



Co-funded by  
the European Union



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

# Temel Soslar ve Temel Stoklar

ÜNİTE 5





Co-funded by  
the European Union



Co-funded by  
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



*Deaf Chefs*  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
[www.silentchefs.org](http://www.silentchefs.org)





Co-funded by  
the European Union

# ÜNİTE 5

## Temel Soslar ve Temel Stoklar

---

### Konular

5.1. Temel Soslar

5.2. Temel Stoklar





## 5.1. Temel Soslar

Soslar; lezzetlendirilmiş, yoğunlaştırılmış, yemeklere eşlik eden, yemeğin lezzetini arttıran tamamlayıcı ürünlerdir. Sos yapımında stokların önemli bir yeri vardır; baharat, yoğunlaştırıcı ürünler ve çeşitli tatlandırıcı unsurlar eklenerek zenginleştirilir. Ancak stok kullanılmadan yapılan soslar (beşamel ve Hollandez sos) da bulunmaktadır. Stoklar ve soslar arasındaki en büyük fark sosların yoğunlaştırılmış olması gerektiğidir.

Yoğunlaştırıcı Unsurlar;

- Un
- Roux (eşit miktardaki tereyağı ve unun karıştırılarak çığ un tadı gidene kadar pişirilmesidir.)
- Mısır nişastası
- Beurre Blanc: Soslara kıvam vermek, tamamlamak için sıcak sosların içine atılan küp veya farklı şekillerde doğranmış tereyağıdır.)
- Beurre Manie: Roux gibi un ve tereyağından elde edilen bir karışımdır. Un ve tereyağı ısıtılmadan, oda sıcaklığında pişirilmeden karıştırılır ve sıcak sosların içerisine yoğunlaştırıcı olarak çırpılarak eklenir. Beurre manie içerisindeki un, sıcak sosun içinde pişinceye kadar kaynatılır ve ocaktan alınır.
- Liason: Yumurta sarısı ve krema karışımının sosları yoğunlaştırmak, sosa kıvam vermek amacıyla kullanılmasıdır. Sıcak bir sosa eklenmeden önce ayrı bir kaptaki az miktarda sos ile karıştırılmalı ve yüksek sıcaklıktaki sosa azar azar ilave edilmelidir. Bu yöntem çorbaların hazırlanmasında da kullanılmaktadır.
- Reduction: Sos elde edilmesi istenilen stoğun herhangi bir ek ürün eklenmeden kısık ateşte azaltılması işlemidir.

Baharatlar ve Çeşitli Tatlandırıcılar: Soslar, içerikleri nedeniyle doğal bir lezzete sahiptir ancak bazen tamamlayıcılara ihtiyaç duyulmaktadır. Baharatlar ve otlar bir sosun aromasını bütünüyle değiştirebilmektedir.

Temel Soslar; kendisinden başka soslar da elde edilebilen soslardır. Temel soslar standart hale getirilmiştir. Temel soslar şunlardır;

**Espagnol Sos:** Kahverengi stok olarak da adlandırılabilen espagnol sos kahverengi stok ve roux karışımından elde edilir.

**Domates Sos:** Stoklara domates, domates ürünleri ve çeşitli sebzeler





Co-funded by  
the European Union

eklenerek yapılan bir sostur.

**Beşamel Sos:** Süt bazlı bir sostur, beyaz roux ile süt yoğunlaştırılarak yapılır. Beşamel sos yapılırken öncelikle eşit miktarda tereyağı ve un kullanılması önerilir.

**Veloute Sos:** Stokların roux ile yoğunlaştırılmasıyla elde edilir. Sosun yapımında öncelikle eşit miktarda tereyağı ve un kullanımı önerilir. Uygun bir sos tenceresinde tereyağı eritildikten sonra un kısık ateşte kavrulur ve bu karışımın içine soğuk stok karıştırılarak eklenir.

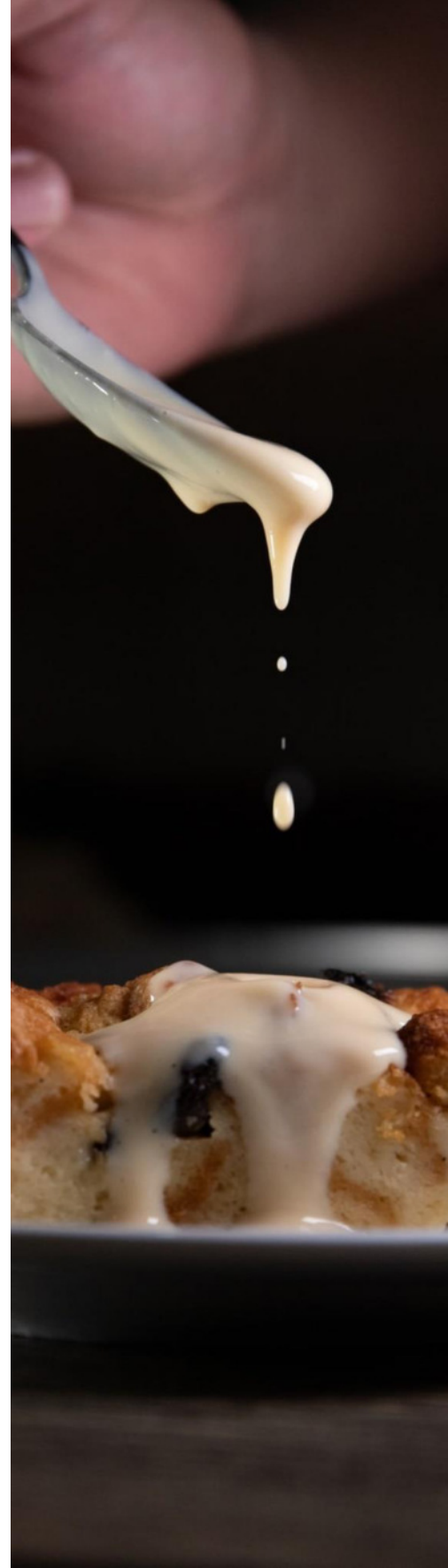
**Hollandez Sos:** Yağ ve yumurta sarısının birbirine karıştırılarak yoğunlaştırıldığı bir sostur. Hollandez sos yapmak için yumurta sarıları bir kaseinin içerisinde iyice çırpılmalıdır. Ilık olan sade yağ yavaşça yumurta sarılarına damlatılarak çırpıma devam edilmelidir. Hollandez sos hazırlamak diğer temel soslardan farklı olarak belirli bir teknikle hazırlandığı için her zaman başarılı sonuçlar alınmayabilir. Hollandez sos içinde yumurta kullanılması sebebiyle daha dikkatli olmak gereklidir. Hollandez sos servis için ılık muhafaza edilmesi gereken bir sostur ve yumurtanın kesilmemesi için 60°C civarında bekletilmelidir. Ancak bu sıcaklık bakteri oluşumu hızlandıracağı için saklama ve sunum koşullarına dikkat edilmelidir.

**Türev Soslar:** Temel sosların hazırlandıktan sonra çeşitli ek malzemeler kullanılmasıyla türetilen soslardır. Beş temel soston pek çok farklı lezzette türev sos üretilebilir.

## 5.2. Temel Stoklar

Baharatlarla zenginleştirilerek kaynatılmış sebzelerin ya da kemiklerin, tavuk, balık veya deniz mahsullerinin öz suyu veya özütüdür. Yemeklerin hazırlığında kullanılan stoklar pek çok farklı sos ve çorbanın temelini oluşturmakla birlikte yemeğe lezzet katan bir pişirme suyudur. Stoklardan elde edilen soslar standartları belirlenmiş bazı temel kurallar çerçevesinde hazırlanmaktadır.

**Stok Yapımı:** Kullanılacak malzemenin (sebze, et, kemik, tavuk, balık vb.) üzeri örtülecek kadar soğuk su ilave edilir ve kaynatılır. Stok kaynamaya başladığında üzerinde biriken köpük bir kepçe yardımıyla alınır. Ocağın altı kısılarak ağır ateşte kaynatmaya devam edilir. Baharatlar kaynatılma süresine göre baştan veya sonradan eklenebilir. Stok hazır olduğunda ince bir tülbent ya da süzgeç yardımıyla dikkatlice süzülerek istenirse hemen kullanılabilir veya hızlıca soğutulup daha sonra kullanılmak üzere saklanır.



Deaf Chefs  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
www.silentchefs.org



Et ve kemik kullanılacak stokların hazırlanma süresi uzun (12-24 saat) sürmektedir. Stok hazırlamak için mutlaka soğuk su ile başlanmalıdır, gereğinden fazla miktarda su kullanılmamalıdır. Gereğinden fazla su kullanımı stoğun kaynama süresini uzatacaktır.

Stok hazırlarken bazı malzemelerin kullanılmamasına dikkat etmek gereklidir. Bu malzemeler;

- Nişastalı sebzeler (stoğun bulanıklaşmasına neden olurlar)
- Yeşil yapraklı sebzeler (Stok içinde erirler, uzun süre kaynatılmaya dayanıklı değildir)
- Boyama özelliği bulunan yiyecekler (kırmızı pancar vb.)
- Güçlü kokusu olan yiyecekler (karnabahar, lahana)

Stok yapımında baharatlar tek başına kullanılabileceği gibi temiz bir tülbent ile bağlanarak baharat torbası (sachet) ya da sebze buketi (bouquet garni) gibi karışımlar hâlinde kullanılabilir.

**Sachet:** Maydanoz sapları, kekik, biberiye, defne yaprağı gibi taze baharat ve otların tane karabiber ve sarımsak ile tülbent içerisine ilave edilmesidir.

**Bouquet garni:** Maydanoz sapı, defne yaprağı, pırasa, kereviz sapı uzunlamasına bağlanarak stoğun içine konulur.

**Beyaz Stoklar:** Sebzelerle birlikte kaynatılan tavuk kemiklerinden, dana kemikleri, sığır kemikleri ya da balık kemikleri kullanılarak elde edilir. Pişirme sırasında genelde renksiz olan beyaz stoğun berrak olması için ön pişirme yapılabilir. Beyaz bir stok hazırlamak için sebzelerin de beyaz "mire poix" sebzelerden kullanılması gerekir.

**Beyaz Mire Poix:** Rengini değiştirmek istemediğimiz stok, sos ya da çorbalar için kullanılan mire poix sebzelerin beyaz kısımlarının kullanılmasıdır. Kerevizin beyaz kısmı, pırasanın beyaz kısmı, kuru soğan, havuç, mire poix kesim tekniğiyle doğranır. Baharat olarak tane beyaz biber, defne yaprağı ilave edilir. Beyaz kısımların kullanılmasının sebebi stoğun rengini bozmadan renksiz ve berrak bir lezzet elde etmektir.

Beyaz stok yapma yöntemi

- Kemik kullanılacaksa kemikler 10 cm uzunluğunda kesilir ve blanching yapılır.





- Kemikler ve beyaz mire poix stok tenceresine aktarılır ve üzerine yeterli miktarda su ilave edilir.
- Baharat torbası ilave edilir.
- Stok kaynama noktasına geldikten sonra kısık ateşte kaynatılır.
- Kaynama başladıktan sonra tencerenin üzerine çıkan köpük vs. temizlenir.
- Tencereye kapak kapatılmamalıdır.
- Stok hazır olduktan sonra ince bir tülbent yardımıyla veya süzgeçle süzülür.
- Hızlı bir şekilde soğutulduktan sonra üzeri etiketlenip dolapta muhafaza edilir.

**Kahverengi Stoklar:** Sebzele birlikte kaynatılan tavuk kemikleri, sığır kemikleri, tavuk kemikleri ve av hayvanlarının kemikleri kullanılarak elde edilmektedir. Stok, içine konulan malzemelerin fırında kahverengileşinceye kadar pişirilmesi sayesinde rengini alır. Fırınlanan kemikler; bazen domates suyu veya salçası da eklenmektedir.

Kahverengi stok yapma yöntemi;

- Kemikler 10 cm uzunluğunda kesilir ve fırın tepsisine yerleştirilir.
- 200°C de ısıtılmış fırında 30-40 dakika pişirilir.
- Mire poix ilave edilerek kahverengini olana kadar stok pişirilmeye devam edilir.
- Kemikler ve mire poix, stok tenceresine aktarılır ve üzerine yeterli miktarda su eklenir.
- Fırın tepsisinin içerisinde kalan kahverengi kemik ve sebze parçaları su ya da kırmızı şarap ile kaynatılıp tepside ayrıştırılır.
- Ayrıştırılan sıvı stok tenceresine aktarılır.
- Domates ya da domates salçası baharat torbası ile ilave edilir.
- 6-8 saat arasında kısık ateşte ısıyında kaynatılmaya devam edilir.
- Tencerenin üzerine çıkan köpük vb. maddeler bir kepçe yardımıyla alınır.
- Tencereye kapak kapatılmamalıdır.
- Hazır olan stok, ince bir tülbent veya süzgeç yardımıyla süzülür.
- Stok hızlı bir şekilde soğutulur ve etiketlenerek dolapta muhafaza edilir.







Co-funded by  
the European Union

**Balık Stokları:** Kabuklu deniz ürünleri veya yağsız balık kemikleri ile hazırlanır ve beyaz stoklar arasındadır. Balık stoğu yapmak için;

- Kemikler ve mire poix, stok tenceresine alınır ve üzeri kapanacak kadar su eklenir.
- Baharat torbası ilave edilir.
- Kaynama başladıktan sonra kısık ateşte pişirmeye devam edilir.
- Kaynama sırasında oluşan köpük bir kepçe yardımı ile temizlenir.
- Tencereye kapak kapatılmaz.
- Stok hazır olduğunda ince bir tülbent veya bir süzgeç yardımı ile süzülür.
- Hızlı bir şekilde süzülür ve etiketlenerek dolapta muhafaza edilir.

**Sebze Stokları:** İçeriğinde herhangi bir et ürünü bulunmaz ve içeriğinde sebzeler, baharatlar, otlar ve su bulunmaktadır. Diğer stok türlerine göre daha kısa sürede hazırlanmaktadır. Sebze stoğu yapmak için;

- Havuç, soğan, pırasa gibi sebzeler stok tenceresine aktarılır.
- Eğer aroma arttırılmak istenirse su ilave edilmeden önce az bir yağ ile sebzeler karamelize edilebilir.
- Üzerini kaplayacak yeterli miktarda su ilave edilir.
- Baharat torbası ilave edilir.
- Kaynama noktasına ulaşıldıktan sonra kısık ateşte kaynatılmaya devam edilir.
- Kaynama sırasında oluşan köpük bir kepçe yardımı ile temizlenir.
- Tencereye kapak kapatılmaz.
- Stok hazır olduğunda ince bir tülbent veya bir süzgeç yardımı ile süzülür.
- Hızlı bir şekilde süzülür ve etiketlenerek dolapta muhafaza edilir.

