



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIKMA (MERSİN)

Mersin Üniversitesi - Yrd. Doç. Dr. Şükran ÖKTEM

1 kg. Çökelek
2 Adet Orta Boy
1/4 lt. Kuru Soğan
1 Demet Zeytinyağı
10 gr. Maydanoz
5 gr. Kırmızı Toz Biber
5 gr. Tuz
1/4 lt. Su
2 kg. Un

Kuru soğan ince ince doğranır,
Zeytinyağı ile kuru soğan kavrulur,
Ocak kapatılır, kavruşan soğanın içine, çökelek, maydanoz, kırmızı biber ve tuz eklenir,
Daha önceden un tuz ilave edilerek hamur yoğrulur,
Yoğrulmuş hamur bazlama büyüklüğünde oklava yardımıyla açılır,
Sacda ya da teflon tavada açılan bazlamalar fazla kurutulmadan pişirilir,
Her bir bazlama pişirildikçe bir ucundan iki parmak kalınlığında kıvrılır,
Kıvrılan kısma bir yemek kaşığı önceden hazırlanan çökelekli iç konulur, rulo yapılır, rulo elle sıkılır,
Sıcak servis edilir.

Not: Sıkma özellikle eskiden köylerde sabah çok erken saatlerde tarlaya gitmeden önce hanımların ateş yakıp sac üzerinde bazlama pişirmesiyle oluşan bir kahvaltı yemeğidir. Hatta ayrıca yanlarında tarlaya götürmek için de pişirilir. Günümüzde bu geleneği sürdüren pek çok köy vardır, ancak sadece köylerde değil Mersin ili ve ilçelerinde evlerde, bir öğle ya da akşam yemeği olarak ta tüketilmektedir.

Sıkma, özellikle bu çalışmanın ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamıştır. Eskiden evlerde yapılan sıkmanın, günümüzde sıkma yapan işletmelerde aslına uygun hazırlanmadığı gözlemlendiğinden ve diğer yemeklerin de unutulmaması için, bu çalışmaya gerek duyulmuştur. Sıkma, özellikle kahvaltıda tüketilir. İsteğe bağlı olarak, çökelek yerine tulum peyniri ya da çökelek ve tulum peyniri karışımı konulabilir. Günümüzde ticari işletmelerde hazırlanan iç sadece çökelek ya da peynirden oluşmakta ve hazırlanan rulo sıkılmadan servis edilmektedir, bu nedenle sıkma özelliği görülmemektedir. Bu çalışmada sıkmanın da anlatılma amacı; sıkma özelliğinin giderek kaybolacağının gözlemlenmesidir.