

**T.C.**  
**Samsun Valiliđi**  
**İl Tarım M¼d¼rl¼đ¼**

# **P¼F NOKTALARI**



**Œerife G¼l G¼Z¼G¼L**  
*Ev Ekonomisi Teknikeri*

**Samsun / 2010**



**Kapak Tasarımı**  
**Dr. Ali KORKMAZ**

**Dizgi/Baskı**  
**Refik YILMAZ**

**Samsun İl Tarım Müdürlüğü**  
**Çiftçi Eğitimi ve Yayım Şubesi Yayınıdır**

## **Önsöz**

Günlük yaşamda büyük uğraşlar sonucunda başardığımız pek çok işin aslında çok basit yöntemlerle de yapılabileceğini gördüğümüz çok olmuştur. Bu durum her ne kadar bizleri üzse de edindiğimiz deneyim ve birikimi bir başkasıyla paylaşmak ve sorunun çözümüne katkıda bulunmak da bir o kadar memnun eder. Yüzyıllar boyunca insanların edinmiş olduğu birikimlerin bir püf noktası veya özlü söz olarak gelecek nesillere aktarılması da bu anlamda büyük önem arz etmektedir. Evdeki yoğun çalışmaları esnasında ortaya çıkan sorunların çözümlenmesinde veya en kısa zaman içerisinde işlerin bitirilmesinde katkı sağlayacak olan püf noktalarını bilmek, tarımsal uğraşta yer alan veya bu sürece katkıda bulunan kadınlara çok yarar sağlayacaktır.

Ev yaşamında beslenmeden çocuk eğitime kadar pek çok konuda özellikle kırsal kesimde yaşayan bayanlara katkıda bulunmak amacıyla hazırlanmış olan bu kitapçığın yardımcı ve yararlı olabilmesi umudu ile...

**İl Tarım Müdürlüğü**

T.C.  
Samsun Valiliđi  
İl Tarım M¼d¼rl¼đ¼

# ÇOCUK MEN¼S¼



Şerife G¼l GÖZÜG¼L  
Tekniker

Samsun / 2008



Taze ceviz lekesini elden çıkarmak için, eller önce bir iki dakika kadar sirkeye batırılmış bir pamukla ovulur. Sonra da soğuk suyla ovulur ve yıkanır.

Çay ve kahve lekelerini karbonatla silerek çıkartabilirsiniz.



Bira lekesini çıkarmak için sabunlu suya biraz amonyak karıştırın ve lekelenin üzerine sürün.

Eğer örtünüze meyve suyu döküldüyse hemen tuz serpin, ilk yıkamada çıkacaktır.





**Zeytinyağı lekesini çıkarırken bir lokma ekmek içi yuvarlanıp lekenin üzerinde gezdirilmelidir.**

**Yumurta lekesini çıkarmak için önce soğuk suda bekletmeli sonra ılık sabunlu suda yıkamalısınız.**



**Masa üzerindeki pancar lekesini çıkarmak için bir ekmek parçasını suyla ıslatın, düz bir yüzeye yerleştirin ve örtünün lekeli kısmını ekmek parçasının üzerine koyun ve yine ıslatılmış bir ekmek parçasını üzerine yerleştirin. Ekmekler lekeyi emecektir.**

**Şarap lekesini çıkarmak için, oksijenli suyla tampon yapın ya da lekenin üzerini örtecek şekilde tuz serpin ve bir süre bekletin, daha sonra yıkayın.**





Teflon tavanızda oluşan lekeleri temizlemek için bir bardak suya iki çorba kaşığı karbonat ve yarım su bardağı sirke karıştırın. Bunu tavanızın içine dökün, 10 dakika kaynatın.

Masanızın üzerine damlayan mumları çıkarmak için nalburdan alacağınız boya incelticiyi lekenin üzerine döküp 5 dakika bekleyin sonra nemli bir bezle incelticiyle silin.



Mutfak eşyalarının üzerindeki etiket izlerini yok etmek için, üzerlerine mobilya cilası serpip yumuşak bir bezle silin.

Çaydanlığınızın içinde biriken kireç tortusunu temizlemek için, 15 dakika kadar içinde sirke kaynatın.



Sürahinizin dibi kir tutmuş ise, içine bir avuç tuz ile sirke koyup çalkalayınız, tertemiz olacaktır.



Bakır kaplarınızı parlatmak için bir bezi sirke ile hafifçe ıslatıp, bakırı ovun.

Yağlı şişeleri temizlemek için önce yıkamak gerekir. Sonra durulanan şişenin içine sodalı su koyarak sallamaya başlanır. Beş dakika kadar sallanan şişe çalkalanıp bu sefer içine kahve telvesi ilave edilir. Bir sürede bu şekilde sallanan şişe kısa zaman sonra yağlardan tamamen temizlenmiş duruma gelecektir.



Evde ortaya çıkan karıncaları yok etmek için kahve telvesi kullanmanız iyi sonuç verecektir.



**Bulaşık suyunuza bir kaşık sirke katmakla bulaşıklarınızın daha kolay ve güzel yıkandığını göreceksiniz.**



**Paslanmaz çelikten tencereler zamanla parlaklığını kaybedebilir. Biraz sirkeyi ateşe koyup ısıtın. Sonra yumuşak bir bezi bu ilik sirkeye batırarak iyice ovun. Ama sonra da iyice durulayın. Bir fanila parçasıyla parlatırsanız, çelik tencereniz pırıl pırıl olur.**

**Kristallerin ışıltılı parlaması için, yıkadıktan sonra durulama sırasında sirkeli suya batırın. Göreceksiniz bardaklarınız, kadehleriniz pırıl pırıl olacaktır.**





**Piştirirken tencerenin dibi mi tuttu? Bir gece tuzlu suda bekletin, tencere daha kolay temizlenecektir**

**Halılarınızın pırıl pırıl olmasını istiyorsanız 5 patatesi 2 saat haşlayıp suyunu süzün.**

**1 fincan sirke ilave edip karıştırın. Halılarınızı halı şampuanı ile sildikten sonra bu karışımla durulayın.**

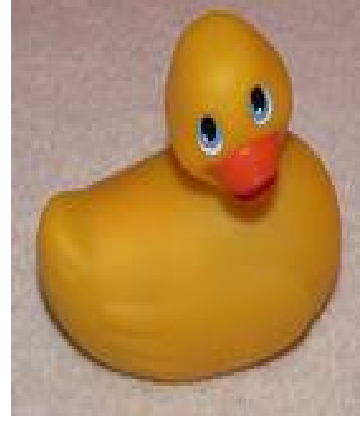


**Soğan kokusunu ellerinizden çıkarmak için, evelden haşladığınız patatesi mutfaktaki işiniz bitince elinize sürerek beş dakika kadar ovabilirsiniz.**

**Uzunca bir süre kullanılmayan eski çaydanlıklar, zamanla pek de hoş olmayan bir koku edinirler. Bunu önlemek için en kolayı, içine bir parça kesme şeker koymaktır.**



Kaz, ördek ve av hayvanlarının eti ağır kokulu olanların, bu kokularını gidermek için unla ovalamak ve yarım saat kadar unun içinde bırakmak lazımdır. Av etinin hangisi olursa olsun fırında pişirmeden önce evvela haşlamalı, sonra soğan suyu, tuz, biber, arzu edilen baharatı karıştırıp, haşlanmış etin etrafına sürmeli, en son olarak da yumurta sarısını yoğurtla karıştırıp eti bu karışıma bulayıp, yağlanmış tepsiye koyup fırına sürmelidir.



Karnabaharın haşlama suyuna bir miktar süt katarsanız kar gibi beyaz olduğunu, hem de kötü kokmadığını fark edeceksiniz.

Kereviz pişirirken kokusunu almak için içine biraz lahana turşusu koyun. Turşu, kerevizin kokusunu alacaktır.



Lahananın pişerken pek de hoş olmayan bir kokusu vardır. Bunu önlemek için, lahanayı pişireceğiniz tencerenin içine, biraz ekmek içi koymak yeterlidir. Yemeğe karışmaması için, ekmek içlerini küçük, temiz bir torba içinde koymanız, sonra alıp atmanız da size büyük kolaylık sağlayacaktır.



Ellerdeki sarımsak kokusunu çıkarmak için avucunuza biraz tuz alıp, hafifçe nemlendirdikten sonra iyice ovalayın. Sabunla da iyice yıkarsanız sarımsak kokusunun çıkmış olduğunu göreceksiniz.

Balık kokusunu tabaklardan, çatallardan, bıçaklardan çıkarmak hiç kolay olmaz. Balık kokusunu çıkarmak için yıkama suyunun içine bolca kahve telvesi atın. Telve balık kokusunu emecektir. Sonra bildiğiniz gibi bolca suyla durulayın.



Buzdolabınızdaki bazı meyve ve yemeklerin kokusu öteki yemekleri de sarar. Küçük bir kaba biraz süt koyup dolabınızın bir köşesine yerleştirirseniz, istenmeyen kokuların süt tarafından emildiğini göreceksiniz.

Balık kızartırken çıkan kötü kokuyu önlemek için yağa limon suyu sıkın. Böylece aynı yağı başka bir kızartmada da kullanabilirsiniz.



**Çöp kutunuzun içine bir miktar karbonat yada kabartma tozu dökerseniz etrafa yaydığı kötü kokuyu önlemiş olursunuz.**



**Yanmış süt kokusunu yok etmek için tencerenin üzerine ıslak bir bez koyun. Daha sonra bezi tencerenin üzerinden kaldırıp, durulayarak tekrar tencerenin üzerine örtün. Bu işlemi birkaç kez tekrarlayın.**

**Kızartma yaptığınızda mutfağınıza koku yayılmasını istemiyorsanız bir kapta sirkeli su kaynatın.**



**Ekmek tahtasının kokusunu gidermek için ikiye böldüğünüz bir limonun kesik yüzüyle iyice ovun.**

**Yemeğinizin tuzunu fazla kaçırdıysanız tencereye birkaç parça çiğ patates atın. Fazla tuzu çekecektir.**



**Domatesin kabuğunu kolay soymak için, kaynar suya daldırıp, bıçağın tersini domatesin yüzünde ağır ağır gezdirin.**



**Soğan soyarken gözlerinizin yaşarmaması için soğanı içi su dolu bir tasın içinde soyun.**

**Mayonez hazırlarken eğer sos kesilirse, bir yumurta sarısını 2- 3 damla sirke ile çırpın ve yeterli miktarda zeytinyağı ile koyulaştırın. Bu karışımı kesilen sosa çırparak yedirin.**



**Kuru bakliyatları bir gece önceden ılık suya koyun ve haşlarken içine biraz karbonat ilave edin.**

**Tuz bazen sütü keser. Bu nedenle, beşamele ve diğer sütlü soslara, kıvamı bulduktan sonra tuz koyunuz.**



**Pilavınızı tekrar ısıtırken,  
bir kabın içinde ateşe su  
koyup kaynayınca  
tencerenizi içine  
oturtursanız pilavınız taneli  
kalır ve tazeliğini muhafaza  
eder.**



**Sosisleri çatlamadan  
kızartmak için daha evvel bir  
kaç yerinden bir iğne ile  
deliniz.**

**Salatanızın lezzetli olmasını  
isterseniz, evvela sirkeyi veya  
limonu tuzla karıştırıp dökmeli  
sonra zeytinyağını ilave  
etmelisiniz.**



**Gravyer veya kaşar peynirinizin  
fırında lif lif uzamasını sağlamak  
için, büyük delikli rende kullanınız.**



Et suyu pişerken ateşin durumu çok önemlidir. Suyunu alacağınız eti önce çok kuvvetli ateşte iki taşım kaynatıp köpüğünü almalı, sonra hafif ateşte kaynamaya bırakın. Bu süre içinde etin

tadının ve lezzetinin tencerenin içinde kalıp sinmesi için, mümkünse kapağın kenarını hamurla sıvamalıdır.

Ayva reçeli yaparken eğer ayvanın yumuşak ve suyunun pelte gibi olmasını isterseniz, kaynayan şeker, suyunu iyice çekmeden ayvalar içine atılmalıdır. Yahut ayvaları



evvelce pişirip yumuşadıktan sonra şekerini katmalı, hafif ateşte iki saat pişirmelidir. O zaman rengi güzel olacaktır.

Bezelyeleri ayıkladıktan sonra imkanınız varsa hemen



pişirin. Çünkü araya başka bir iş girer de pişiremezseniz, bezelyeler kuruyup sertleşebilir. Bu bezelyeleri bir gün kadar soğuk su içinde bekletirseniz, yeniden dirildiklerini görürsünüz.



Hazırlanacak etleri pişirmeden bir saat önce buzdolabından çıkarın. Böylece daha yumuşak ve leziz olacaktırlar.



Tavada pişireceğiniz ciğerin yumuşak olması için, kızartma ununa bir tatlı kaşığı kadar karbonat ilave edebilirsiniz.

Çorbanın tuzunu fazla koyduysanız hemen içine irice dilimlenmiş bir kaç patates atın. Bir miktar pişirdikten sonra patatesleri çıkarın. Fazla tuzun gittiğini fark edeceksiniz. Bu yöntem her sulu yemek için geçerlidir.



Kızartma yaparken tavadaki yağın çatlayıp patlaması haklı olarak ürkütür. Ama içine bir tutam kadar tuz atarsanız, yağın patlamasını önlemiş olursunuz.



**Dolmanıza yeni bir tat katmak için, içine kızarmış ya da ufalanmış kestane katmayı deneyebilirsiniz.**

**Bazen fırında pişirdikleriniz kurur, kavrulur, sertleşir. Bunu önlemek için, fırının içine, bir bardak kadar su koyun. Göreceksiniz, pişirdikleriniz çabucak kavrulup kurumayacaktır.**



**Balığın çıtır çıtır kızarması için, önce biraz sütün içine batırın. Sonra unlayın tavaya atın.**

**Evde yapılan marmelatların içine birkaç tane çekirdeksiz kuru üzüm atılırsa, daha canlı bir renk kazanır.**



**Pişireceğiniz pilavın tane tane ve beyaz olması için tencereye incecik bir dilim limon koyun.**



Pizzanızın daha yumuşak olması için hamura sade unun yanı sıra, patates nişastası da katmayı deneyin.

Evde salça yapıyorsunuz ama çok sulu oldu. İçine bir miktar rendelenmiş ekmeğ ekleyerek bir dakika kadar daha pişirin. İstenen kıvama geldiğini göreceksiniz.



Pişeceğiniz mantarların daha lezzetli olması için pişirmeden önce üzerlerine biraz tuz ve limon suyu serpin ve 5 dakika bekletin

Mısır haşlarken daha lezzetli olması için içine bir kaşığı şeker atın.

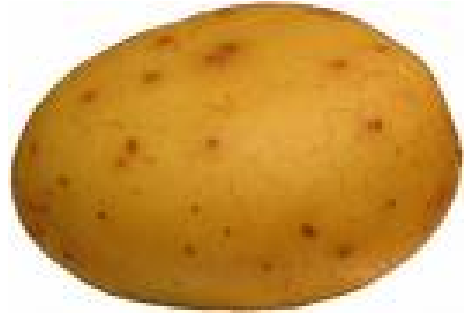


**Kalamar kızartırken önceden süte batırılırsa daha yumuşak olur**



**Tavuk haşlarken veya et suyu hazırlarken suya bir parça havuç, soğan ve kereviz sapı (veya maydanoz) konursa haşlama suyu çok lezzetli olur.**

**Patates püresi yaparken kullandığınız tuz kadar şeker de katarsanız daha iyi koyulaşır ve daha lezzetli olur.**

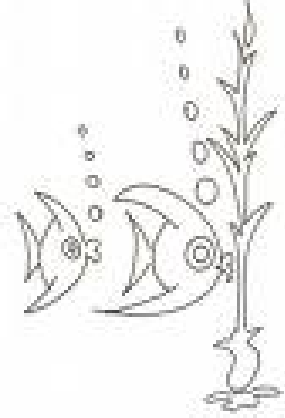


**Fırında tavuk pişirirken üstüne sürdüğünüz yağa şeker ilave ederseniz nar gibi kızaracaktır.**

**Tereyağını kızartırken içine bir damla zeytinyağı koyarsanız tereyağının yanmasını önlemiş olursunuz.**



Balık haşlarken tenceredeki suya limon sıkmayı unutmayın. Limon suyu, balıkların diri kalmalarını sağlar. Ayrıca haşlamaya güzel bir lezzet verir. Ama limon suyunun miktarına dikkat etmeniz gerekir. Eğer fazla olursa acımtırak bir tad elde edersiniz.



Kahvaltı sofralarının vazgeçilmez yiyeceği olan balın saklama koşullarına dikkat edilmezse şekerlenir ve besin değeri kaybolur. Bu yüzden bal kavanozunu sıcak olmayan serin ve karanlık bir yerde saklamak daha iyi olacaktır. Gün ışığı alan bal bozulur. Ayrıca kavanozun kapağı açık kalırsa nem alır ve tadı acımtırak olur.

Maydanoz ve dereotunu bozulmadan saklayabilmek için yıkayıp, kâğıt havlu üzerinde süzölmeye bırakın. Cam bir kavanoza koyup kapağı kapalı olarak buzdolabında bekletebilirsiniz.





**Çok hassas olan dudaklar soğuk havanın etkisiyle kuruyup çatlıyor. Öyle ki, bazen kanayan çatlaklara bile yol açabiliyor. Soğuk kış günlerinde dudaklarınıza her**

**gün bal sürmenizi öneriyoruz. Çünkü bal, içerdiği glikoz ve früktoz sayesinde nemlendirici özelliğe sahip. Aynı zamanda da mikrop öldürücü...**

**Cildinizi canlandırmak için kullandığınız tonik bittiyse; 1 greyfurdu kalın halkalar halinde dilimleyip yüzünüze tampon yapın. 5 dakika beklettikten sonra bol suyla durulayın.**



**Eğer kuru cilt yapısına sahipseniz Bir adet muz soyup kâsede ezin. 1 çay kaşığı bal ve badem yağını ezilmiş muza ekleyip karıştırın. Karışımı, ince bir tabaka halinde yüzünüze sürüp gerilme hissedinceye kadar 4-5 dakika bekletin. Ilık su ile yıkayıp temizleyin.**



Ayva çekirdeği ile kusursuz bir cilt için 7- 8 tane ayva çekirdeğini çıkartıp 1/2 çay bardağı ılık suda, ağız açık şekilde 1 gün

bekletin. Jölemsi kıvama gelince yüz, boyun bölgesine sürün ve 20 dakika cildinizde bekletin. Cildinizdeki lekelerin yok olduğunu ve cildinizin sıkılaştığını göreceksiniz. Eğer hassas bir cilde sahipseniz ve cilt bakım ürünlerine döktüğünüz paralarının cildinize herhangi bir geri dönüşümü olmadıysa, doğallıktan yanarsanız bu maskeyi kullanmalısınız. Ayva çekirdeği maskesi ile aknelerinizdeki belirgin düşüşe şahit olacaksınız.

Bir kase yoğurda bir limonun suyunu karıştırın. Bu karışımı, gözlerinize gelmemesine dikkat ederek yüzünüze yayın ve 15 dakika bekleyin.

Yüzünüzde kuruyan maskeyi ılık suyla yıkayarak çıkarın. Limon suyu cildi dezenfekte

eder, sivilceleri kurutur ve siyah noktaların kaybolmasına yardımcı olur. Yoğurt ise cildi besler, nemlendirir ve yağ miktarını dengeler.





Soyulmuş bir elma ve üç kaşık kaymağı mikserle bir kaç dakika karıştırınız. Karışımı cildinize yaydıktan sonra temiz bir bezle yüzünüzü kapatınız. Yaklaşık on dakika bekledikten sonra maskeyi silin ve yüzünüzü ılık suyla temizleyiniz. Kaymak cildi yumuşatır, nemlendirir ve cilde elastikiyet kazandırır. Kırışıklara karşı da etkilidir. Elma ise cildin diri kalması için önemli bir besindir.

Bir miktar ıhlamurun çiçek ve yapraklarını ezin. Daha sonra süt ve salatalık suyu ilave ederek krem kıvamına gelinceye kadar yoğurun ve gece yatmadan önce cildinize iyice sürün. Bu maskeyi haftada iki defa uygulayabilirsiniz.



1 yumurtanın akına bir limonun kabuğunu ince rendeleyin ve krem kıvamına gelinceye kadar karıştırın. Gerekli olursa biraz daha limon kabuğu rendesi koyabilirsiniz. Hazırladığınız karışımı banyodan bir saat önce cildinize masaj yaparak iyice yedirerek sürün.

**KAYNAKLAR**

[www.sevginehri.net](http://www.sevginehri.net)

[www.lezzet.com.tr](http://www.lezzet.com.tr)

[www.yemekicmek.com](http://www.yemekicmek.com)