



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANTEPFISTIĞI

Gaziantep Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Rengi ve lezzeti ile tatlı ve pastaları süsleyen Antepfıstığı, yörenin sahip olduğu en özel tat. Şöhreti ülke sınırlarını çoktan aşan, şehrimizin sembolü olan Antepfıstığı, diğer tüm kuruyemişler arasında ayrıcalıklı bir yere sahip.

Ünü başta tadı olmak üzere, fıstığın kendine has eşsiz özelliklerinden gelmektedir. Sert kabuklu olan Antepfıstığı ticari alanda önemli değere sahiptir.

Fıstık bilgili ve faziletli insanlara benzer. Taşdığı büyük kıymete rağmen alçak gönüllü ve kanaatkardır. Hiç bir bitkinin yetişemedi kurak, kıraç topraklarda, kayalıklarda biter ve yetişir. Yazar Cemil Cahit Güzelbey Antepfıstığını böyle tanımlamaktadır.

Kabuğuna sığmayan lezzet, fıstığın sağlığınıza olumlu etkileri de saymakla bitmiyor: Antepfıstığı, kandaki kolesterol seviyesini düşürüyor, kronik kalp hastalığı riskini azaltıyor. 100 gram Antepfıstığı vücudun günlük protein, vitamin B1 ve fosfor ihtiyacının % 35'ini, yağ ihtiyacının ise önemli bir kısmını karşılıyor.

Tazesi, kabuklusu, kavrulmuşu, türlü çeşidi ile Antep-fıstığı, Ekim ayında düzenlenen Uluslararası Antepfıstığı Kültür ve Sanat Festivalinde görücüye çıkıyor.

