



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

BAKLANIN SIRRI

Engin Akın

Bakla baharla hoş gelir. Ama baharla birlikte sofraya geldiğinde yarattığı heyecan "senede bir gün"den öteye gitmez. Easulye, patlıcan gibi sebzelerin aksine baklayı bir gün sofrada görmek yeterlidir. Bakla da sanki bunun öcünü anlıyormuşçasma, kısa bir sürede kartlaşıverir. Yedin yedin, yemediysen derdine yan misali... İrileşmiş taneler, baklanın taze haline vefa borcunu ödemeyenler için son şans tanır. İç bakla yeşil ve endamlı haline itibar etmeyenlere nispet yaparcasına hem lezzetli olur hem de enginar, pilav gibi birçok yemeğe lezzet katarak baklanın şanı sürdürür. Dahası kurusu da kışın baklayı adeta hortlatır... Kuşkusuz, bu yüzden bakla antik dönemin gastronomi-sinde hep varolmuş. Talihi o zamanlarda da pek yokmuş ki hem yemişler hem de arkasından çekiştirmişler, tran ve Afrika'da ilk defa yeşeren bu nebatat-ı, benimseyip sofralarına yerleştiren Mısırlılar için bile bakla aşağılanan bir sebze olmuş. Bakla tabir uygunsu mundar görülmüş. Yunan yazar Herodot döneminde, kesişlerin yemeğini yapmak bir yana baklanın tanesine bile bakmadıklarını yazar. Baklanın gaz yapan bir yiyecek olmasından kaynaklandığı muhtemel. Zira Yunanca'da bakla sözcüğü olan "anemos" ruh anlamına geldiği gibi bağırsak gazının da karşılığı. Latin yazar Diogenes Laertius'un "Bakla bedenimizin canlı kısmı olan ruhumuzun parçalandır" diyerek baklayı tinselleş-tirmiş ama nafiye. Belki de bu horlanmaların arkasındaki şey baklanın anemi ve sardık gibi hastalıklara yol açtığı düşüncesidir. O zamanlar teşhisi yapılamayan bu hastalıklar için sıklıkla yendiğinden dolayı bakla sorumlu tutulmuş olabilir. Tabii ki bir batıl itikat aurası içinde. Yme de hem severim hem döverim misali, garibim bakla bu güne dek aşağılandığı ülkelerde özellikle sofralarda en aşına yiyecek, özellikle de kurusu. Sevgili ömür Bozkurt'un hediye ettiği kitap da, eski Mısırlıların baklayı, günümüzde artık popüler bir Orta Doğu yiyeceği olarak bilinen bakla mücveri falafele benzer şekilde pişirdiklerini gördüm.

FALAFEL'İN LEZZETLİSİ KAHİRE'DE YENİR

Kitapta adı 'tameya' olarak geçiyor ama tarif hemen hemen aynı. Ealafel'in ise aynı lezzette hem Londralı şef dostlarım Sam ve Sam Clark lokantasında hem de Halep'te yedim. Türkiye'de falafel yapan yerler var ama ben başarılı yapılanına rastlamadım. Genelde tıkHz ve yavan oluyor. Oysa gerçek fa-lafeli; ısırdığınız zaman içinden acayip taze kişniş kokusu gelir. En lezzetlisi Kahire'de geçen yıl yediğim taze iç bakladan yapılanıydı. Ealafel'in dışında baklanın en eski tariflerinden biri "Ful Medames." Bu yemek aynı lezzette Halep'te de yenilebilir. Bu kentte gördüğüm ve tattığım kadarıyla sabah ile kuşluk arası yenilen kahvaltı, öğle yemeği arası bir çeşit bu. Esası, geceden kül ateşinde balar ve ördek ağızlı bir tencerede kabuklu olarak pişin len kuru bakla ertesi gün artık helmelenmiş olur. Dükkan sahibi bunu önceden hazırlamış olduğu sarımsak kreması, köpürtülmüş sarımsaklı su, zeytinyağı ve limon suyu ile veriyor. Acı taze biber ve kuru soğan da yanında yeniyor.

TÜRK MUTFAĞININ VAZGEÇEMEDİĞİ ZEYTİNYAĞLI

Baklanın tazeşi, en özgün biçimde Türk mutfaklarının zeytinyağlılar grubuna dahil edilmiştir. Sarımsaklı yoğurtlu olarak yemlen bakla, bu kompozisyonu ile harika bir lezzet olur. Pişirirken, taze fasulye altın gibi sararırken bakla karardıkça kararır. Büyük bir olasılıkla bu görüntü, fasulyeye karşı yenilgisinin en önemli nedenidir. Ancak körpe olması baklanın kararırma şansını azaltır. Bir çay kaşığı limon şüyu da kararmasını nispeten önler. Bu ekşi katkı, az şeker ilavesiyle telafi edilir. (Zeytinyağlılara gelişi güzel şeker katmam ama baklada bu tabuyu atlarım.) Tadına yakışan dereotu ise pişerken değil son anda konulursa bakla göze daha fazla zevk verir. Zeytinyağlı bakla diğer zeytinyağlılar gibi pişirilir ama genelde domates katmaz. Ağız ateşte çok az su ile pişirmek ve sonra yağma indirmek lezzeti sağlar. Tabu iyi bir zeytinyağı ve soğanın çok ince doğranması da önemli bir katkıdır. İlk servis edilirse de çok hoş olur. Hepsini bir tarafa baklanın iyice körpesini almak gerekir. Yani iç taneleri beürdürmeşmemis olmalıdır. Son bir nokta, bazılarının yaptığı gibi baklayı unlu suya atmanın hiçbir yararını görmedim.