



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MISIR

Kış aylarında patlamış, gevrekleri, dondurulmuşu ve konservesiyle boşluğunu doldurmaya çalıştığımız taze mısır, bize yazın geldiğini hatırlatan bir haberci gibi., Yaz aylarında haşlanmış ve közde pişmiş mısırdan bol bol yemeyi ihmal etmeyin.

Mısır ya da latince adıyla "Zea mays" Orta Amerika kökenli bir sebze. Orta Amerika'da 5.000 yıldan fazla süredir yetiştirildiği sanılıyor. Avrupa'ya gelişi ise 16. yüzyılda gerçekleşmiş. Mısır yaz ve sonbaharda piyasaya çıkıyor, Avrupa ülkelerinde ise konserve minik mısırlar (babycorn) bütün sene boyunca satın alınabiliyor.

### SATIN ALIRKEN VE SAKLARKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR:

Mısır satın alırken parlak, açık krem rengi taneleri olan koçanları tercih edin. Koyu sarı taneleri olan mısırları almayın çünkü bu renk, mısırın kart-laştığını gösterir. Yumuşak ve taze mısırın tanelerinin içi sütümsü ve tatlı bir sıvıyla dolu olur. Mısırı hemen aldığınız gün ya da bir iki gün içinde yiyin. Tuzsuz, kaynar suda 10 dakika kadar haşlayın. Yeterince sütlü değilse kaynama süresini uzatın. Eğer dilerseniz kaynatırken biraz şeker ilave edebilirsiniz. Tuz ve fazla pişmek mısırı sert-leştirir. Mısır mangalda pişirildiğinde de son derece lezzetli olur. 8-10 dakika pişirildikten sonra sade olarak veya üzerine tereyağı sürülerek yenir. Eğer mısır biraz kartsa öncelikle 10 dakika kadar haşlayın. Daha sonra mangalda pişirin. Alternatif pişirme şekillerinden biri de mısırı ilk önce hafifçe yağlamak daha sonra alüminyum folyoya sarmak ve 180 derece fırında 30 dakika pişirmek.

---