



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKŞİLER SIZMALAR SİRKELER

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

Türk mutfağında ekşi kullanımı son derece önemlidir. Özellikle limonun yaygın olmadığı dönemlerde nar, erik, yabani erik, elma, zereşk, koruk, turunç gibi ekşi meyvelerden ya da sumaktan ekşiler ya da daha tatlı olan incir, armut, dut gibi meyvelerden sızmalar yapılır, bunlar yemeklere lezzet vermek için kullanılırdı. Günümüzde en yaygın ekşi türü nar ekşisi olup, piyasada geleneksel usul kazanlarda kaynatılarak yapılan ya da endüstriyel olarak suyu kontrollü olarak suyu çektilerle yapılan türleri mevcuttur. Kastamonu bölgesinin erik ekşisi ve çeşitli bölgelerin elma ekşisi de yerel ürünlerdir. Ekşilik kadar keskinliği için de çok kullanılan bir ürün de sirkelerdir. Genel olarak üzüm sirkesi kullanılsa da, elma sirkesi de oldukça yaygındır. Son yıllarda unutulmaya yüz tutmuş geleneksel sirkeler canlanmaya başlamış, alıç sirkesi gibi sirkeler piyasada yer almıştır.
