



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İTALYA BÖLGELERİNİN BESİN ÜRÜNLERİ VE ÖZELLİKLERİ

Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi

Araplar, Avusturyalılar, Fransız, Yunan, İspanyollar ve diğer yabancılar İtalyan yarımadasını egemenlikleri altına aldığı dillerini, malzemelerini ve pişirme geleneklerini de aktarmışlardır. Yani İtalyan Mutfağı'nın İsviçre Avusturya geçmişi yerli ve yabancı malzemelerin et-Slovenya kilesimine ve ortak pişirme yöntemlerinin uyarlanmasına dayanmaktadır. Her ne kadar İtalyan Mutfağı başka milletlerin asimilasyonu sonucu oluşsa da, İTALYA Fransız Mutfağı gibi günümüzde ünlü olan Adriyatik Denizi bir mutfağı da etkilemiştir. Bu olay 1533 yılında İtalyan Catherine de Medici Fransız Sardunya II. Henry ile evlendiğinde, yanında İtalyan aşçıları ve Floransa'ya özgü yemek tariflerini getirmesiyle gerçekleşmiştir. Ayrıca Sicilya aşçıların getirdiği mutfak malzemeleri ve sofrta takımlarının da henüz Fransızlarca bilinmediği göz önüne alındığında gerçekten de İtalyan mutfak kültürünün Fransa'ya katkısı büyük olmuştur.

Domates İtalyan Mutfağı'nın olmazsa olmazları arasındadır. Bunun yanında zeytinyağı ülkenin güney bölgesinde her yemekte kullanılan bir hammadDEDİR. Ülkenin kuzey bölgesinde ise genellikle yemeklerde katı yağlar kullanılmaktadır. Makarna ülkenin güneyinde yumurtasız hamurdan boru şeklinde yapılırken, ülkenin kuzeyinde yumurta ile zenginleştirilmiş kurdele şeklinde yapılmaktadır. Ülkenin güney bölgesi kuzey bölgesine oranla sarımsak ve baharatları daha sık kullanılmaktadır. Yemekten önce olarak bilinen "antipasto" İtalyan yemek kültüründe önemli bir yere sahiptir. Antipasto, işlenmiş et, terbiye edilmiş sebze, zeytin ve peynir çeşitleri ile sunulmaktadır.

İtalya'da her bölgenin öne çıktığı kendine özgü yiyecekleri vardır. Bu durumu örneklerle açıklamak gerekirse; Kuzey İtalya'da bulunan Modena şehri balzamik sirkeli ile ünlüdür. Farklı yoğunluk seviyelerindeki kaynatılmış üzüm suyu (geleneksel olarak yerel Trebbiano ya da Lambrusco üzümleri kullanılmaktadır) ardiç, kiraz, meşe ve kestane gibi ağaçlardan yapılan fıçılarda bekletilmektedir. Burada üzümden koyu renkli, yağlı, tatlı-ekşi balzematik sirke elde edilene kadar minimum 12 yıl beklenmektedir. Bu sirkeye Aceto Balsamico Tradizionale di Modena adı verilmektedir. Extravecchio adı verilenler ise 25 yıl bekletilmektedir.

İtalya 20 bölgeye ayrılmıştır. Bunlardan sekizi Kuzey İtalya'da bulunur. Bu bölgeler (Emilia Romagna, Friuli Venezia Giulia, Liguria, Lombardy, Piedmont, Trentino-South Tyrol, Asota Valley, Veneto) İtalya'da yaşam standardı bakımından en yüksek ve beslenme alışkanlığı bakımından da en çok çeşide sahiptir. Makarnaya karşılık bu bölgede daha çok "risotto" ve "polenta" tüketilir.

Merkezi İtalya'da farklı yemek kültürüne sahip altı bölgede yer almaktadır (Abruzzo, La-İtalyan Mutfağı tüm dünyada tüm, Marches, Molise, Tuscany, Umbria). Bu bölgede domates kullanımı oldukça yaygındır. Bu mutfakla özdeşleşmiş durumdadır. Tabii ki sadece bu

Kavurmalar, yahniler, ızgaralar ve av etleri bölgenin önemli yemekleri arasındadır. Bu bölgelerde spagetti bölgeye has keçi peyniri ile sunulmaktadır. Baharatlar bölge mutfağının olmazsa Mutfağı'nda zeytinyağında pişirilen yemekler ağırlıklı olarak olmazları arasındadır. Güney İtalya ise dört bölgeden oluşmaktadır. göze çarpmaktadır. Genel olarak; Bunlar Basilicate, Campania, Calabri ve Apulia'dır. Bu bölge bir bakıma sebzeler bölgesidir. deniz ürünleri, sebze, et yemekleri ve hamur işleri ön plandadır. Domates, biber, fasulye ve patates 1500'ü yıllarda Amerika'dan getirilmiştir. Güney İtalya'nın Gorgonzola, Ricotta Parmesan peynirleri ünlüdür. Makarnanın en büyük çekiciliği kullanılan yabancı ot ve baharatlardan; özellikle de sarımsak ve kırmızıbir yaş ve kuru olmak üzere pek çok berden oluşmaktadır. İtalya'nın ilk makarnası da bu bölgede üretilmiştir.

Napolitan ve Margarita pizzaları da bu bölgenin dünya çapında üne kavuşmuş pizzalarıdır.

Kuzey İtalya Balzamik sirke Yapımında geleneksel olarak yerel Trebbiano ya da Lambrusco üzümleri kullanılmaktadır. Minimum 12 yıl fıçılar içerisinde bekletilerek üretilmektedir. Modena şehri bu sirke ile ünlüdür. Doğu Sicilya Arancia rossa Dünyanın en iyi gübresi sayılan, Etna Yanardağının küllerinde yetişen, koyu kırmızı renge ve ahududu tadına sahip "kan portakalı" dır. Normallerden daha fazla C vitaminine sahiptir. Toskano Crostini kanepeleri Diğer şehirlere nazaran daha yoksul olan bu bölgede kuru ekmeğin dahi israf edilmemesinden ortaya çıkan mantıkla "Crostini kanepeleri" üretilmiştir.

Venedik Carpaccio Çok ince dilimlenen, hardal sosu veya yağ ve limon suyu ile servis edilen çiğ siğir filetosu olan "Carpaccio" ile tanınmaktadır.

Sicilya Sicilya Peynirleri Baharatlı bir tada sahip olabilmesi için kremasının karabibere yatırıldığı, keskin ve pütürlü bir tür peynir olan "Pepato", marya sütünden yapılan, rendeleme için uygun, sert bir peynir olan "Calcagno" ve açık sarı renkli, marya sütünden yapılmış, keskin tada sahip "Canestrato" peynirleridir. Lombardia ve Piemonte Gorgonzola peyniri Yağlı inek sütünden yapılan, pürüzlü kırmızımsı kabuğa ve mavi-yeşil renkte küf damarlarına sahip, rokfordan daha az turlu bir peynir türüdür.

Parma ve Reggio Parmesan peyniri Adını yapıldığı bölge olan Parmigiano Reggiano'dan alan; geniş,

bodur, silindirik şekilde, altın sarısı kabuklu, lezzetli bir tür inek sütü peyniridir. İtalya'da 1200'lerden beri üretilmektedir.

Campanie Mozzarella Fontinaise Mozzarella di bufala Manda sütünden yapılan mozzarella peyniri yemeklerde pişmiş olarak kullanılabilmesinin yanı sıra tutsülenmeye de uygun, kabuksuz bir beyaz peynirdir. Yağlı inek sütünden yapılan, açık sarı renkte, kabuğu kahverengi, yarı yumuşak, kolay eriyen bir peynirdir. Napoli'de ve Romanın güneydoğusunda çok nadir ve pahalı bulunan bir besin ürünüdür.

Bu bölgelerin haricinde İtalya'da çok sayıda besin ürünü yer almaktadır. Onlardan bahsedilecek olunursa; Akdenizli bir halk olarak İtalyanlar da diğer Akdenizliler gibi temel hamur olan mutfağı ve üzerine konacak sosu çeşitlendirerek, olabileceği kadar zenginleştirmişlerdir. Temelde, az çeşitle bolluk ve zenginlik yer almaktadır.

İtalyan Mutfağı'nın temel ilkesi yiyeceklerin mümkün olduğunca taze olmasıdır ve yiyecekler doğal haline ne kadar yakınsa o kadar lezzetli kabul edilmektedir. Birçok yemek 4 ila 8 çeşit malzemeye yapılacak kadar sadedir. İtalyan aşçılar yemeğin özenle hazırlanmasından ziyade malzemelerin kalitesine güvenmektedir. İtalyan yemek pişirme tarzı, büyük ölçüde aile gelenekleri temeline dayanır ve taze malzemelerle simgelenir. Sayılan bu nitelikler birleştiğinde temel tat ve metotları, geleneksel karışımları ve pişirme tarzı farklılıkları ülkenin bölgelerine dağılmıştır. Ülkenin tüm bölgelerine ait olarak bilinen yemekler, temel tatların farklılık göstermesinden ve kültürel değişikliklerden dolayı diğer bölgelere göre olabildiğince farklılık gösterebilir. Meşhur Roma Dondurması diye satılan ve çocukların hatta yetişkinlerin bile severek yediği dondurma ilk kez İtalyanlar tarafından dağlardan aşağıya buz indirerek yapılmıştır. İkinci planda kalan kahvaltı daha çok geçiştirilen bir öğündür. İtalyan kahvaltısında ev yapımı küçük ekmekler ya da "Tramezzini"ler yenir. Tramezzini olarak bilinen üçgen şeklindeki tost ekmekleridir. Yanında kapuçino ya da espresso içilir. Akdeniz yemek kültürünü simgeleyen mozzarella, salam, domates ve fesleğen de kahvaltı masasında yer alır.

İtalyan Mutfağı bölgelerine göre değişerek, her bölgenin kendine özgü yemeklerinin bir araya gelmesinden oluşmuştur:

Napoli'de "pizza",

Floransa'nın az pişmiş ızgara "Floransa Bifteği",

Siena'nın sadece su ve undan ibaret makarnası "pici",

Roma'nın baharat soslu makarnası "arabbiata" ile yumurta,

Jambon ve karabiberli makarnası "carbonara",

Milano'nun safranlı pilavı,

Kuzey bölgesinin daha çok kışın yenilen tanınmış "polenta" sı (mısır unu peltesi),

Sardunya adasında yapılan meşhur "porchetto" suve

Pulia'nın sadece un ve sukutılarak el ile yapılan ve şalgam-yeşilliği ile terbiye edilen taze bukle makarnası "orecchiette alla cirne di rape" dir.

Bütün Hristiyan aleminde olduğu gibi Noel'den sonra gelen en önemli kutlama günü Paskalya Bayramı'dır. Bu bayramda özel yemek ritüellerinin yanında en yaygın tüketilen tatlı paskalya palarıdır. İtalya'nın bazı bölgelerinde bu özel güne özgü olarak hazırlanmış yumurta biçiminde çikolatalar ve içlerinde sürpriz hediyeler bulunmaktadır. Evde yenilen yemeklerin sonrasında sokaklarda yapılan toplu danslara eşlik edilir.