



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KUŞKONMAZ

Metin Okutan

Bahar mevsiminin gülen yüzünü göstermesine, verimli topraklar da en güzel karşılığı veriyor. Bu taze güzellik, birçok yemek çeşidiyle sofraları şenlendiriyor. Kuşkonmaz ve Şevket-i Bostan mevsimin her damak tadına uygun lezzetleriyle ön plana çıkıyor.

Kış uykusunda uyanan tabiat, baharla birlikte uzun sürecek çok renkli bir şölen için tüm lezzetlerini sunma hazırlığına başlar. Çarşı-pazar daha bir renklenir. Lezzet tutkunlarını ise tatlı bir heyecan sarıp sarmalar. Güneşin ışığını yeryüzüne gönderme konusunda kış mevsimine göre fazlasıyla cömert olduğu bu günler, toprağın ısınmasıyla boy veren "taze güzelliklerin" de başlangıcıdır aynı zamanda. Meselâ kuşkonmaz; biz de çok fazla bilinmese de, "ecnebi" diyarların en makbul bahar lezzetleri arasında saymak zor değildir. Oralarda kuşkonmaz neredeyse bir kültür.

### HAŞLAMASI, SALATASI, DONDURMASI

Özel haşlama tencerelerinden tutun, gümüşten, porselenden yapılan servis tabaklarına, maşalarına varıncaya dek pek çok mutfak gerecini bulabilmek mümkün. Gösterilen ilginin büyüklüğüyle doğru orantılı olarak yemek sayısı da hayli fazla. Çorbası yapılıyor. Çeşitli soslarla tatlandırılan haşlanmış kuşkonmaz en gözde olanlar arasında. Etlerin yanına garnitür oluyor. Fırında enfes yemekleri yapılıyor. Makarnalara ayrı bir tat katarken, salatası sofraları şenlendiriyor. Hatta dondurması yapılıyor ki, bu konuda İtalyanlar hayli iddialı.

### HER DAMAK TADINA AYRI ÇEŞİT

En makbul olanı beyaz kuşkonmaz. Yetiştirme esnasında, toprağın dışına çıkmasına izin verilmediği için güneş yüzü göremeyen kuşkonmaz beyaz kalıyor. Uçları mor renk olanların ise güneş görmesine çok az "müsaade ediliyor" ve hemen toplanıyor. Bu yüzden de yeşile dönüşmeden uçları mor kalıyor. Anlaşılacağı üzere fazlasıyla "güngörmüş" olanları da yemyeşil renklere sahip... Kendine has lezzetiyle hepsinin meraklısı bulunuyor.

### YABANİSİNİ SEVİYORUZ

Bizde daha çok yabanî olanları tüketiliyor. Sarmaşık otu, dilfilcan, yılan kuyruğu, avronez, acı filiz sarmaşık, tilkişen, kedirgen verdiğimiz isimler. Batılılar ise bu hususta daha "sakin." "Asparagus" deyip geçiyorlar.

### GEÇMİŞİ 2000 YIL ÖNCESİNE DAYANIYOR

Pırasa, sarımsak ve soğanı da içeren Lilly ailesinin mensubu olan kuşkonmaz, insanlığın en eski yiyecekleri arasında sayılıyor. Yaklaşık 2000 yıl önce Doğu Akdeniz'de tıbbî ve afrodisyak özellikleriyle tanınıyordu. Magnezyum, fosfor, selenyum, çinko, sodyum, demir, kalsiyum gibi mineraller açısından çok zengin. C, K, B6 ve A vitaminleri açısından da cömert sayılabilecek bir sebze... Toprağa yakın kısımlar bir hayli sert olduğu için daha yumuşak olan uç kısımların tüketilmesi uygun olanı. Ayıklama işleminin elle yapılması gerekiyor. Bıçak değdiğinde tadının acı olması işten bile değil. O yüzden bu noktayı bir kenara özenle not etmekte fayda var.



