

Hayatın en keyifli anı, Gıda Zamanı



Gastronomi ve HoReCa Dergisi

FOOD time

Sağlık Adası
TENEDOS

Koruyucu Tılsım
YA KEBİKEÇ

Saray Mutfağı Yazı Dizisi
**PADİŞAHLARIN
MUTFAĞI**

Ödüllü Şeften
**RAMAZAN'A
ÖZEL
LEZZETLER**

HANGİ YEMEKSİN?

Poşet Çaylar
SAĞLIKLI MI?

**UNILEVER'DEN
DEV PROJE**

**YAĞSIZ, TUZSUZ
AMA LEZZETLİ**

Bitkisel Beslenmenin Tarihçesi
**VEJETARYEN
DİYET**

**ETE HAKARET Mİ
EDİYORUZ?**

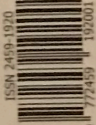
"Pırasa yemeğini ve Arnavut
Böreği'ni çok iyi yaparım."

SİMGE

Sayı 22
Fiyat: 9.90%

Mayıs-Haziran

2017



ISSN 2459-1020

9 772459 102001

“YA KEBİKEÇ”

Tüm el yazmalarının arkasında ya da ilk sayfalarında “Ya Kebikeç” yazısı bulunur. Bunun el yazmalarını, kitapları; kurt ve böceklerden koruyan bir tılsım olduğu söylenenler arasındadır.

Bir Ziraat Mühendisi olarak söyleyebilirim ki; Kebikeç *Ranunculus Asiaticus L.* Bir bitkidir, lor peynirine koyduğumuz Çünkü otu, ıspanak yemeği gibi yaptığımız çiçeği henüz açmamış gelincik gibi evlerimizi süsleyen Düğün çiçeği ile aynı takımdandır. Günümüzde aslan ayağı, yaban kerevizi gibi isimlerle de bazı bölgelerde biliniyor. İnsan sağlığında kullanıldığını İbni Sina'nın *El Edviyyet ul Kalbiye* kitabında kalp hastalıklarını anlatırken şifa olarak geçtiğinden biliyoruz. İçerisinde protoanemonin denilen bir zehir bulunuyor. Bitkinin kokusu ve içerdiği zehiri kitapları böceklerden, haşerelerden koruyor. Güneydoğu illerimizde bu bitkilerden bulmak çok kolay. Acımsı tadı olan bir bitki.



Deniz ORHUN

Şef

deniz.orphun@klemantin.com

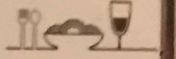
Eskiden kitapların sayfalarını (levhalarını) yapıştırmak için nişasta gibi doğal malzemeler kullanıldığından haşereler için çekici bir unsur oluyor.

Ya Kebikeç, kitap muskası gibi, el yazması kitaplara yazılırken, Kebikeç

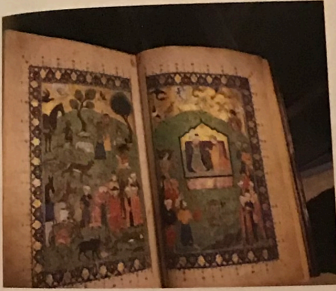
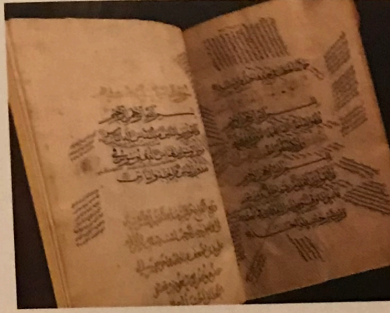
bitkisi, mürekkebin içine ya da kitabın arasına kurumuş olarak konuyor.

Bitkinin saçtığı koku ve bünyesindeki zehir sayesinde böceklerle toksik etki yapıyor ve onları kitaplardan uzak tutarak kitapları haşerelerden koruyor.

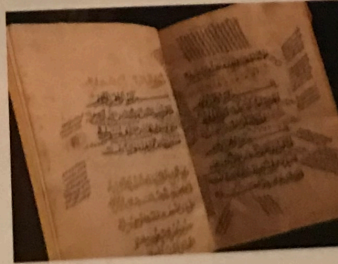
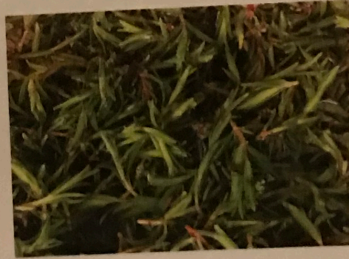
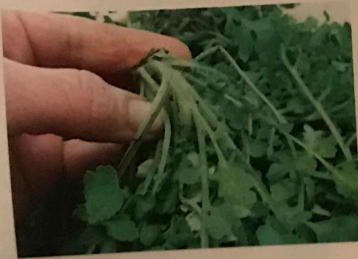
Otları her şekil ve yerde kullanmayı seviyoruz. Çorbalarda, baharat olarak, ilaç niyetine şifa olarak. Lor peynirine Çünkü otunu katıyoruz. Van otlu peynirlerin içinde Heliz ve Mendi gibi otlar koyuyoruz. Otların tatları sarımsak, dağ kekiği ya da kişniş gibi.



يا حفيظ يا كافي



يا حفيظ يا كافي



Otlar sütü ve peynirin raf ömrünü uzatırken, mikroorganizma aktivitesini azaltır ve gastrointestinal sistemimiz için fayda gösterir. İmkânınız varsa sabah kahvaltınızın tereyağını biraz dövün, içerisine kıyılmış kekik ya da zahter (dağ kekiği) koyup tekrar şekil alması için buzdolabınızda bekletin. Tadına doyamayacaksınız.

Peynire koyarken ise; özellikle Heliz diğer peynire konan otlara göre sert bir yapıya sahip olduğundan; önce küçük parçalara kesilir, sonra sıcak su içinde biraz yumuşaması için bekletilir. Salamura şeklinde de saklanabilir. Peynire konulan ot miktarının toplam kullanılan süt miktarının %2'sini geçmemesi uygundur. Tatlan ve etkileri çok kuvvetli olduğundan, peynirin tadını öldürmemesi gerekmektedir.

Yine aynı takımdan başka bir ot ise gelincik otu. Çiçek açmamış halindeyken toplanan gelincik otu, demir bakımından çok zengindir. Ispanak yemeği yapar gibi yenebilir. İşte size benim usul gelincik tencere yemeği.

Gelincik gibi dıştan kırılgan gözüksenizde, onun barındırdığı demir gibi içiniz sağlam olsun.



BULGURLU GELİNCİK

Malzemeler

1 kg çiçeği açmamış
gelincik otu

Yarım bardak bulgur

1.5 orta boy soğan

1 yemek kaşığı biber
salçası

5 diş sarımsak

Tuz, karabiber, köri ve
toz zerdeçal, fındık yağı

Yapılışı

Gelincikler sirkeli tuzlu
suda iyice yıkanır,

Soğanlar biraz suyla
kavrulur, salça eklenir,

Bulgur eklenir, biraz
fındık yağı eklenerek
kavrulması sağlanır.

Sarımsak ve gelincikler
kesilmiş olarak tence-
reye konur.

Gelinciklerden çıkan
su bulgurun pişmesine
yetmeyeceği için yarım
bardak et suyu ya da
tavuk suyu eklenir.

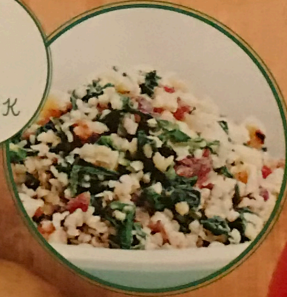
1 çay kaşığı şeker ve
baharatlar konularak,
kısık ateşte 8-12 dakı-
ka pişirilir.

Yoğurtla servis edin.

Afiyet
Olsun...

4

KİŞİLİK



“YA KEBİKEÇ”

Tüm el yazmalarının arkasında ya da ilk sayfalarında “Ya Kebikeç” yazısı bulunur. Bunun el yazmalarını, kitapları; kurt ve böceklerden koruyan bir tılsım olduğu söylenenler arasındadır.

Bir Ziraat Muhendisi olarak söyleyebilirim ki; Kebikeç *Ranunculus Asiaticus* L. Bir bitkidir, lor peynirine koyduğumuz Çünkü otu, ıspanak yemeği gibi yaptığımız çiçeği henüz açmamış gelincik gibi evlerimizi süsleyen Dügün çiçeği ile aynı takımdandır. Günümüzde aslan ayağı, yaban kerevizi gibi isimlerle de bazı bölgelerde biliniyor. İnsan sağlığında kullanıldığını İbni Sina'nın *El Edviyyet ul Kalbiye* kitabında kalp hastalıklarını anlatırken şifa olarak geçtiğinden biliyoruz. İçerisinde protoanemonin denilen bir zehir bulunuyor. Bitkinin kokusu ve içerdiği zehiri kitapları böceklerden, haşerelerden koruyor. Güneydoğu illerimizde bu bitkilerden bulmak çok kolay. Acımsı tadı olan bir bitki.



Deniz ORHUN

Şef

deniz.orhun@klemantin.com

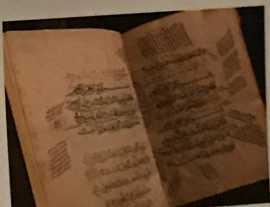
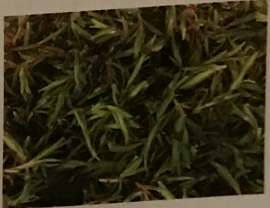
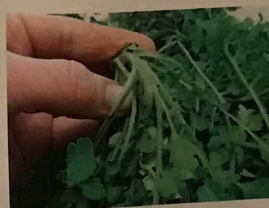
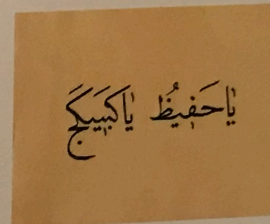
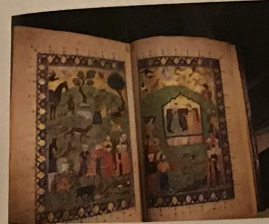
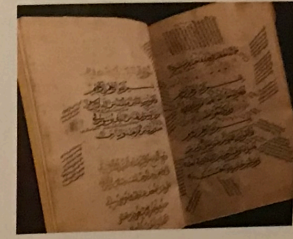
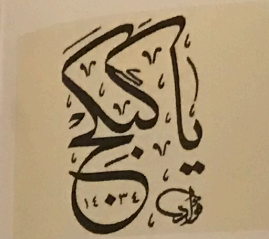
Eskiden kitapların sayfalarını (levhalarını) yapıştırmak için nişasta gibi doğal malzemeler kullanıldığından haşereler için çekici bir unsur oluyor.

Ya Kebikeç, kitap muskası gibi, el yazması kitaplara yazılırken, Kebikeç

bitkisi, mürekkebin içine ya da kitabın arasına kurumuş olarak konuyor.

Bitkinin saçtığı koku ve bünyesindeki zehir sayesinde böceklere toksik etki yapıyor ve onları kitaplardan uzak tutarak kitapları haşerelerden koruyor.

Otları her şekil ve yerde kullanmayı seviyoruz. Çorbalarda, baharat olarak, ilaç niyetine şifa olarak. Lor peynirine Çünkü otunu katıyoruz. Van otlu peynirlerin içinde Heliz ve Mendi gibi otlar koyuyoruz. Otların tatları samsak, dağ kekiği ya da kişniş gibi.



Otlar sütü ve peynirin raf ömrünü uzatırken, mikroorganizma aktivitesini azaltır ve gastrointestinal sistemimiz için fayda gösterir. İmkânınız varsa sabah kahvaltınızın tereyağını biraz dövün, içerisine kıyılmış kekik ya da zahter (dağ kekiği) koyup tekrar şekil alması için buzdolabınızda bekletin. Tadına doyamayacakmışsınız.

Peynirle koyarken ise; özellikle Heliz diğer peynirle konan otlara göre sert bir yapıya sahip olduğundan; önce küçük parçalara kesilir, sonra sıcak su içinde biraz yumuşaması için bekletilir. Salamura şeklinde de saklanabilir. Peynirle konulan ot miktarının toplam kullanılan süt miktarının %2'sini geçmemesi uygundur. Tatları ve etkileri çok kuvvetli olduğundan, peynirin tadını öldürmemesi gerekmektedir.

Yine aynı takımdan başka bir ot ise gelincik otu. Çiçek açmamış halinden toplanan gelincik otu, demir bakımından çok zengindir. ıspanak yemeği yapar gibi yenir. İşte size benim usul gelincik tencere yemeği.

Gelincik gibi dıştan kırılgan gözüksende, onun bantladığı demir gibi içiniz sağlam olsun.