



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÜZÜM HAKKINDA

Tarihçesi M.Ö. 5000 yılına kadar dayanan üzüm insanlık tarihinin en kadim meyvelerinden biri. Anavatani Anadolu'yu da içine alan Küçük Asya denilen, Kafkasya'ı da kapsayan bölgedir. Diğer meyvelerle kıyaslandığında en fazla çeşide sahip olan türlerden biridir. 10 binin üzerinde üzüm çeşidi bulunduğu tahmin edilmektedir. Anavatani Anadolu olan çeşitler 1200'ün üzerindedir. Bağcılık için yerkürenin en elverişli iklim kuşağı üzerinde bulunan ülkemiz, asmanın gen merkezi olmasının yanı sıra son derece eski ve köklü bir bağcılık kültürüne de sahiptir. Anadolu'da bağcılık kültürünün tarihi oldukça eskidir. Yapılan arkeolojik kazılardan Anadolu'da bağcılık kültürünün M.Ö. 3500 yılına kadar dayandığı saptanmıştır.

Ülkemizin değişik yörelerinden arkeolojik kazılardan çıkarılan tarihi eserlerde üzümle ilgili şekil ve kabartmaların yer alması, o yörede bağcılık kültürünün yaygın olduğuna işaret eden en önemli göstergelerdir. Gerçekten ülkemizde her bölgede yapılan kazılarda bağcılıkla ilgili tarih öncesi devirlere ait önemli eserler bulunmuştur. Yaz döneminde ağaç dallarını renklendiren, taneli yapısı ile yerken kolaylık sağlayan üzüm, adına festivaller düzenlenen bir meyvedir. Dünya genelinde 20'den fazla üzüm türü bulunmaktadır. Bu demek oluyor ki üzüm hem çok bereketli, hem de ılıman bir meyvedir. Üzümler, asma adı verilen ağaçlarda yetişir. Ve asmanın anavatani da Türkiye'dir. Ülkemizde de pek çok çeşitte üzüm yetiştirilmekte olup pekmez ve sirke yapımında kullanılmaktadır.

Üzüm tam bir kalp dostudur. Kalp ritmini düzenleyen sihirli tanelerdir. Ayrıca harika bir antioksidandır. Vücudunuzda yer edinmiş zararlı maddeleri atmanın sırrı bir porsiyon üzüm yemek olabilir. Besin değeri de yüksek olduğu için gün içinde almanız gereken enerji miktarını karşılar. Çevrenizdekiler yüksek enerjinizi ve neşenizi merak ettiğinde, onlara üzümünden gelen bu sırrı verebilirsiniz.

Üzüm nerede meşhur diyenler için Ege Bölgesi yanıtını verebiliriz. Ege Bölgesi, ülkemizdeki üzüm üretiminin yüzde 50'sini karşılar. Manisa, kurutmalık üzüm üretiminin yüzde 90'lık oranını karşılamaktadır. Bu bölgede üzüm üretimi için özel destekler ve girişimler yapılmaktadır.

