



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YABAN LEZZETLERİ

THY Skylife

YABANİ HAYVANLAR EN ESKİ YIYECEKLERİMİZDEN BİRİDİR. BUNLAR DAHA SONRALARI "AV HAYVANLARI" OLARAK TANIMLANDILAR VE ASIRLARIN BİRİKİMİ OLAN GURME LEZZETLER KÖŞESİNDE ÖZEL YEMEKLER OLARAK YERLERİNİ ALDILAR.

Eskilerde av ve avcılık, tüm imparatorluklarda olduğu gibi hem Osmanlı sarayının hem de saray çevresinin en önemli etkinliklerinden biriydi. Bu nedenle İstanbul'da şimdi şehir içinde kalmış- birçok av köşkü inşa ettikleri gibi yemek kitaplarında da karaca, yaban ördeği, keklik, çulluk gibi birçok av hayvanının yemek tariflerine yer vermişler. Bütün bunlar o devirde av hayvanlarına olan düşkünlüğün bir göstergesi olmakla beraber avlanma konusunda Osmanlı hassasiyet göstermiş. Mesela Fatih Sultan Mehmet Vakfiyesi'nde "Hayvanların üreme zamanlarında avlanmayınız." şeklinde uyarıda bulunulmuştur.

Yaban hayvanları doğal içgüdüleriyle özgürce hareket eder ve daha önemlisi çok zengin doğal ve mevsimsel gıdalarla beslenirler. Devamlı hareket halinde olduklarından yetiştirme hayvanlara göre kasları daha kısa liflidir. Besin değerleri bakımından oldukça zengin ve daha az yağlıdır. Özellikle doymamış yağ ve omega3 asitleri bakımından çok zengindir.

Öte yandan av hayvanları, aşçıların en çok çekindikleri gıdalardan biridir. Çok özen ister. Günümüzde doğanın bu lezzetlerini kontrollü avlanma ve çiftliklerde yetiştirilen ürünler yoluyla elde edebiliyoruz.

