



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİTİRMEK (MUĞLA)

Muğla Valiliği

500 gr. susam

400-450 gr. bal

2 su bardağı fıstık, ceviz ya da badem

Susam ayıklanır, yıkanır. Yağlı olduğu için harici yağ eklemenden bir tavada sürekli karıştırmak suretiyle rengi değişene kadar kavrulur. Susam çabuk yandığı için sürekli karıştırmak önemlidir. Kavrulan susamın üzerine bal ilave edilir, pişirmeye devam edilir. Tercihe göre fıstık, ceviz ve badem eklenebilir. Pişmeye yakın susamlar birbirini tutmaya, kokusunu vermeye ve köpük köpük olmaya başlar.

Bu süre 40-45 dakikayı bulabilir. Piştikten sonra içi yağlanan bir tepsiye ya da geleneksel usulle yassıağaç/senit denilen ekmek tahtasının üzerine dökülür, kaşıkla bastırılır, serin bir yerde sıcaklığı azalana kadar bekletilir. Tam soğumadan önce kare ya da dikdörtgen şeklinde dilimlenir.

Servisi, soğuduktan sonra sade olarak ya da çay ile yapılır.

Söz konusu tatlının bir başka varyantı, susamın kavrulduktan sonra dibekte dövülmesi ve soğuduktan sonra pekmezle karıştırılarak yenmesidir ki buna da "susam karması" denir.

Not: Çitirmek, çitirmek, gıvam, kıyam veya susam helvası gibi pek çok isimle ifade edilir. Kış mevsiminde, bayramlarda, düğünlerde bal ve susamla yapılan 35-40 yıl öncesinin geleneksel bir tatlısıdır. Hatta düğünlerde hazırlanıp torbaya konularak, ağaca asılan çitirmek, ağacın başında onu vermemek için uğraşan bir kişi ile ağacın etrafında toplanarak onu yakalamaya çalışan topluluğun mücadelesinden oluşan "kapma" oyununun ana malzemesi olmuştur. Çitirmek günümüz mutfağında artık daha az yer almaktadır.

