



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİTLİS BAHARATÇISI

BA Merhaba adınızı öğrenebilir miyim?

EO İsmim Ercan Oto, burası Bitlis Baharatçısı.

BA Buraya özgü baharatlar, otlar mı satıyorsunuz?

EO Bitlis'in doğasında çıkan şifalı bitkilerin hemen hemen tümünü alıp, bunları değişik işlemle işledikten sonra satışa sunuyorum.

BA Bunlar nelerdir?

EO Buraya özgü, üzüm yaprağı, ayva yaprağı, dut yaprağı gibi ürünlerimiz var. Biz bunları hastalara ek tedavi olarak veriyoruz.

BA Yani tamamen bir tedavi türü değil ek tedavi.

EO Tabi efendim biz doktor olmadığımız için buna tam tedavi diyemeyiz, zaten öyle bir hakkımız da yok. Biz dedelerimizden, babalarımızdan, annelerimizden gördüğümüz bir takım ilaçlar var, tabi tıp o zamanlar gelişmemişti bu tıp ilaçlar kullanılıyordu. Biz ilaçlarımızı bilim adamlarına danışıp onların da bilgilerine danıştıktan sonra hastalara yardımcı olmak amaçlı veriyoruz.

BA Bilis'te kaç çeşit ot çıkıyor.

EO Saymayla bitmez binleri bulan bir ot çeşitliliğimiz var. Türkiye'de doğan bir insan baştan şanslı doğuyor. En başta anası, babası Müslüman. Allah hastalığı yaratmış ama şifasını da yaratmış, bizim ülkemizde dünyada bulunmayan ot çeşitliliği var. Bize düşen bu şifayı araştırıp bulmak olmalıdır. Dermansız, şifasız hastalık yok, bu böyle bilinmeli.

BA Burada kutulanmış karışımlar görüyorum, prostat çayı, iştah açıcı çay, alerji çayı gibi, bunlar sizin hazırladığınız karışımlar değil mi?

EO Mesela şu gördüğünüz zayıflama çayında 15 çeşit bitki var, burada Bitlisin yüzyıllardır bilinen otlarından yapılan karışımlardır. Metabolizmayı hızlandırır ve yiyeceklerin vücuttan çabuk atılmasını sağlar, dolayısıyla kilo birikimi olmaz.

BA Mide sıkıntıları için neyiniz var?

EO Mide için buranın meşhur "yılandili" vardır. bu ot ilk dönemler çiğnenip, suyu yutulup posası atıldığı zaman mideye çok iyi geliyor. Özellikle köylerde halkımız bunu mevsiminde toplayıp kurutuyor, mideleri ağrıdığı zaman kullanıyorlar. Başta da dediğim gibi tıp eskiden bu kadar gelişmemişti, bulunan yöntemler hep geneli kapsıyordu. Oysa bugün mide sıkıntılarının bile kaç çeşidi var, reflü ayrı, gastrit ayrı, ülser, hazımsızlık bunların hepsi ayrı ayrı rahatsızlıklar. Biz hastalara bu otları yardımcı tedavi olarak veriyoruz. Buralarda şihlik müessesesi var. Eski zamanlardan bu güne şihlik da kendini geliştirmiş onlar da bazı ilaçlar geliştirmişler. Mesela basur denen bir hastalık var. Şimdi hemen ameliyat diyorlar, hatta bu ameliyat 2-3 kere tekrarlanabiliyor. Ama bize şihlardan gelen ilaçlar kesin ameliyatsız çözüm sunuyor.

BA Bu zayıflama çayı gerçekten zayıflatıyor mu?

EO Şimdi efendin dediğim gibi, sinameke denen bir ot var. Bu ot günlük yediğiniz yiyecekleri suya dönüştürüyor, af buyurun ishale çeviriyor. Ama bizim bir ilacımız var hem yağları eritiyor, hem de metabolizmayı çalıştırıyor.

BA İnsanın zayıflaması için bu paket çay yeterli mi?

EO Hayır yeterli değil, en az 30 günlük kür uygulamanız gerekiyor.

BA 30 gün içen insan zayıflıyor mu?

EO Tekrar alma ihtimali olarak ayda 6 kilo verdirebiliyoruz.

BA İştahımız açık mı?

EO Bu sadece bağırsağı çalıştırıyor ne yerseniz yiyin vücuttan kısa sürede atmasını sağlıyor. Bir de yanında birikmiş olan yağları eritiyor. O bakımdan sinamekeden çok daha üstün. Bizde şu karşıda gördüğünüz sumaktır.

BA Salkım sumak mı?

EO Tanelenmiş sumak yemeklere katılır birçok derde devadır. Bütün şifalı bitkiler en fazla 5 dakika kaynatılmalıdır yoksa değerini yitirir. Bazı bitkiler de tek başına kaynatılmaz, mesela mısır püskülü maydanozla beraber kaynatılıp süzgeçten geçirildiği zaman böbrekteki bütün taşları kumları düşürüyor, aynı zamanda idrar yollarını temizliyor. Şurada altınotu var bu da bayanlarda adet düzensizliğine iyi geliyor. Otlarda da dişi ve erkek cinsi var. Görünüm olarak birbirlerine bezseler de farklı faydaları olabiliyor.

BA Efendim bu zayıflama çayına dönmek istiyorum ne kadar almamız lazım?

EO Bunu her gün sabah ve akşam aç karna içmek gerekiyor, önce midede hafif bir sancı yapıyor ama alışınca ağrı kalmıyor, kullandığınız müddetçe işe yarıyor, bırakınca tekrar kilo alınabiliyor.

BA Peki çok teşekkür ederiz.

EO Ben de teşekkür ederim.







