



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HANGİ ET SAĞLIKLI

Mustafa Özer, Doğal Beslenme Sağlık Rehberi

Eskiler ağzının tadını biliyordu. Et olarak koyun eti yiyordu. Eskiden en pahalı et kuzu, koyun eti idi. Koyun etinden daha iyisi

koç eti olarak bilinir. Kurbanda koç kesmeye özen gösterilirdi. Sığır Sütü için beslenir. Keçiden kaliteli , sert peynir yapılırdı.

Sığır etinin, hazmı zor olduğu için, ancak ağır işlerde çalışanlara tavsiye edilirmiş. Keçi Etinin, sığır etinden de kötü olduğu, Ondan daha kötüsünün yaşlı teke (erkek keçi) eti olduğu Osmanlıca kitaplarda belirtilmektedir. Keçi sütünün, Karaciğer fonksiyonlarını düzenlediği, Hepa-tit-B'ye dahi faydalı olduğu. Anti Alerjik olup anne sütünden sonra bebeklere en faydalı Süt olduğu bilim adamları tarafından belirtilmektedir.

Koyun etinin, hazmı kolaydır Safra akışını düzenler. Bundan dolayı koyun eti, çok faydalıdır.

Eskiden manda yoğurdu ve kaymağı için beslenir. O kaymağın ve yoğurdun tadına doyum olmazdı.

Eskiden tavuklar kafeste beslenmezdi. Sabahlayın salını verilirdi. Tavuklar solucan, domates, ot ne bulursa yedi. Cıvcivler 45 günde anca palazlanırdı.

Ya Şimdi! Eskinin benzerlerini, taklitlerini, hızlandırarak yapıyoruz. Manda yoğurdu, peynir gibi kesilebilecek kıvamda olurdu diyerek bizde vakumlu yoğurdu icat ettik. Sütün suyunu buhar-laştırarak biraz kıvam verdik. Lezzet veremediğimiz gibi, çok süt gidiyor diye vakum yoğurdunda taklitini yaptık. CMC gibi karbon bağları dikine dizilmiş olan sözde gıda kimyasallarıyla süte kıvam verdik. Vakum yoğurdu ürettik. Kaymağı, Kremadan icat ettik.

Sığırları, dört duvar arasına hapsettik. Önceden sadece günde iki kere sulamak için çeşmeye götürerek; Sığırı özgürlüğüne kavuşturup, güneş yüzü gösterir D vitaminini de bilmeden almasını sağladık. Şimdi otomatik suluklar çıktı, sığırların bu su gezisi de ellerinden alındı. Sığırlara vurulan; Besi Hormon iğneleri, pancar küspesi, hayvan etinde ve sütünde hiç lezzet ve şifa bırakmıyor. Yazın, besi iğnesi vurulmamış, ara sıra ot yemiş, hayvansal artıklı yem verilmemiş bir dana kestik, inanın kanı mor aktı Ette lezzet namına bir şey de yoktu.

Tavuklar ise; İçler acısı, Daha cıvcivken kimya ile tanışıyor. Hastalıklara mukavemet Antibiyotiği, kimyasal ve hayvansal atık katkılı bol yağlı yem. Bitki ve tahıllarda bulunmayan Amino asit için, tavuğa Hayvansal ürün vermek gerekir. Hür beslenen tavuk bu amino asiti. Solucan, Çekirge, böcek yiyerek yada Tavuk sahibinin

ekşimiş yoğurtlarından sağlar. Fakat: Tavuk tüyünü, tavuk artıklarını, mezbahadaki kanı ve artıkları vermek fazla ticari geliyor. En temiz yoğurt yedirmek. Allah'tan bu besi tavuklarının tüyleri yolunurken suda haşlanırken içindeki dışkı kokusunun ete sirayet etmesinden Japonlar rahatsız olmuş ve bir vakum makinası yapmışlar.

Önce içi boşaltılıyor sonra 50'C lik sıcak suda ısıtılıyor. Sonra Tavuğun tüyleri yolunuyor. Bu sistemi Aytaç getirmiş. Şimdi besi tavukları dışkı kokmamaya başladı. Şimdiki Besi tavuklarının Hibrit oluşu, 45 günde 1.5 kg'a ulaşması Yemlerine kimyasal maddelerin kullanışı, şeklinde yetiştirildiği için EN Sağlıksız ETTİR.

En Sağlıklı Et Yine: Hala otlatılarak Beslenen KOÇ ve koyun etidir. Sonra serbest beslenen Deve kuşu. Hindi, tavuk, ördek etleri. Hamsi eti ve keçi etidir. (Keçi hâlâ otlatılarak beslendiği için)

Et biraz kokulu olacak saman gibi olan et, besi etidir. Doğal beslenen et, süt, meyve ve sebzeler daha az masraflı ve ucuz olur. Şifalı ve lezzetli olur.