



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## UMAMI NEDİR?

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

Dilimiz, dört farklı tadı algılar. Bunlar temel tatlar olarak bilinen, acı, tatlı, tuzlu ve ekşidir. Beşinci lezzet türü ise "umami".

Umami, bir amino asit türü. L-glutamat isimli bir aminoasit sayesinde ortaya çıkıyor. L-glutamat ısıya maruz kalınca asit ortaya çıkıyor. Böylece yenen yiyecekler lezzetli hale geliyor. Japonca bir kelime. "Hoşa giden tat" anlamına geliyor.

Yıllardır insan anatomisinde dört temel tat olduğu düşünülüyordu. Gastronomi dünyasında yapılan keşifler ve denemeler sonucunda beşinci tat umami ortaya çıktı.

Beşinci tat olan Umami, 1908 yılında kimya profesörü olan Prof. Kikunae İkeda tarafından keşfedilmiştir. Asya mutfağında, yağ yerine sos içeren yemekler hazırlamak yaygındır. Profesörün bir çeşit sebze suyu olan geleneksel Japon Dashi suyunun bileşimini bulmak istediği bir deneyde ilginç bir keşif yapar: sebze suyu ne tuzlu, ne acı ne de ekşi olmamasına rağmen, yine de tadı güzeldi. Bunu yeni bir lezzet tanımlamak için bir fırsat olarak değerlendirir. Sonrasında bilim insanları uzun yıllar boyunca umaminin gerçek bir tat olup olmadığını araştırdı. 1985 yılında Hawaii'de ilk defa Umami Uluslararası Sempozyumu düzenlendi. Net bir şekilde tanımlanamayan bu beşinci tat; ağız sulandıran, uzun süre ağızda kalan ve dilin üzerini kaplayan his olduğu bilinmektedir.

Dil yüzeyinde 3 adet dil kabarcığı bulunur. Bu kabarcıklar, insanların tat almasına olanak sağlıyor. Bu cisimler yenilen yiyeceklere ve içeceklerle göre, beyne tatlı, tuzlu, acı, ekşi ve umamiyi iletiyor. Umami tadının ayırt edilmesini sağlayan farklı tat sınırları mevcut olduğu için, umami de tat olarak kabul edilmektedir. Dil üzerinde tüylü gibi his bırakan ve ağızda kalan umami, hoş bir tat olarak da bilinir.

Hem ağızda, hem de boğazda hafif bir tat bırakan yeşil çay, umami tadı veren besinlerin başında geliyor. Soya sosu ve kurutulmuş domates de umami tadı veren besinler arasında. Özellikle günlük hayatta sık sık tüketilen balık, kabuklu deniz ürünleri, mayalandırılmış gıdalar, patates, kuşkonmaz, terbiyeli et, ançüez, deniz börülcesi, deniz yosunu, parmesan peyniri ve yllandırılmış ürünler umami tadına sahip. İlk kez umami tadı ile karşılaştığımız besin ise anne sütüdür. Ne acı, ne tatlı, ne tuzlu, ne de ekşi olmayan fakat tadını beğendiğiniz besinlerin artık umami tadına sahip olduğunu biliyorsunuz.

Günümüzde beşinci tat olarak adlandırılan umami, diğer tatlarla oranla daha az bilinmektedir. Çoğu kimsenin aşına olduğu tuzlu, tatlı, acı ve ekşi tat duyularına yakın geçmişte eklenmiş olan umami, gastronomi dünyasında kabul görmüş bir kavramdır.

Net bir şekilde tanımlanamayan bu beşinci tat; oldukça kalıcı ve dil üzerinde hafif tük dokunuşunu andıran bir yapıya sahiptir. Japon bilim insanı, profesör Kikunae İkeda tarafından keşfedildiğinden, dünya genelinde de çoğunlukla orijinal Japonca ismiyle anılmaktadır.

Birçok farklı dilde tercümesi yerine umami olarak kullanılmasının önemli sebeplerinden birisi de bu tadı kelimelere dökmenin zorluğudur. Umami Japonca'da hoşa giden tat anlamındaki kelimelerden alıntılanmıştır. Bu tadın sebebi, glutamat adı verilen bir amino asittir.



---

© lezzetler.com tarif no:177666 • adı:Umami Nedir? • gönderen:Gül • indirme tarihi:31.03.2025 - 14:45