



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞEKER

Kalorisi yüksek, vitamin ve minerallerden yoksun bir gıdadır. Çok sayıda bitkinin yapraklarında doğal olarak oluşan ve köklerinde ya da saplarında yoğunlaşan, tatlı lezzete sahip bir maddedir.

Akçaağaç, hintdarısı ve üzüm gibi ağaçlardan elde edildiği gibi şeker pancarı, şeker kamışı gibi bitkilerden de elde edilir. Esmer şeker, sıvı şeker, kristal şeker, taneli şeker, reçel şekeri gibi çeşitlendirilmiş şekilleri vardır. Salata soslarında da lezzeti artırmak amacıyla kullanılır. Ayrıca soslarda doğal fermantasyonu sağlayarak yeni çeşniler oluşmasına yardımcı olur.

