



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIRAZ

Kiraz, gülgiller familyasından bir meyve ağacına ve bu ağacın lezzetli meyvelerine verilen ad. Yapılan araştırmalara göre bu lezzetli kırmızı meyvenin anayurdu Anadolu. Boyu yaklaşık 15 metreye kadar uzayabilen kiraz ağacının piramitsi bir tacı, uzunca yumurta biçimli ve dişli kenarlı yaprakları ve birkaç tanesi bir arada küme oluşturan beyaz çiçekleri var.

Bileşiminde A ve C vitaminin yanı sıra, az miktarlarda kalsiyum ve fosfor da bulunan kiraz daha çok taze meyve olarak tüketiliyor. Ayrıca şekerlemesi de yapılıyor.

Kirazın birçok çeşidi var. Bunlardan turfandakaranın, meyvesi orta irilikte ve yuvarlak, kabuğu siyahımsı ve eti koyu kırmızı. Meyvesi iri ve yuvarlak, kabuğu koyu kırmızı. Eti açık sarı olan karabodurun meyvesi orta irilikte, kabuğu koyu ve ince sarı üstüne kırmızılı alacalı. Dalbastının ise eti krem renginde. Ayrıca meyvesi iri ve kabuğu kırmızı olan napolyon, meyvesi çok iri ve kabuğu bordo renginde olan bing, meyvesi çok iri ve koni biçiminde kabuğu kırmızı olan lambert de en iyi bilinenler. Süs kirazı ya da çiçek kirazı olarak tanınan Uzakdoğu kökenli bazı kiraz çeşitleri de gösterişli çiçekleri nedeniyle yaygın biçimde süs bitkisi olarak yetiştiriliyor. Ancak bunların çoğunda meyve oluşmuyor. Düşük kalori değerleriyle de dikkat çeken kiraz, diyet yapanlar m da sofralarından eksik etmemeleri gereken bir meyve.

