



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## MERCİMEK

Kara şimşek yeşil mercimeğin diğeri adıdır, askerler tarafından bu yemeğe verilen lakaptır. Kış ayı geldi mi sofraların müdavimi olan bu yemek, asker kışlarının ve öğrenci yurtlarının menüsünde kendine sıklıkla yer bulur.

Mercimek pek çok mutfakta da kendine yer bulmuştur. Mercimeğin anavatanının Güneydoğu Asya olduğu söylenmektedir. Zaman içinde kendine uyum sağlayan topraklarda yetiştirilmeye başlanmıştır. Sarı, kırmızı ve yeşil, kahverengi olmak üzere çeşitleri bulunmaktadır.

Eski çağlardan beri kültüre alınmış olan mercimeğin iri taneli olanları Akdeniz Bölgesi; orta büyüklükteki tanelilerin kökeninin ülkemizin iç kısımlarındaki dağlık yöreler; küçük tanelilerin kökeninin ise Afganistan'ın yüksek yöreleri, Himalaya ve Hindikuş dağları olduğu belirtilmektedir. Yapılan arkeolojik kazılarda, M.Ö. 8000-8500 yılları arasında özellikle Orta Doğu'da mercimek tarımının bezelye ve buğday tarımına paralel olarak yapıldığı saptanmış olup, ülkemizde yapılan kazılarda ise M.Ö. 5000-7000 yılları arasına ait olduğu düşünülen mercimek örneklerine rastlanmıştır. Mercimek; Mısırlılar, Yunanlılar ve Romalılarda insan ve hayvan beslenmesinde kullanılmıştır.

