



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HARDAL

Hardal, aslında bir tohumdur. Turpgiller familyasının yabancı üyelerinden hardal bitkisi, yüzyıllardır Asya ve Avrupa'da yetişmekte ve mutfaklarda kullanılmaktadır. Hardalın faydaları nedeni ile tarımı da yoğun olarak yapılmaktadır. Türkiye'de üç farklı türde hardal yetişmektedir. Bunlar kara hardal, esmer hardal ve ak hardal olarak adlandırılmaktadır. Üçü arasında yararlar ile ön plana çıkan en önemli tur kara hardaldır. Yetiştirme alanı Akdeniz havzası olan kara hardal, ülkemiz topraklarından çıkan en faydalı bitkilerden birisidir. Hardal, ilk defa 1720'de Londra'da yaşayan Clements tarafından hazırlanmış. Bence asrın buluşu hardalı, patates salatasının ve her türlü yeşil salatanın sosunda, sandviçlerde, ızgara etlerin, tavukların yanında, soğuk etlerle, peynirlerle, haşlanmış sebzelerle, tek başına veya dereotu, kimyon, sarımsak, maydanoz, bal, tarhun gibi lezzetlerle bir arada kullanmak nefis oluyor. Ev yapımı hardal ile ilgili dikkat etmemiz gereken bazı detaylar var. Mesela uzun süre bekleyince biraz katılaşabilir, ılık su ilave ederek biraz inceltebilirsiniz. Bu nedenle içine azıcık zeytinyağı ilave edebiliriz ya da hiç limon suyu ve zeytinyağı koymadan ev yapımı hardal hazırlayan birçok kişi gibi siz de sadece suyla karıştırıp aynı lezzeti yakalayabilirsiniz.

