



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEKSİKA MUTFAĞI VE YEMEK KÜLTÜRÜ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Meksika kültürün önemli bir bölümünü yemekleri oluşturuyor. Meksika halkı için yemek yapmak, dini ve felsefi boyutlara sahip bir kültür ögesi olarak algılanıyor. Meksika, dünyaca ünlü birçok popüler yemeğin ana vatanı olarak biliniyor. En sert acıları, türlü sosları ve rengarenk baharatlarıyla binlerce yıllık emeği barındıran bu mutfak, 2010 yılında UNESCO'nun Dünya Kültür Mirasları Listesi'ne girmiş.

Meksika, avokado, domates, yer fıstığı, mısır, fasulye ve chili biber gibi ürünlerin ana vatanıdır. Meksika mutfağı, eski yerlilerin (Aztekler, Mayalar vb.) ve İspanya, Fransa, Arap mutfağı geleneklerinin sentezinden oluşur. Farklı bölgesel mutfaklara ayrılmıştır. Kuzey kesimlerinde İspanyol mutfağı etkileri görülürken, güney kesimde eski yerlilerin mutfağı korunmuştur. Meksika mutfağının en önemli besini, mısırdır. Hemen hemen her yemekte mısır kullanılır. İkinci sırada ise chili biber gelmektedir. Bilinen Meksika yemekleri isimleri arasında yer alan taco ve fajtanın yanı sıra chiles en nogada yemeği de oldukça ünlüdür. Meksika mutfağında tavuk eti ile yapılan yemekler daha çok karşınıza çıksa da pescado a la veracruzana gibi popüler balık yemeklerine de rastlayabilirsiniz. Meksika fasulyesi yemeği de bu mutfak kültüründe yoğun olarak yapılan tarifler arasındadır. İspanyol kökenli gazpacho çorbası da önemli yemekler arasında. Meksika mutfağına ait yemekleri tatmak isteyenler evde kendi imkanlarıyla rahatlıkla yapabilir.

Quesadilla, tortilla ekmeğinin farklı malzemelerle birleştirilmesiyle hazırlanır. İçerisinde genellikle peynir çeşitleri, şarküteri ürünleri ve sebzeler kullanılır. Meksika'da oldukça yaygın olan bu besin, genellikle yarım ay şekli verilerek sunulur. Quesadilla yapımında en çok mozzarella, çedar ve kaşar peyniri tercih edilir.

Meksika mutfağının en tanınmış yemeklerinden biridir chili con carne. Kıyma, domates ve acı biberin birleşimi ile yapılır. Pek çok geleneksel yemek gibi chili con carne'nin de çok farklı versiyon ve tarifleri vardır. Bazen fasulye eklenmez ve sadece kıymalı bir sos gibi yapılır. En yaygın olanı fasulyeli versiyonudur. Türk damak zevkine oldukça yakın ve uygun bir yemek.

