynar suya atılarak pişirilir. Uygulaması zor bir tekniktir. Pirincin su çekme özelliğinin iyi bilinmesi ve ölçülere uyularak dikkatli çalışılması önemlidir.



SALMA

Bu teknikte yıkanıp ıslatılmış pirinçler suda haşlanır. Haşlama işleminden sonra fazla su süzülür ve yağ ile karıştırılan pilav demlendirilir. Bu teknik, genellikle diyet mutfaklarında kullanılır.

İYİ BİR PİLAV

PÜF NOKTALAR

- Pilav yapmak için uzun ve tombul pirinç kategorisine giren baldo ya da Osmancık pirinçleri tercih edebilirsiniz.
- Pilavın beyaz rengini koruması için pişirme sırasında tenceredeki suya 1-2 damla limon suyu ilave edebilirsiniz.
- Pirinçleri ıslatırken ılık ve tuzlu su kullanmalısınız. Pirinçlerin suda yaklaşık 20-30 dakika beklemesi nişastasını atması için yeterli olacaktır.
- Her pirincin su çekme oranı bir diğerinden farklıdır. Örneğin baldo ve Osmancık gibi pirinç türleri, bir ölçü pirinç için yaklaşık 1,5-2 ölçü su çeker.
- Pilav yapmak için geniş ve kalın bir tabana sahip çelik tencereler kullanabilirsiniz. Teflon tabanlı tencereler de pilav için uygun bir seçim olacaktır.
- Pirinçlerin üstüne kaynar su ilave etmelisin. Aksi takdirde pilav lapa olabilir.
- Pişen pilavını demlendirirken tencerenin üstüne kağıt havlu ya da temiz bir bez yerleştirmeli, daha sonra tencerenin kapağını kapatmalısın.



ULUSLARARASI PİLAVLAR



RISOTTO - İTALYA



DAHDIG - İRAN



KASHMIRI PİLAVI-HİNDİSTAN



ÖZBEK PİLAVI - ÖZBEKİSTAN

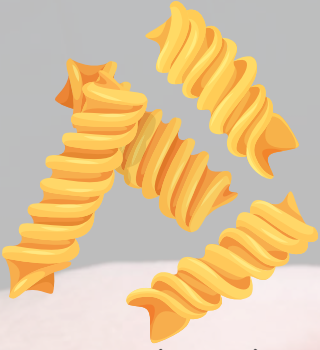


GÖHAN - KÖRE



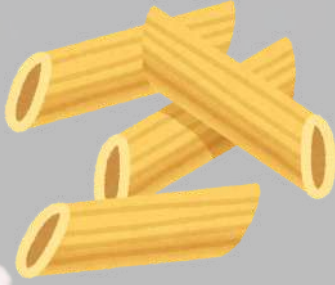
PAELLA - İSPANYA

MAKARNA ÇEŞİTLERİ



Fusilli (Burgu)

Tirbuşon ucu şeklindedir. Yoğun kremalı soslar ile birlikte kullanılır.



Penne

Uçları çapraz kesilmiş bir boru şeklindedir. Genellikle fırınlanmış şekilde olan et sosları, domates sos veya peynirlerle birlikte kullanılır.



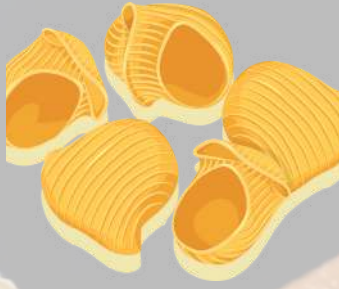
Farfalle (Kelebek)

Papyon şeklindedir. Et, sosis veya sebze parçaları içeren soslarla tercih edilir.



Elbow Macaroni

Salatalarda ve fırın yemeklerinde tercih edilir.



Conchiglie (Midye)

Deniz kabuğu şeklindedir. Deniz mahsulleri veya et sosları ile birlikte kullanılır.



Spaghetti

Uzun ve yuvarlaktır. Domates bazlı soslar başta olmak üzere birçok sos ile kullanılır.



Cannelloni (Kanneloni)

Uzun ve geniş boru şeklindedir. Peynir, et vb. dolgu malzemeleri ile doldurularak kullanılır.



Fettuccine (Fettuçini)

Düz ve geniş şekildedir. Zengin krema veya et sosları ile birlikte kullanılır.



Ditalini (Yüksük)

Çok küçük halkalar şeklindedir. Çorba ve salatalarda kullanılır.

MAKARNA SOSLARI



FETTUCCINE ALFREDO



SPAGETTI CARBONARA



SPAGETTI BOLONEZ



PENNE ARABIATA

FETTUCCINIE

1/2 s.b tereyağı

Tuz - karabiber

1 s.b parmesan
peyniri

1 s.b krema

2 diş sarımsak

BOLONEZ

1 soğan

tuz - karabiber

1 havuç

kekik

2 kereviz sapı

2 diş sarımsak

2 y.k domates
salçası

300 gr kıyma

5 domates rendesi

3 y.k zeytinyağı

PESTO

tuz - karabiber

1/2 s.b zeytinyağı

çam fıstığı 1/2 s.b

1 s.b parmesan
peyniri

2 diş sarımsak

ARABIATA

2 y.k siyah zeytin

tuz - karabiber

1 soğan

fesleğen 10 dal

3 y.k zeytinyağı

4 domates rendesi

chilli biber 1 adet

MÖLEKÜLER GASTRÖNÖMİ

Mutfağınızın bir laboratuvar, önünüzdeki tabağın ise bilimsel bir deneyin sonucu olduğunu hayal edin. Bir yanda sıvı nitrojenin dumanları arasında kaybolan bir kokteyl, diğer yanda ağızda patlayan çilek kürecikleri ...



Moleküler gastronomi, gastronomi biliminin yaratıcı bir dalı olarak, yemek pişirme ve sunum tekniklerine bilimsel bakış açısıyla ele alır. Yiyeceklerin fiziksel ve kimyasal özelliklerini inceleyen bu disiplin, geleneksel mutfak tekniklerini yenilikçi yöntemlerle birleştirerek hem tat hem de görsellik açısından çığır açan sonuçlar ortaya koyar.

Geleneksel mutfağın sınırlarını zorlayan bu yenilikçi teknikler, lezzetin yanı sıra, dokusal ve görsel olarak da lüks restoranlarda kendine yer bulur.



Bu disiplin, yemeklerin tatlarını optimize etmeyi, görsel olarak daha çarpıcı tabaklar sunmayı, şeflerin yaratıcılığını teşvik etmeyi ve gastronomiye bilimsel bir perspektif kazandırmayı amaçlar. Lezzetlerin en saf halini ortaya çıkarırken sunumu sanatsal bir düzeye taşıyan moleküler gastronomi, yemek kültürünü bilimle birleştirerek bambaşka bir seviyeye çıkartıyor.

MOLEKÜLER GASTRONOMİ DE KULLANILAN MALZEMELER



A
Y

A

A

Jel oluşturmak için
kullanılan bir maddedir.



Yiyecekleri anında
dondurmak veya sisli
bir sunum yapmak için
kullanılır.



Köpük veya emülsiyon
oluşturmak için kullanılan
maddedir.

PATE A CHOUX

PATAŞU HAMURU



Şu hamuru, Pataşu hamuru veya Choux hamuru Fransız mutfağına ait bir hamur türüdür. Profiterol ve ekler gibi tatlıların yapımında kullanıldığı için profiterol veya ekler hamuru olarak da isimlendirilir. Aynı zamanda Türk mutfağındaki tulumba ve İspanyol-Portekiz mutfağındaki churrocun yapımında da pataşu hamuru kullanılır. Un, su ve tereyağının tencerede karıştırılıp eritilmesinin ardından fırına atılarak pişirilmesi, fırından çıkartılan ve oda sıcaklığına gelmesi için bekletilen hamurun içine yumurtaların teker teker eklenerek karıştırılması ve tekrardan fırınlanmasıyla elde edilen birden fazla pişirme tekniğine sahip bir hamur türüdür.

PROFİTEROL

HAMUR İÇİN

80 g Tereyağı
200 ml su
10 g toz şeker
1 tutam tuz
150 g un
4 adet orta boy yumurta

KREMA İÇİN

2,5 su bardağı süt
3 yemek kaşığı un
1,5 çay bardağı şeker
1 adet yumurta
1 paket vanilya
1 yemek kaşığı tereyağ

KREMA İÇİN

200 gr krema
200 gr kuvertür
çikolata

Tereyağını, suyu, toz şekeri ve tuzu bir tencereye alın. Tereyağı eriyene kadar karıştırın ve karışımı kaynatın. Karışım kaynadıktan sonra altını kısın. Unu eleyerek ekleyin ve tahta kaşıkla sürekli karıştırarak hamuru pişirin. Hamur toparlanıp, tencerenin kenarlarından ayrılmaya başladığında pişmiş demektir. Hamuru tahta kaşıkla karıştırarak soğutun. Fırını 190°C'ye ısıtın. Soğuyan hamura yumurtaları 3-4 seferde ekleyin. Her seferinde iyice karıştırın. Sıkılabilir, pürüzsüz bir kıvamda olduğunda tamamdır. Sıkma torbasına hamuru doldurun ve tepsiye sıkın. Hamurları kızarana ve içleri kuruyana kadar önceden ısıtılmış fırında yaklaşık 35 dakika pişirin. Hamur piştikten sonra soğuması için bir kenara alın.

Bir tencerede süt, un, yumurta sarıları, toz şeker ve nişastayı çırpın. Ocağın altını yakıp muhallebi kıvamı alana kadar karıştırarak pişirin.

Krema kıvam aldıktan sonra vanilya ve tereyağını ekleyip karıştırın ardından ocaktan alıp soğumaya bırakın. Soğurken üzerinin kabuk bağlamaması için kontak streç film ile sıfıra sıfır olacak şekilde üzerini kapatın.

Bir tavada kremayı ısıtın, çok kaynamamasına dikkat edin. İnce ince doğranan çikolataları içerisine ekleyip güzelce yedirin.

Hamur tamamen soğuduğunda, kesme veya delme işlemi yaparak içine krema veya çikolata sos gibi dolguları ekleyebilirsiniz.



BAKIR TENCERE



- Çabuk ısınır ve ısıyı tutar.
- Aşınabilir aşınınca tehlikeli olur.
- Zeytinyağlılar, aşure, et yemekleri ve reçeller için idealdir.

DÖKÜM TENCERE

- Hiçbir kimyasal kaplama bulunmaz.
- Fırına atılabilir.
- Eşit şekilde ısınır ve ısıyı tutar.
- Et yemekleri, sulu yemekler, soteler ve ekmekler için idealdir.



ÇELİK TENCERE



- Hiçbir kimyasal kapması yoktur.
- Sonsuza kadar kullanılabilir.
- Eşit şekilde ısınır ve ısıyı tutar.
- Çorba, et yemekleri ve zeytinyağlılar için idealdir.

SERAMİK TENCERE

- Seramik kaplaması vardır.
- Çabuk ısınır ve ısıyı tutar.
- Kaplaması aşınabilir.
- Pilav, makarna ve et yemekleri için idealdir.



MUSKAT

Hint Cevizi



Muskat ya da halk arasında sıklıkla bilinen ismiyle Hint cevizi, tropik bir meyvedir. Ancak bildiğimiz meyvelerden oldukça farklı bir kullanıma sahiptir.

Yemeklerde ve özellikle beşamel sosu başta olmak üzere soslarda muskat cevizinin kullanılması sosun aromasını güçlendirir ve tadını benzersiz kılar. Patates püresi başta olmak üzere patatesli tariflere, balkabağı çorbası, brokoli çorbası gibi sebze çorbalarına, makarna benzeri nişastalı yiyeceklere ve kremalı yemeklere de çok güzel tat katar. Tatlılara da çok yakışan muskat, zencefilli kurabiyelerin, meyveli keklerin, cheesecake çeşitlerinin lezzetini de farklı bir boyuta taşır.

- **İştah açıcıdır.**
- **Sindirim sistemini dengeler.**
- **Gaz giderici özelliği ile mide şişkinliğine iyi gelir.**
- **Mide ağrılarını giderir.**
- **Karaciğerin temizlenmesinde yardımcıdır.**
- **Vücuda enerji verir.**
- **Sakinleştirici etkisi vardır.**



BEŞAMEL SÖS



HÜNKAR BEĞENDİ



KARNABAĥAR
ÇÖRBASI

HİKAYELERİ İLE İSİM BULAN YİYECEKLER

HÜNKAR BEĞENDİ



Süveyş Kanalı açılışına III.Napoleon ve eşi Eugenie'de davet edilmişti. Napoleon bu davete icabet edemeyeceği için kendilerini temsilen İmparatoriçe Eugenie'yi Mısır'a göndermişti. Eugenie gemiyle Mısır'a doğru yolculuk ederken İstanbul limanına uğradı ve Sultan Abdülaziz'i sarayında ziyaret etti. Mısır'a giderken kendisine eşlik eden aşçısını da yanında saraya getiren Eugenie bu ziyaret esnasında aşçısından Sultan Abdülaziz ve kendisi için beşamel sos yapmasını rica eder. Eugenie'nin aşçısı beşamel sosu hazırlar ve o sırada saray mutfağının baş aşçısı beşamel sos içerisine közlenmiş patlıcan katar ve sultanın en sevdiği et yemeğini de bu harcın üzerine koyarak Sultan Abdülaziz'e ve konuğu Eugenie'ye sunar. Sultan Abdülaziz bu yemeği öyle çok beğenir ki o günden sonra bu yemek ' Hünkar Beğendi' olarak tüm ülkeye ve dünyaya nam salıyor.

HATAY / DEFNE ŞEHİT SERKAN TALAN MESLEKİ ve TEKNİK ANADOLU LİSESİ

Okulumuz, 2016-2017 Eğitim Öğretim yılında eğitime başlamış olup, okulumuz idareci ve öğretmenleri gün geçtikçe dünya standartlarında eğitim - öğretim yapmak amacıyla çağdaş eğitim seviyesine yükselmek için gerekli her türlü çabayı yerine getirmektedir.

VİZYONUMUZ :*Hayat boyu öğrenmeyi kendine ilke olarak benimsemiş, meslek alanlarında değişen ihtiyaçlar doğrultusunda yeniliklere ve gelişmelere açık, insan ilişkileri konusunda sevgi, saygı ve duyarlılığı prensip olarak benimseyen, teknoloji ile entegre, çağdaş dünya ile uyumlu istihdam elemanları ve özgün bireyler yetiştiren, sosyal ve kültürel alanda örnek, mesleki ve teknik alanda öncü, Çağdaş ve dinamik bir eğitim kurumu olmak.*

MİSYONUMUZ :*Bugünün ve geleceğin ihtiyaçlarının ışığında; milli ve manevi değerlere bağlı ve bu değerleri çağdaş düşüncelerle destekleyebilen ve sentezleyebilen, bilgiye ulaşma, bilgiyi kullanma ve teknolojiyi en iyi şekilde kullanabilecek mesleki bilgi - beceriye sahip, kendine güvenen, emeğe saygı duyan, insana ve çevresine duyarlı, ahlaki değerlerle donatılmış, çağın ve toplumun ihtiyaçları doğrultusunda, kendi alanında mesleki yeterliliğe ulaşmış, ülkemizi geleceğe taşıyacak , nitelikli insan gücünü oluşturacak bireyler yetiştirmek.*