



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAYDANOZ DEREOTU NANE

THY Skylife

Aromalı otlar (taze baharlar), kuru baharlar, çeşniler (tuz, karabiber, şeker gibi) yemeklerin lezzetlerini düzenler. Onlar olmadan pişirdiğimiz yemeklerin de pek keyfi yoktur. Hatta bu lezzet destekçilerinin eksikliği veya fazlalığı dahi, bir yemeği keyifsiz hale getirebilir. Dünyada yüzlerce çeşit kuru, taze, toz, sıvı doğal lezzet katkı maddesi mevcut. Bu malzemelerin bazıları, günümüzde dünyanın her yerinde yaygın olarak bulunuyor.

TEMEL OT STATÜSÜNDEN TABAK SÜSLEMESİNE

18. yüzyıla kadar ot ve kuru baharlar sadece aromaları için değil, aynı zamanda anti bakteriyel özellikleri nedeniyle kullanılmış yemeklerde. Batı, 18.yüzyıldan sonra hijyen şartlarının gelişmesiyle birlikte Doğu'dan gelen ve bir türlü alışamadıkları bazı baharatları kullanmayı bırakmış. Fakat Doğu, geleneksel yemeklerini halen aynı düzende pişirmeye devam ediyor.

Geçen yüzyılda Batı dünyası, endüstriyel gıda üretimini ve tüketimini destekledi. Fakat son yıllarda, özellikle gelişmiş ülkelerde doğal beslenme yöntemlerine ilgi giderek artıyor. Organik tarım veya "slow food" akımları tüm dünyayı sarmaya başladı. Anadolu, halen doğada kendi başına yetişen yabani sebze ve otlarla beslenmeyi sürdürse de maalesef ülkemizdeki kent yaşam koşulları, kırsal hayatın nimetlerinden bırakın faydalanmayı, haberdar olmayı dahi engelliyor. Son zamanlarda özellikle medyanın çabalarıyla, Türkiye'de organik tarım kültürüne bir ilgi doğdu. Bu akım, aynı zamanda büyük kentlerde yaşayan halkımızın, hemen yakınımızdaki binlerce yıllık doğal ve geleneksel beslenme sistemlerine ilgisinin artmasını sağlayacaktır belki. Fakat herşeye rağmen maydanoz, dereotu ve nane, ülkemizin gerek kırsalında, gerekse kentsel mutfaklarında hiç eksik olmayan günlük yemeklerin tamamında yer alan temel taze baharlı otlardır. Maydanoz ve nane, tüm Türkiye'de yoğun olarak kullanılırken, dereotu Türkiye'nin batısında daha çok tercih ediliyor. Maydanoz, mutfağımızda öyle çok kullanılır ki, her şeye karışmamak gerektiğini ifade eden "her şeye maydanoz olma" deyişi, halk arasında çok benimsenmiştir. Maydanoz Osmanlıca'da "mideyi hoş tutan" anlamına gelen "midenuvaz" veya "midenevaz"dan gelir. "Mide" sözcüğü Arapça'dan, "nevaz" kelimesi ise Farsça'dan alınmıştır. Mideyi hoş tutan maydanoz, Anadolu'daki sofralarda demet demet, sığuş olarak tüketilir. Piyazlarda, çorbalarda, köftelerde, salatalarda, yemeklerde, turşularda yer edinir kendine. Fakat maydanoz, kent restoranlarında ancak salatalarda yer buluyor ve ne yazık ki Batı mutfaklarından etkilenecek daha çok, tabak süslemelerinde dekor olarak göze çarpıyor. Nane de maydanoz gibi Türk mutfağının vazgeçilmez otlarındandır; özellikle çorbaların neredeyse tamamının üzerine yakılan yüzlük (sos) olarak kullanılır; yoğurt ilavesiyle pişen tencere yemeklerinin üzerine katılarak yemeğin tadına derinlemesine bir nefes katar. Anadolu'nun güneydoğusunda çok tüketilen piyaza, nar ekşili sulu salatalara katılır nane. Maydanoz özellikle patlıcanlı kebaba eşlik ederken, nane domatesli kebabı lezzetlendirir. Çok basit bir yemek düzeninde dahi maydanoz ve nane'nin katkısı ayrı ayrı düşünülür.

KULLANIMI TUZ VE BİBER KADAR YAYGIN

Osmanlı mutfak kültüründe, nane'nin yemeğe katkısı letafet olarak değerlendirilir. Eski Osmanlıca basılı yemek kitaplarında yazılan reçetelerde, "eğer nane katılır ise daha latif olur" cümlesi yer alır. Günümüzde nane hala tatlı tabaklarına ve içeceklerle hem lezzet katar hem de süs olarak kullanıldığında gönüllere zarafet sunar. Dereotu ise salata, cacık, turşu, çorba ve buğulamaların, enginar yemekleri ve sakız kabağı kalyelerinin, hem kuru hem taze bakla yemeklerinin vazgeçilemez otudur.

Türk ve Osmanlı mutfağının çok sevilen zeytinyağlı dolma ve sarmalarının içindeki sihirli lezzet vurgusunun görünmez kahramanları da yine maydanoz, dereotu ve nane üçlüsüdür. Asya ve Akdeniz kökenli bu otlar, asırlardır mutfaklarımızda kullanılmasına rağmen, Türk mutfağı nedense uluslararası kaynak kitap ve belgelerle bu otların kullanıldığı mutfaklar arasında geçmez. Oysa dünya mutfaklarında ancak tabak süslemesinde kullanılan bu otlar, ortalama bir Türk'ün evinin mutfağında daima, neredeyse tuz ve biber gibi yer alır.

