



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FAVA

Nilgün Tatlı

2 su bardağı kuru bakla (akşamdan ıslatılmış suyu süzölmüş  
1 adet kabukları ayıklanmış tüm soğan  
1 tatlı kaşığı toz şeker  
3 su bardağı su  
Tuz  
Karabiber

Islanmış baklaları süzüp tencereye koyun, içine tüm soğan koyun, yeterince su ve tuz ilave edin. Kaynadıkça baklaların iyice ezilmesi için sıcak su koyun. Koyu boza kıvamına gelince içindeki tüm soğanı çıkarın, blender ile veya telle süzün, tabaklara koyun,

Not: Sarayın zeytinyağı ihtiyacını karşılayan Girit Adası'nın Osmanlı hâkimiyetine geçmesiyle birlikte, oradaki lezzetler de İstanbul mutfağında yerini almaya başlamıştır.

Mübadelede zamanında gelen Giritli Türkler, otsuz yaşayamayacakları için Beykoz, Büyükdere ve çevresine (otu ve yeşilliği bol olan yerlere) yerleşmişlerdir. Giritliler yerleştikleri yerlerde sıkça kendi yemeklerini pişirerek hem gelen komşulara ikram etmişler hem yemeklerin pişirilmesini hem de topladıkları çeşitli otları ve zeytinyağını hangi yemeklerde kullandıklarını çevredekilere öğretmişlerdir. Böylece fava gibi Girit yöresine özgü yemekler mutfağımızda yerini almıştır. Fava, rezene, bambul, radika, turp otu, istifno, sirken, son zamanlarda giriş yapan deniz börölgesi vb. yabancı otlar keçi eti ve peyniri Giritliler sayesinde İstanbul mutfağına giren lezzetlerdir.

Rivayete göre II. Abdülhamid, Girit adasına oradaki halka sağlık hizmeti verilmesi için doktor göndermiş, ada olmasının ve o dönemde ulaşımın zor olması nedeni ile aylar sonra doktor Sultana telgraf çekmiş ve "Sultanım beni buradan alın, herkes çeşit çeşit yabancı ot toplayıp yediğinden vücutları şifa bulmakta ve hiç hastalanmamaktadır." demiştir.

