



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[www.lezzetler.com](http://www.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

## BOZA

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

Kış aylarının en meşhur içeceklerinden birisi bozadır. Hem soğuk kış aylarında içinizi ısıtır, hem de tam anlamıyla vitamin deposudur. Ülkemizde de bolca tüketilen bozanın tarihi de oldukça dolu ve çok eskilere uzanıyor.

Bozanın ilk ortaya çıkışı günümüzden yaklaşık 8000-9000 sene öncesine dayanıyor. Bu bağlamda da günümüzde hâlâ tüketilmekte olan en eski içeceklerden bir tanesi. Günümüzde genellikle darıdan yapılan boza farklı topluluklar tarafından farklı hammaddeler kullanılarak da üretilmiştir. Bozayı Türk toplulukları da uzun zamandır tüketiyor. Özellikle Orta Asya'da bulunan eski Türk kavimlerinin boza tükettiğine dair bilgiler mevcut. Bu kavimlerin zaman içerisinde Anadolu'ya göçleri sırasında boza da onlarla birlikte bu coğrafyaya geliyor. Hatta boza Anadolu'ya geldikten sonra bu coğrafya ile de sınırlı kalmıyor. Tüccarlar tarafından hem Afrika'nın kuzey bölgelerine hem de bugün Orta Doğu olarak bildiğimiz coğrafyaya da yayılmıştır.

Tarihin en önemli seyyahlarından biri olan Evliya Çelebi de 17. yüzyılda Anadolu'da boza içildiğinden bahseder. Seyahatnamesinde İstanbul'da 300 civarında bozahanenin bulunduğunu not eder.

Osmanlı'dan günümüze kadar uzanan boza hammaddesi: Yulaf, pirinç, darı, arpa, buğday veya mısır olan tarihi bir içecektir. Lezzeti kadar içerdiği E, B1, B2, A vitaminleri ve fosfor, demir gibi mineral içeriği ile de oldukça sağlıklıdır.

Mısır ve Kuzey Afrika sahillerinden Akdenizli gemi tüccarları yardımıyla önce batıya, Asya ülkelerine ve Çin'e, oradan da İran ve Afganistan'a kadar geniş bir alana yayılan boza, ambalaj sanayinin gelişmesi ile birlikte ticari bir içecek haline gelir. Eski yıllarda Türkiye'de ramazan ayının habercisi olan boza marka haline gelen özel bir içecek olarak severek tüketilmektedir.

Boza helal mi ya da boza neden haram soruları boza ile ilgili akla gelen sorular arasındadır. Osmanlılarda 16. yüzyılda iki tip boza yapılmış: İlki Ermeniler tarafından yapılan, fazla mayalandığı için içeriğinde alkol barındıran ve içeni sarhoş eden Mirmırık. Diğeri de tatlı boza olarak adlandırılan ve fazla mayalandırılmayan Arnavut Bozası. Ekşi mayanın sarhoş edici özelliğinden dolayı o tarihlerde görev yapan şeyhülislam, Ermeni bozasını yasaklamış. O gün, bugündür de haram ya da helal mi diye sorulur olmuş.

