

ALKOLSÜZ İÇECEKLER

İçme kelimesi sıvı maddelerin ağız yoluyla vücuda alınması için kullanılır.

İçilebilecek herhangi bir maddeye içecek denir.

Su, asitli içecekler, sodalı içecekler, meyve suları, çay, kahve, kakao ve benzerleri gibi içinde alkol bulunmayan içecekler alkolsüz içeceklerdir.

SU

İçme suyu berrak, renksiz, kokusuz, temiz ve güvenilir olmalı ve belirli miktarlarda mineral tuzları içermelidir .

Suyun lezzetini iyi tadabilmek için suyun 8-15 °C içme serinliğinde olması, ayaklı ve geniş hazneli cam bardaklar ile servis edilmesi uygun olur.

İçilecek su;
fiziksel,
kimyasal,
biyolojik

olmak üzere bazı özelliklere sahip
olmalıdır.

Fiziksel özellikleri;

suyun

8 - 15 derece içme serinliğinde,

tortusuz,

kokusuz,

renksiz ve

duru olmasıdır.

İçme suyunun kendine has bir tadı vardır.

Suların sertliği, Fransa'da geliştirilen ve uluslararası kabul gören standarda göre ölçölür. Sertlik derecesi 5 olan suya "yumuşak" yada "tatlı", 5-20 arasında olana "orta derecede sert", 30 derecenin üstünde olana da "sert su" denir.

İçme suyunun kimyasal özellikleri;

- suyun erimiş oksijen ve karbonik asit ihtiva etmesi,

- içindeki madensel tuzların belirli oranları aşmaması,

tabii yapısı bozulmamış ve

kimyasal maddelerin karıştırılmamış olmasıdır.

Kalsiyumu düşük karbonik gazı yüksek tatlı suların tüketimi fazla,

kalsiyum ve magnezyumun fazla olduğu sular sert ve tüketimi azdır.

Suda

aranan biyolojik özellikler;

suda sağlığa zararlı
mikroorganizmaların
bulunmamasıdır.

SODALI VE ASİTLİ İÇECEKLER

Saf karbonik asit ihtiva eden içilebilecek nitelikteki suya **soda** veya sodalı içecek denir.

Sodali içecekler tabiatta bulunduğu gibi, yapay olarak da üretilebilirler.

Maden suyu ve soda sindirime yararlı olmaktadır.

Hazmettirici özelliği ile yemek sırasında ve sonrasında tüketilmektedir.

ASİTLİ İÇECEKLER

Asitli içecekler, suya şeker ve sağlığa zararlı olmayan asitlerin katılmasıyla elde edilir.

Asitli içeceklere “gazlı içecekler” de denir.

İçerisinde belli miktarda sitrik asit veya tartarik asit, şeker ve saf karbonik asit bulunduran ve içilmeye elverişli sularla yapılan içeceğe **gazoz** denir.

İçerisine katılan maddelere göre sade ve meyveli olmak üzere iki tür gazoz bulunmaktadır.

Sade ve meyveli gazozların sindirimi kolaylaştırma, susuzluğu giderme ve serinletme gibi insan sağlığına faydaları vardır.

Ayrıca, alkollü ve alkolsüz içeceklerin karışımında da kullanılırlar.

Ancak, gazozların tüketilme zamanı, ölçüsü ve biçimi önemlidir.

Zira, özellikle yemek öncesi fazla alındığında fayda yerine zarar verebilir.

Bu tür içeceklerin üretiminde temizlik konusuna çok dikkat edilmeli; taşıma, depolama, tüketiciler kullanım ve satış pratiklerine uygun miktarlarda ambalajlama yapılmalıdır.

Ambalaj zerindeki etikette üretici firmanın ismi, adresi, amblemi ve katkı maddeleri açıkça belirtilmelidir.

Satın alma kararında bu hususlara ve özellikle ambalaj üzerindeki bilgilerin şaşırtıcı ve yanıltıcı olmamasına dikkat edilmelidir.

İlk defa 1890 yılında maden suyu ile birlikte Türkiye'ye ithal edilen gazoz, daha sonra Niğde' li bir Rum olan Aleksandr Mısırlıoğlu tarafından Fransa'dan gazoz makinesi getirilmesi ve Türkiye'de üretim hakkının satın alınmasıyla birlikte Karaköy'de Mısırlıoğlu adı ile satışa çıkarıldı. Bunu 1908 yılında Hasanbey, Hürriyet ve Neptün gibi gazozların üretimi takip etti

MEYVE SULARI

Meyvelerin değişik yollarla alınan sularıdır.
Meyve suyu kullanılan meyvenin adını taşır.

Limon, portakal, turunç, vişne ve benzeri meyvelerin taze veya konserve edilmiş sularına, su ve şeker katılması ile elde edilen ve fermente olmamış içeceklere ŞERBET denir.

Şerbetlere ekşiliğini artırmak için sağlığa zararsız da olsa herhangi bir asit katılması ve kokulandırılması için esans konulması, koruyucu madde ve boya katılması yasaktır.

Üzüm suyunun hafif fermantasyonu ile elde edilen ürüne ise ŞIRA denir. Genel olarak bunların hepsine birden meyve suyu denilmektedir.

Mevsimlere göre meyvelerin taze sıkılmasıyla elde edilen suya taze meyve suyu denir.

Meyve suları vitamini bol, besleyici ve serinletici içeceklerdir.

İştahu açar, susuzluğu giderir, serinletir ve sindirimi kolaylaştırır.

Bazen nefes açıcı olarak kullanılır.

Sade olarak kullanılabileceği gibi diğer meyve suları ile karıştırılabilir.

Beslenme uzmanlarınca meyve suyu kokteyllerinin tam bir vitamin deposu olduğu ortaya konmuş ve önerilmiştir.

Meyveler kullanılacağı zaman sıkılmalı, sıkılacak meyveler içinde ezik ve çürük olmamalı, misafire sunulmadan önce süzölmeli ve bekletilmemelidir.

Bekletilen meyve sularının vitamini azalır, hatta yok olabilir.

Eğer bekletmek zorunluluğu varsa, bu karanlık ve soğuk yerlerde, kapalı kaplarda olmalıdır.

ÇAY

Anavatanının Çin ve Hindistan olduğu sanılan çay, yüz yıla yaklaşan bir ömrü olan küçük bir ağacın, eni 4-5 cm., uzunluğu ise 10-13 cm. civarında olan yapraklarından elde edilir.

Rengi ve kokusu ile kalitesi değerdendirilen çay; yaprağının yaşına, türüne, toplama zamanına, uçtan, ortadan ve gövdeye yakın yerden toplanışına, hazırlanışına göre adlandırılır.

Çayı kurutulması ve işlenmesine göre siyah çay, yeşil çay, kırıntı çay, toz çay olarak türlerine ayırmak mümkündür.

Siyah ay:

Toplanan ay yaprakları 1-2 gün gneŖte kurutulur ve uçları bükülür.

Rengi esmer ve tadı buruka olan siyah çayın hoŖ kokusu yapraklarda bulunan tanenin parçalanması ile meydana gelir.

Yeşil Çay:

Güneşte kurutulan yeşil çay yaprakları su buharından geçirilerek uçları bükülür ve kavrulur.

Siyah çaya göre daha etkileyici olan yeşil çayın rengi sarıya yakın, kokusu çok güzel, tadı hafif acımsı ve buruktur.

Kırıntı Çay:

Sadece kırık çay yapraklarından hazırlanır.

Kokusu az, rengi koyu, tadı burukçadır.

Toz Çay:

Çay fabrikasının son ürünüdür.

Fabrikadaki kullanılabilen artıklardan toz çay elde edilir.

Rengi koyu, tadı ve kokusu yetersizdir. Kaliteli türler ile harman edilerek orta kalite çay elde edilir.

Çayın iyi demlenip, hazırlanabilmesi için suyun temiz ve kireçsiz, çaydanlıkların temiz ve kokusuz olması gerekir.

Demlenmiş çay fazla bekletilmeden tüketilmelidir.

Ülkelere göre farklı demleme usulleri vardır.

İngilizler Seylan çayını daha çok kullanır, metal veya porselen çaydanlıklarda 5-6 dakikalık demlenme süresinden sonra servis ederler.

Amerikalılar yeşil çay kullanırlar ve demleme yerine çay poşetlerini fincana koyarak tüketirler.

Çinliler, çok açık ve yasemin çiçekleri ile karıştırılmış çayı kapalı fincanlarda hazırlarlar.

Ruslar, çayı uzun süre demlendirdikten sonra tüketirler.

Türkiye'de ise uzun süre demlendirilerek hazırlanan çay daha çok tüketilmektedir.

Hemen her yerde çay genellikle sıcak içilir.

Ancak, bazen de serinletici olması nedeni ile soğuk olarak içilmektedir.

Ülkenin alışkanlıklarına göre çay; şekerli, şekersiz, limonlu, buzlu, sütlü ve kremalı olarak hazırlanmaktadır.

Sıcak ay

Kireçsiz iyi su ile semaverde veya demlikte olmak üzere iki şekilde hazırlanır.

Her iki yöntemde de çayın rengi, kokusu ve yapımı aynıdır.

Su önceden semavere veya alt demliğe konur ve kaynatılır.

Üst demliğe çay konur ve yıkandıktan sonra süzülerek büyük demliğin üzerine oturtulur.

Alttaki su kaynayıncaya çayın üzerine bir miktar su alınır ve buhar üzerinde 15-20 dakika dinlenmeye bırakılır.

Sonra bardaklara arzu edilen koyuluğa göre önce demli çay, sonra sıcak su konularak, istek üzerine yanında Şekerle servis edilir.

Sütlü Çay

Bardağın 1/3'ine demlenmiş çay konulması ve üzerine sıcak süt ilave edilmesidir. İstek üzerine şekerle servis edilir.

Buzlu ay

4 tatlı kaşığı çay, 3 su bardağı kaynar su, 6 tatlı kaşığı Şeker, buz parçaları, bir dal nane ve bir limon ile yapılır.

Önce ay bir sürahiye konulur, üzerine kaynar su dökölür ve bir saat dinlenmeye bırakılır.

Sonra ay süzölerek tekrar sürahiye konulur ve Şeker ilave edilerek, eriyinceye kadar karıŐtırılır.

Buzlar ilave edilerek eriyinceye kadar karıŐtırılır ve üzerine nane dalı bir dilimlenmiŐ limon eklenir.

Buzlar eriyince tekrar eklenir. Bardaklara alınarak servis edilir.

Baharlı ay

2bardak su, 4 adet karanfil,
1,5 çubuk tarçın, 3 adet yeni bahar,
1orba kaşığı limon suyu, 2 çay kaşığı çay ve istek
ölçüsünde Şeker ile yapılır.

Önce; karanfil, tarçın, yeni bahar 10 dk. suda
kaynatılır ve süzölür.

Limon eklenir ve tekrar ısıtılır.

ay bu suda kaynatılmadan demlendirilir, süzölür
ve soğuk yada sıcak olarak
Şeker ile servis edilir.

KAHVE

Kahve, kahve ağacının çekirdeğinin adıdır. Tropik bölgelerde yetişen kahve ağacının anavatanı ise Güney Arabistan'dır. Günümüzde Seylan, Brezilya, Hindistan, Afrika ve Amerika'nın sıcak iklimli yerlerinde yetiştirilmektedir.

Yaz ve kış yapraklarını dökmeyen bir ağaçtır. Defne yapraklarına benzeyen yapraklar arasında çiçekler açılıp döküldükten sonra yeşil meyveler ortaya çıkar.

Olgunlaşan meyveler sararmaya, pembeleşmeye ve iyice olgunlaşınca kızıllaşmaya başlar.

Toplanan meyveler özel araçlarla açılır. Çekirdeklerin ince kabukları güneşte kuruyup, dökülür.

Özel usullerle kavrulduktan sonra koyu kahverengi rengini alır, yağlanır ve hoş bir koku kazanır.

Böylece çekirdek kahve hazırlanır.

Kahve çeşitlerinin sınıflandırılması yetiştirildikleri
yerlere
ve
uygulanılan işlemlere göre yapılır.

Çiğ kahve; kahve meyvesinin kabuğundan ve
zarından tamamen ayrılmış hali,

Kavrulmuş kahve; çiğ kahvenin usulüne göre
kavrulmuş hali,

Çekilmiş kahve; kavrulmuş kahvenin çekilmesi
veya dövülmesi ile elde edilen toz halidir.

Kahvenin yetiştiği yere, çekirdek biçimine ve büyüklüğüne göre kahve çeşitlerine örnekler:

Brezilya kahvesi; santos adıyla anılan, büyük ve yeşilimsi taneli, orta yağlı ve kokulu bir kahvedir.

Yemen kahvesi; Moka adıyla anılan küçük ve nefti yeşil renğinde çok yağlı ve güzel kokulu bir kahvedir.

Cava kahvesi; büyük çekirdekli ve çok güzel kokuludur.

Habeş kahvesi; iri çekirdekli ve koyu sarı renkte hoş kokuludur.

İçindeki kafein oranı %0,2 miktarını geçmeyen kahvelere kafeinsiz kahve denilmektedir.

Kahve bütün dünyada yaygın olarak içilen içeceklerden biridir.

Türkiye'de kahve yetiştirilmemesine rağmen kahvenin kavrulması, öğütülmesi ve pişirilmesinde gösterilen özen nedeniyle "TÜRK KAHVESİ" ülke içinde ve dışında büyük beğeni kazanmıştır.

Batı ülkelerine Osmanlılar zamanında Türklerin aracılığı ile geçen kahve kısa zamanda dünyaya yayılmıştır.

Bu nedenle küçük süslü fincanlarla ikram edilen "Türk Kahvesi" dünyaca ünlenmiştir.

Dünyaca ünlü Türk Kahvesi cezve ile pişirilir ve sade, orta şekerli ve şekerli olmak üzere üç pişirme şekli vardır.

Cezveye, ilkin şeker ve kahve konulmak üzere soğuk su ile doldurulup hafif ateşte pişirilir.

Kahve kabarmaya başlayınca fincana biraz köpüğünden alınır ve cezvedeki kahve tekrar kaynatılarak fincana doldurulur.

Türk kahvesi telveli ve köpüklü olmalıdır.

Kahvenin köpüklü olması için kahvenin taze ve iyi cins olmasına özen gösterilmelidir.

KAKAO

Kakao, kakao ağacının meyvesidir. Kakao meyvesi kurutularak elde edilen kakao çekirdekleri, kavrulur ve ezilir. Bu haldeki kakaonun ya tamamen ya da kısmen yağı alınarak öğütülmesi ile kakao tozu elde edilir. Kakaonun kendine has rengi ve kokusunu koruyabilmesi için alüminyum veya cam kaplarda ağzı sıkıca kapalı olarak muhafazası gerekir.

Suda kolayca eriyen kakaonun 100 gramının kalorisi 500 civarındadır. Kakaonun uyarıcı etkisi olduğundan tüketilirken normal dozlar aşılmamalıdır. Pasta ve tatlı yapımında da kullanılan kakao, su veya sütle sıcak olarak hazırlanan bir içecektir. Uyarıcı olarak teobromin maddesi bulunmaktadır.

Sütlü kakao bir litre süt, beş kahve kaşığı kakao ve isteğe göre şekerle hazırlanır. Süt, şeker ve kakao bir kap içinde hafif ateşte karıştırılarak pişirilir. Bir-iki taşım kaynayınca ateşten alınır ve fincanla servis edilir.

IHLAMUR

Ihlamur ağacının çiçeklerinin toplanıp kurutulularak, kaynatılması ile elde edilen sıcak bir içecektir. Piyasada küçük poşetler halinde ve açık olarak bulunur. Ülkemizde hemen hemen her yerde yetişen bir ağaçtır. Ihlamur çiçekleri Haziran-Temmuz aylarında toplanır ve özel sergilerde kurutulur.

Kendine has kokusu olan ıhlamur çiçekleri çay demlenir gibi kaynatılır ve çiçeklerin rengi, kokusu ve tadı suya geçer.

İlk demlemede rengi sarıya yakın olan ıhlamur bekledikçe koyulaşır ve tadını kaybeder. Bu nedenle, kış mevsiminin sevilen içeceklerinden biri olan ıhlamur demlendiğinde içilmelidir.

Hoşa giden bir içecek olan ıhlamurun soğuk algınlığına ve bronşitlere iyi geldiğine inanılır.

Dört su bardağı su, iki-üç tutam ıhlamur ile hazırlanır. Su derince bir kaptaki kaynatılır ve kaynayan suya ıhlamur ilave edilir. Beş - on dakika kaynatılır ve ateşten alınır. Süzülerek bardaklara konur, şeker ve limon ile servis edilir.

ADAÇAYI

Ballıbabagiller familyasından hoş kokulu bir bitkidir.

Türkiye'de daha çok kıyı şeridinde yetişir.

Tüylü ve beyazımtırak renkte olan adaçayı kurutulduktan sonra kullanılır.

Açık veya küçük poşetlerde satılır.

Hazırlanmış sıcak su dolu çay bardaklarına adaayından bir kaç dal konulur.

Kısa bir sreden sonra içilmeye hazır hale gelir.

İsteğe göre limon ve Şeker ile servis edilir.

Soğuk mevsimlerde çok tercih edilir.

TARÇIN

Defnegiller familyasından kokulu bir ağacın kabuklarının kurutularak öğütülmesinden elde edilir.

Bu ağaç daha çok Çin ve Seylan'da yetişir.

Hazırlanması oldukça kolay olan bu içecek soğuk mevsimlerin içeceği.

SALEP

Asya ve Avrupa'nın sıcak b6lgelerinde yetişen saçak k6kl6 salep bitkisinin yumrularına salep denir.

Salep yumrularının temizlenip, kurutulup, 6g6t6lmesinden salep unu elde edilir.

Salep unu k66k poşetlerde ve isteğe g6re hazırlanan paketlerde satılır.

Salep unu suda iyice eritilip, sütle piŒirilir.

Sıcak olarak, bardaklarda ve fincanlarda servis edilen salep, besin değeri yüksek, kokusu ve kıvamı ile kış aylarının tercih edilen hoŒ bir içeceğidir.

Bir litre süt , sekiz kahve kaşığı salep, iki kahve kaşığı tarçın ve şeker ile hazırlanır. Salep soğuk sütle birlikte hafif ateşe konur ve on-on beş dakika karıştırılarak pişirilir. Karıştırırken salebin iyice dağılmasına ve topaklanmamasına dikkat edilir. şeker eklenir ve karıştırılır. Koyuluğu un orbası kıvamına gelince ateşten alınarak bardaklara boşaltılır. zerine tarçın serpilerek servis edilir.