



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CİLİV PEYNİRİ (UZUNDERE ERZURUM)

Doğu Anadolu Turizm Geliştirme Projesi

Süt
Peynir Mayası

Süt arzuya göre ya süt makinesinden çekilerek kreması ayrılır, ya da makineden çekilmeden olduğu gibi bir kaptaki bekletilerek hafif ekşimesi sağlanır. Daha sonra sütün miktarına göre peynir mayası konur. Ocağa alınır, hafif ateş üzerinde tahta tahta bir kepçe ile sürekli karıştırılır. Mayalanan süt kepçenin etrafına sarılmaya ve tel tel pıhtılaşmaya başlayınca elin dayanacağı bir sıcaklıkta iken iki elle sıkıla sıkıla yoğrularak halka haline getirilir. Halka sürekli iki elle sıkılarak ve çekilerek iyice yoğrularak sıkışması ve tel tel olması sağlanır. Kıvama gelen peynir sudan çıkarılarak bir kap içinde bekletilerek dinlendirilir. İyice dinlendirilen peynir dilimler halinde kesilerek tuzlanır. İçindeki suyu (şıratı) salması beklenir. Tuz suyuna konularak saklanılır.

Not: Erzurum'un Türk mutfağına sunduğu önemli gıda maddelerinden biridir. Kaynamaya yakın sıcaklıktaki süttten yapılması ve çok az miktarda yağ içermesi nedeniyle, diyet yapanlarla perhiz tutanlar için idealdir. Cıvil peynir, kahvaltılık olarak yenildiği gibi, bazı yemeklerin yapımında da kullanılır.

