

Ağustos - Eylül 2018 Sayı: 29

Hayatın en keyifli anı, Gıda Zamanı



Gastronomi ve HoReCa Dergisi

FOOD time

Şef Süleyman Engin ile

**Glütensiz
Mutfak**

World Food

Kapılarını Açıyor

Tüm dünyayı

Türk Kahvesi

kokusu saracak

İçeceklerin
üzerinde neden
'Soğuk İçiniz'
yazar ?

Şekersiz bir hayat
lezzetli olabilir mi?

Hazer Amani

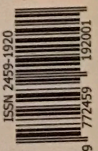
Hayalini gerçekleştirdi

#gastroplatobenim

Gastro Plato
çalışmalara
başladı



Fiyatı: 15,00 ₺



İLKER SANAT
DÜNYASINDAN
GASTRONOMİYE
AYRIK



ŞEF DENİZ ORHUN

ÇİN VE TÜRK MUTFAĞININ ORTAK NOKTALARI

*Türk mutfak
imparatorluğumuzun
global ekonomideki
yerini koruması
için mutfağımıza
teknolojinin
girmesi gerekiyor.
Yeni ürünleri
ve mutfağımızı,
geleneğimizin
yoğurduğu sistemle
yeni dünya düzenine
adapte ederek
ilerlemeliyiz.*

Kullanılmayan kaynakların bol olduğu ülkemizde bor madeninin işlenmesinden tutun, ormanlarda bedava bulunan ve Fransa'da kilosu 500 euroya satılan "kuzugöbeği" mantarına kadar ülkemiz ve mutfağımız için gerekli işleri teker teker yapıyoruz. Bor her alanda, mutfakta ve bitkilerde önemli. Bitkinin hücre duvarında rol alan bor, hücre duvarının sağlamlığını ve dolayısıyla bitkinin dayanıklılığını artıran bir madde. Eğer bunu iyi kullanırsak,

Deniz ORHUN

Master Şef / Ziraat Müh.

deniz.orthun@klemantin.com



iklim değişimlerinde ülkemize büyük bir avantaj sağlıyor. Her yönden teknoloji gerekli.

Geçtiğimiz aylarda; Türkiye Cumhuriyeti Hükümeti, Çin Büyükelçiliği, Çin Kültür Bakanlığı, Çin Mutfak Birliği ve üniversite bazında Başkent Üniversitesi Türk Mutfak Kültürü Araştırma ve Uygulama Merkezi-Thermopolium Gastronomi Akademisi iş birliğiyle 2018 "Çin Yeni Yılı" kapsamında düzenlenen Çin Gastronomi Kültür Festivali'nde çalışmanın tohumları atıldı. Türk mutfağının temelleri ile Çin mutfağının temellerinde birçok benzer nokta bulunuyor.

Bu yazımda ortak noktalarımızdan bahsedeceğim. Çin mutfağı; devamlı yeni ürünler üreten ve teknolojiyi geleneğiyle yoğurup insan sağlığına hizmet eden bir mutfak türü.

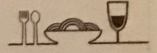
İpek Yolu Ekonomik Kuşağı inisiyatifi çerçevesinde Çin ile Türkiye'nin dostluğunu pekiştirmek, Çin yemek bilim ve kültürünü tanıtmak üzere gerçekleştirilen "Çin Gastronomi

Kültür Festivali" kapsamında ülkenin dünyaca ünlü master şefleri, Türk meslektaşlarıyla bir araya geldi. Bu bilgi alışverişinde atılan tohumlar, gastronomi ticaretine ve mutfak teknolojilerinin ilerlemesine, sağlıklı beslenmeye hizmet ediyor.

Yemek kültürü bir ülkenin tarihini, savaşlarını, sosyo-ekonomik durumunu, mizahını, politikasını gösteren en önemli unsurlardandır. Çin ve Türk mutfak kültürü dünyanın en büyük iki mutfak imparatorluğudur. Türkler Orta Asya'dan batıya ilerlerken hem mutfak kültürünü etkiledi hem de etkilendi. Bir malzemenin yayılmasında, gelişmesinde ve bulunduğu ortamın kültürüyle yoğrulmasında beslenme alışkanlıklarımızın ve yaşam tarzımızın etkisi büyük oldu. Manti'nin Uzak Doğu'dan geliyor olması ve şekli dahil uğradığı değişiklikler buna bir örnektir. 14. yüzyıla ait bir Çin ansiklopedisinde Türk yemek tarifleri arasında pırağ/börek, tutmağ, kurut ve kavurma bulunuyor. Bugün hala benzer tatlar Çin'de var, benzer tatların Türkiye'de olması gibi. Bu

örnekleri ço
Kökeni Afri
ler tarafında
kavun" olan
zevklemlerimiz

Eski Çin ye
den oluşur.
türü 8 ana
bölgelerdir
yemeklerin
masına, et
na göre far
Jiangsu, Zh
(hafif ve tatlı
(yabani orma
lanıldığı yen
tuzlu ve bal
yemekler), l
yemekler), s
dil gıdıklaya
kültüründe
biliyorsunuz
bölgelere ve
göre ayrılma
de 7 bölge
meği Karac
farklı yersin
kültürünün
da; iklim, da
nedanlıkları
halkın besle
diğini görüy
kaynakların
fazla olması
ler ve kültür



örnekleri çoğaltabiliriz.

Kökeni Afrika olan karpuz Çin'e Türkler tarafından götürülmüştür ve "batılı kavun" olarak bilinir. Ortak damak zevklerimiz izlerini bulabiliyoruz.

Eski Çin yemek kültürü 4 ana bölümden oluşur. Modern Çin yemek kültürü 8 ana bölümden oluşur. Bunlar bölgelerdir ve her bölgenin tat özelliği yemeklerin hamurlu, acı ya da ekşi olmasına, et ya da balık yemeği olmasına göre farklılıklar gösterir. Örneğin; Jiangsu, Zhejiang ve Cantonese (hafif ve tatlı yemekler), Fujian, Anhui (yabani orman malzemelerinin kullanıldığı yemekler), Shandong (taze, tuzlu ve balık ürünlerinin kullanıldığı yemekler), Hunan (baharatlı, acı, ekşi yemekler), Sichuan (çok acı, ekşi ve dil gıcıklayan yemekler). Türk yemek kültüründe de aynı özellikleri görüyorsunuz. Bizim yemeklerimiz de bölgelere ve bölgelerin geleneklerine göre ayrılmış, hikayeleşmiştir. Bizde de 7 bölge bulunmaktadır. Aynı yemeği Karadeniz'de farklı, Anadolu'da farklı yersiniz. İki tarafın da yemek kültürünün benzerliklerine baktığımızda; iklim, dağlar, toprak yapısı ve hanedanlıkların ekonomik durumlarının halkın beslenme şeklini biçimlendirdiğini görüyoruz. En büyük fark yazılı kaynakların Çin'de Türkiye'den daha fazla olmasıdır. Bu noktalarda yemekler ve kültür incelendiğinde, iki mutfak

imparatorluğu arasındaki benzerlikler ortaya çıkıyor. En büyük benzerlik her iki mutfak imparatorluğunun da kökeninin tıba dayanmasıdır. Bizdeki yemeklerin ilaç gibi kullanıldığı Hıtlar teorisinin bir başka şekli Çin'de de bulunmaktadır.

Pişirme teknikleri; her ne kadar zaman içinde bir miktar değişiklik gösterdiyse de bugün temel olarak aynı. Vok tava bizim kullandığımız sac tava ile aynı yapıda. Saklama şekillerine ve pişirme tekniklerine baktığımızda; tuzlama, kurutma, baharatlandırma ortak noktalarımızdan. Yemekte renk, koku ve tat önem verilen konular. Yemekte renk; bir anlam taşıyor. Koku; ateşin şiddetine göre yemeğin yapısını şekillendiriyor ve yemeğin görüntüsünün analizi çok önemli. Parlaklığı, sebzelerin suyunu içinde barındırarak, rengini kaybetmeden ve diriliğini koruyarak pişmesi, lezzetinin ve besin değerinin yüksek olmasını sağlıyor.

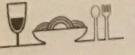
Mutfak kültürümüz Türk tıbbından gelmektedir. Çin yemek kültürü de Çin tıbbından türediği için çok büyük benzerlik gösteriyor. Yemeğin sunumunun sanata dönüşmesi önemli. Nasıl ki; Türk mutfak kültüründe değerlendirme yaparken, tabaktaki yemeğin rengi, sıcaklığı, soğukluğu, çıtır çıtır ya da yumuşak olması gibi

unsurların dengede olmasına bakıyorsa, Çin yemek kültüründe de aynı kavramların dengesi çok önem taşıyor. Sıcak-soğuk dengesine; mantımızın üzerine koyduğumuz sarımsaklı yoğurt örnek verilebilir. Eskiden sıcak helvanın yanında buzla yapılan meyve şerbeti yer alırken günümüzde yerini dondurmaya bırakması da güzel bir örnek. Çin yemek kültürünün en önemli özelliklerinden biri kullanılan malzemelerin karakterinin olması ve tariflerin tat ile sağlık açısından uyumdur.

İki ülke arasındaki gıda malzemelerinin tanıtımı ve şefler tarafından kullanılması birçok kapıyı açmaktadır. Hem yeni, faydalı malzemelerin pişirilmesinin öğretilmesi, hem pişirme tekniklerinde enerji sarfiyatının engelleneceği şekillerinin gösterilmesi açısından bilgi alışverişi çok kıymetli. Bununla birlikte iki ülke arasındaki gıda turizminin oluşturulması ve gıda malzemelerinin ticaretinin ekonomik anlamı büyüktür.

Bugün Çin çok büyük bir nüfusa sahip, rakamlar incelendiğinde nüfus büyüklüğüne göre sağlık giderlerinin yüzdesi bizden düşük, bu kadar büyük bir toplumun sakin yapıda ve birçok ülkeye göre sağlıklı olarak yaşamasının en büyük etkenlerinden biri beslenme şekilleri. Her zaman hatırlamamız gerekiyor ki "Yediklerimiz davranışlarımız oluyor" ve sağlığını etkileyen birincil faktör olarak karşımıza çıkıyor. Türk mutfak imparatorluğu büyüyerek devam edecek. Nasıl ki, akıllı telefonlar hayatımıza aldık; mutfağımız için de teknoloji, iklim değişimleri ve ekonomik şartlar nedeniyle olan yeni malzemeleri alıp, büyük şehirlerdeki evlerde giderek küçülen mutfak düzenine göre mutfak kültürümüzü yaşam kültürümüzle yoğunlaştıracak, bilgi ve teknolojiye kültürümüzle anlam katacağız.

Bizim kültürümüzde bazı malzemeler bize ait olmasa da, biz çok güzel bir şekilde bu malzemeleri işleyen ve aldığımız yemeği kendimize göre yoğuran bir toplumuz. Her zaman bir geçiş ülkesiyiz, yemek konusunda da iyi hatta katalizör bir köprüyüz.



Mantının tarihi Uzak Doğu'ya dayanmaktadır. "Mantou" kahvaltılarda yenilen, mantıya benzer bir çeşit Çin ekmek hamurudur. İpek Yolu ticaretleri sırasında bu tarif ülkemize kadar gelmiş ve tekrar şekillenmiştir. Steamed bun adını alan "bun" barbar kafası anlamına gelen bir kelime. M.Ö 250, Çin'in üç imparatorluk zamanında hanedanlıklardan birinde, bir sefer sırasında geçmeleri gereken bir nehrin önüne gelirler ve orada takılı

kalırlar. Çünkü nehrin ruhu o kadar hırçındır ki kimsenin geçişine izin vermemektedir. General askerlerine, "Nehir çok çalkantılı, ruhunu yatıştırmak gerek" der. Askerlerinden biri nehrin ruhunu okuduğuna inanır ve şunu söyler: "Efendim nehrin ruhunu yatıştırmak için 50 adam kurban etmemiz isteniyor". Ancak general kan dökülmesini istememektedir ve çevrede ne kadar at, inek ne varsa 50 adet öldürtür. Etlerini buğdaydan

yaptıkları hamurun içine koydurur ve kafa şeklinde büyük hamurlar yaptırır, yuvarlayarak nehre atarlar. 50 adam kafası atıldığı düşünülür ve nehir de sakinleşir; general askerlerle birlikte nehri geçer. Ülkemizden Uzakdoğu'ya doğru gittiğinizde mantı boyutunun gittikçe büyüdüğünü rahatlıkla fark edersiniz. Bu kadar görmüş geçirmiş olduğuna göre "görmüş geçirmiş" anlamına gelen "babayani mantı" tarifi geliyor, afiyet olsun!

Babayani Mantı



Paslanmaz çelik tencerelerin iç yapısının pürüzsüz olması, haşlama sırasında diğer tencereler gibi zar bağlatmaz, hijyeni kolay sağlar. Paslanmaz çelikte yoğurduğunuzda hamurunuz ısınmadan işlenir. Açarken çürümez.

Servis: 4 kişilik
Zorluk derecesi: 10 üzerinden 7
Pişirme süresi: 14 dakika

Malzemeler

1 su bardağı soğuk su
1 yemek kaşığı tuz
1 adet yumurta
500 gr un
İç dolgu malzemeleri:
1 adet pırasa
2 adet havuç
2 yaprak lahana
1 tatlı kaşığı zencefil

Tuz
Beyaz biber
1 adet yumurta

Sos:
2 yemek kaşığı soya sosu
5 yemek kaşığı pirinç sirkesi
2 diş sarımsak

Yapılışı

1. Önce hamuru hazırlayın. Hamur kenar da dinlenirken iç dolgu kısmını hazırlayın. Hamurun üzerini dinlendirirken kapatın. Böylece üzeri kabuk-zar tutmaz. Kolay açılır ve lezzetli pişer.
2. Tüm malzemeleri karıştırın ve tencere-nizde yoğurun. Kapağını kapatıp bekleyin. Paslanmaz çelikte yoğurduğunuzda hamurunuz ısınmadan gluten geliştirir. Açarken çürümez.
3. İç hazırlıkları için tüm malzemeleri küçük doğrayın, yumurtayla karıştırın ve baharatlarını ekleyin. Yumurta sebzeleri bağlama rolü görmektedir.
4. Bardağın kenarıyla yuvarlak şekilde hamurunuzu kesin. İçine dolgu malzemesini yerleştirin. Büyük parçalar halinde, bildiğimiz mantılardan farklı olacak.
5. Önce derin tencerenizde haşlayın sonra tereyağıyla tavanızda kızartın. Bol servis yapacağınız zaman, mantılarınızı hazırlayıp, haşlayıp, bu şekilde derin dondurucuya atabilirsiniz. Böylece sebzeler kötü olmaz.
6. Soya soslu, sirkeli, sarımsaklı sos ile servis edin. **Afiyet olsun!**