



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HELLİM PEYNİRİ (KIBRIS)

KKTC'de İmgesel Yemekler
Doğu Akdeniz Üniversitesi

Süt
Toz maya
Süzek
Tuz

Öncelikle hellim yapılacak süt (çiğ inek koyun veya keçi sütü) büyük bir titizlikle süzülür ve hellim yapma aşamasına hazır hale getirilir. Süzülen süt, ocağın üstündeki geniş bir kazana koyulur. Çiğ olan süt biraz ısıtıldıktan sonra, -yaklaşık 37 derece kadar -ocak kapatılır. Otuz derece civarına gelen süt mayalanmaya hazırdır. Sanayi mayası diye nitelendirilen toz şeklindeki mayadan alınarak, hellimin miktarına göre süte katılır. Mayayı katmadan önce, su bardağına süttten biraz alınarak, maya bu bardağın içinde güzelce eritilir. Ardından kazandaki sütle karıştırılarak, süt yoğun kıvam alıncaya (pıhtılaşınca) kadar bekletilir. Sonra bu pıhtı basparmağın yarısı kadar büyüklükte parçalara ayrılır ve iyice karıştırılarak ısıtılır (33 derece). Karıştırılan pıhtı kendi suyunun içinden alınıp, -bu suya sarı su denmektedir- süzek veya el yardımıyla toparlanarak kalıplara konulur.

Bu arada hellimin sarı suyu, yani peynir altı suyu kaynamaktadır. Hellimin loru ise belli bir kaynamadan sonra kendiliğinden yukarı yükselir ve yine süzerek toparlanır. Daha sonra kalıptaki ortalama yarım kilo kesilen parçalar, peynir suyunun içine atılarak; doksan bes-yüz santigrat ortalama olarak yetmiş seksen dakika, hellim su üstüne çıkışıya değin kaynatılır. Üste çıkan peynir kalıpları elle hafif bir baskıdan geçirilir. Yüzeyleri tuzlanır ve tuzlanmış kalıplar ikiye katlanır.

Tuzlanan hellimler, sularının iyice süzülmesi için otuz kırk dakika bekletilir.

Hellimler, uzun süreli kullanmak için, genelde bol tuzla kendi suyunda bidonlarda saklanır. Gündelik kullanmalarda ise, derin dondurucularda sağlıklı bir şekilde saklanabilir. Dstenirse de küp veya tenekeye salamuraya atılır.

Ev tipi hellimin yapılışı kolay olmamakla birlikte zahmetlidir. Sanayi tipi hellim peyniri ise, tüketiciye vakumlanmış ambalajlarda sunulmaktadır.

Tam yağlı pastörize inek sütünden elde edilen hellim peyniri, yedi -on gün dinlendirildikten sonra vakumlanmış ambalajlarda satısa sunulmaktadır.

Hellim, Kıbrıs'ta has, orta sertlikte, hafif uzayan, tuzlu, sık dokulu, sarımsı beyaz renkte olan taze bir peynir türüdür. Kıbrıs Rumlarının halloumi dedikleri bu peynir, yaklaşık iki yüz elli gr.lık topaklar halinde hazırlanır ya da dikdörtgen kalıplarda bol tuzla salamuralanır. Bu nedenle uzun ömürlü bir peynirdir. Holloumi adıyla 1990 yılından beri Amerika'da Kıbrıs Ürünü olarak kayıt altına alınmıştır.

Özellikle kahvaltıda bolca tüketilen hellim, iyi bir besin kaynağıdır. Çünkü yüz santigrat derecede kaynatılıp bakteri ve mikroplardan tamamıyla arınmaktadır. Zira kaynatılmamış peynirlerde malta humması (brosellous) hastalığı olma riski vardır. Hellim, iyi bir kalsiyum ve protein kaynağıdır. İçeriğinde %25 oranında yağ, %17 oranında da protein bulunmaktadır. Izgara olabilmesi özelliğiyle Dünyada sayılı peynirlerden olan hellimin yapımında, çok kaliteli süt kullanılması gerekmektedir.

Hellimin uzun süreli saklanabilmesi için doğanın uyandığı mart-haziran arasında yapılması önerilmektedir.

Hellimin verimli ve sağlıklı olmasında keçi sütü daha elverişlidir. Keçi sütünden yapılan hellim daha az yağlı olur. Ayrıca günümüzde sütlerin mayalanmasında süt tozu mayaları kullanılırken, önceleri yeni doğmuş kuzuların mayaları (iskembeleri) alınırdı. Doğal ve taze olduğu için bu maya ile yapılan hellimlerin, çok daha lezzetli ve sağlıklı olduğu bilinmektedir.

Hellimin kendine özgü olan başka bir özelliği ise, geleneksel yöntemle üretilip kendi salamura suyunda bekletildiğinde, olgun ve sert peynir yapı sergilemektedir. Kendine has bu aromasıyla özellikle bidda, tarhana çorbası, hellim böreği gibi yemeklerde daha keskin lezzet sağlayabilmektedir. Üretiminde son aşamada nane de eklenebilen hellim, kendi salamura suyunda saklanabilirken, derin dondurucuda (-18 dereceden düşük sıcaklıklarda) bir yıla kadar muhafaza edilebilmektedir.

Hellim, Kıbrıs mutfağında et yemeklerinden kahvaltıya kadar birçok yerde kullanılmaktadır. Örneğin; minik küplere doğandıktan sonra ızgarası yapılır. Rendelenerek köftenin içine konulur. Hellim peynirli köfte, Kıbrıs mutfağının tipik yemeğidir. Doğandıktan sonra lavasın içine yerleştirilen hellim peyniri, fırında pisirilerek börek gibi tüketilir. Kızartılmış hellim, salata ve makarnayla birlikte yendiğinde, vazgeçilmez bir lezzete erisir. İçinde bulunduğu pizza ya da makarnanın tadı çok daha farklı olmaktadır.

Ayrıca kavun hellim ekmek, karpuz hellim ekmek yine bilinen hellimli yiyeceklerdendir. Yöre halkının karpuzla hellim bulsam her gün yerim özdeyişi de bunun en canlı örnektir.

Hellim ile ilgili iki tartışmalı konu bulunmaktadır. Bunlardan ilki hellim adı ile ilgilidir. Hellim isminin yanına yeniden peynir getirilmesi, Kıbrıslıların pek de hosuna giden bir husus değildir. Ancak yurtdışına da ihraç

edildiğinden, zaruri olarak ne olduğunun anlaşılması için, paketinin üzerine hellim peyniri ibaresi yazılmaktadır. İkinci konu ise, Rum tarafının 2007 yılında hellimin, bölgesel ürün olarak tescillenmesi amacıyla Avrupa Birliği'ne başvuruda bulunmasıdır. KKTC'liler hellimin ortak bir kültür ürünü olduğunu, bu sebeple tescillenecekse de, bütün Kıbrıs adası adına tescillenmesi gerektiğinde ısrar etmektedir.



