



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TATLILAR

Tatlılar şekerli yiyeceklerdir. Şekerli yiyecekler insanların belli başlı kalori kaynaklarındandır.

Genellikle şekerler şu kaynaklardan alınır:

- 1) Tatlılarla alınan şeker. Sakaroz yani pancar ve şeker kamışından elde edilen şekerdir.
- 2) Meyvelerle alınan şeker (früktoz)
- 3) Üzümlle alman şeker (glikoz)
- 4) Sütle alman şeker (laktöz)
- 5) Balla alman şeker (früktoz ve glikoz) gibi şekerlerdir.

Şekerlerin içersinde en tatlısı früktozdur. Ondan sonra sıra ile sakaroz, glikoz ve laktöz gelir.

Bileşimi sakaroz olan şekerlerle yapılan tatlılar, zamanla şeker kumu haline dönüşür. Buna şekerlenme denir. Bu bakımdan tatlı yapılırken şuruba mutlaka limon sıkamak gerekir. Limon sakaroz şekerini glikoz ve früktoza ayırır.

Bu da şeker kumu haline gelmesini önler.

Bileşimi glikoz ve früktoz olan şekerler şeker kumu haline gemez olduğu gibi kalırlar.
