



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MUTFAKTA KULLANILAN OTLAR

<https://www.hurriyet.com.tr>

Adaçayı

Akdeniz ülkelerine has bir bitkinin yaprakları olan adaçayı, dal olarak da kullanılabilir ve kendine has bir kokusu vardır. Sosta pişen etlerde, kebablarda, soslarda ve spaghetti soslarında kullanılır.

Biberiye

Akdeniz Bölgesi'nde yetişen ve kışın yaprak dökmeyen biberiye, 1-2 metre yüksekliğinde çalı görünümlü bir bitkidir. Kuşdili de denir. Taze veya kuru olarak çok kuvvetli bir koku ve lezzeti vardır. Zeytinyağı elde edilir. Rostolarda, ızgaralarda ve balıklarda lezzet tamamlayıcıdır. Çorba ve salatalarda çok kullanılmaz.

Chive (Çayv)

Bir çeşit soğan olan chive, ince uzun yapraklara sahiptir. Çiçekleri gül kokusunu anımsatır. Yaprığın lezzeti sarımsağı andırır. Çorbalarda, omletlerde, soslarda kullanılır.

Çemen

Sarımsı beyaz çiçekli 20-40 cm boyutlarında olan bu bitki, Orta ve Güney Anadolu'da yetişir. Tohumları kavrulur ve yemeğe çeşni katmak için toz halinde kullanılır. Taze yaprakları da salata ve garnitür olarak kullanılabilir. Poyotu da denir.

Defne Yaprığı

Et yemekleri, soslar, sebze yemekleri, çorbalar ve balıklarda kullanılan Akdeniz Bölgesi'nde yetişen defne ağacının yapraklarıdır.

Dereotu

Maydanozdan sonra en çok kullanılan ottur. Zeytinyağlı Türk yemeklerinde, dolmalarda, çeşitli sebze yemeklerinde ve daha birçok yerde kullanılır.

Fesleğen

Hindistan'dan yayılan fesleğen, Akdeniz yemeklerinde ve İtalyan yemeklerinde çok kullanılır. Reyhan da denir. Tazesi daima tercih edilir. Yöresel yemeklerde, dolmalarda, salatalarda, soğuk çorbalarda, soslarda, pastada sık sık kullanılır.

Frenk Maydanozu

Fransız mutfağında çok kullanılır. Dolmalarda, çorbalarda, salatalarda, garnitürlerde ve süslemelerde sıkça kullanılır.

Maydanoz

En çok kullanılan otlardan biridir. Salataların, dolmaların, zeytinyağlı yemeklerin, kızartma sebzelerinin ve çorbaların vazgeçilmez tamamlayıcısı olan maydanozun sapı da kullanılabilir.

Mercanköşk Otu

Kekiğe benzeyen bu bitki, küçük boylu ve narin bir bitkidir. Soslar, et yemekleri, salatalar, patates garnitürleri ve çorbalarda sık sık kullanılır.

Melisa Otu

Kokusu ve lezzeti limona benzediği için limon otu da denir. Sebze ve meyve salatalarında, içkilerde, çorbalarda, soslarda kullanılır.

Kadife Çiçeği

Bazı peynirlerin, şekerlemelerin ve keklerin renklendirilmesinde de kullanılan kadife çiçeğinin yapraklarının ve çiçeğinin özel kokusu vardır. Yöresel yemeklerde, pilavlarda, et ve balık yemeklerinde, çorba ve salatalarda kullanılır.

Kışniş Otu

Çin pazarlarında Çin maydanozu diye satılan kışniş otu, bizde daha çok yöresel yemeklerde kullanılır. Tohumları baharat olarak kullanıldığı gibi kökleri de bazı baharat karışımlarına konulur.

Mesine Otu

Genellikle salatalarda kullanılan mesine otu, çorbalarda, çeşitli yemeklerde ve kokteyllerde de kullanılır.

Nane

Dolmadan çorbaya ve salataya kadar çoğu yerde kullanılan nane, ferahlatıcı bir kokuya sahiptir.

Misk Otu

Naneyi anımsatan misk otu, salatalarda, çorbalarda, dolmalarda, tencere yemeklerinde, yahnilerde kullanılır ve tarhun otunun yapraklarına benzer.

Rezene Otu

Anason kokulu bir ot olan rezene otu, dereotunu anımsatır ve balık için sık sık kullanılır. Aynı zamanda salatalarda, dolmalarda, flambe (alevli) yapılan etlerde de kullanılır.

Hodan

Orta Doęu'dan çıkan bu ot, sirke ile lezzetlendirilerek de kullanılabilir. Soslarda, salatalarda, kanepelerde(krem peynire katılarak), yoğurda katılarak dip olarak kullanılabilir.

Tarhun Otu

Acımsı bir lezzeti olan tarhun otu, tarin veya dua otu olarak da bilinir. Bearnaise (bernez) sosta mutlaka kullanılır.