



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## YAŞ MEYVELERİN SAKLANMASI

İlkbahar ve yaz, meyvelerin en bol olduğu mevsimdir. Bu meyve bolluğundan yararlanarak mümkün olduğu kadar çok meyve yemenin vücuda büyük yararları vardır. Bu arada meyvelerin bazılarını da çeşitli yöntemlerden yararlanarak kışa saklamak gerekir. Meyveleri kışa saklamak için yararlanılacak yöntemler şöyle sıralanabilir:

- 1) Reçel yaparak,
- 2) Marmelat yaparak,
- 3) Kurutarak,
- 4) Şurup veya şerbet haline getirerek,
- 5) Konserve yaparak.

Kışa saklanacak meyveler ne ham, ne de fazla olgun olmalıdır. Bu meyveler tam olgunlaşınca toplanır ve ezik, büzük, çatlak, bereli ve hasta olanları ayıklandıktan sonra yukarıda belirtilen yöntemlerin birinden yararlanılarak hazırlanır. Meyveler alüminyum ve bakır kaplarda pişirilmemelidir. Çünkü meyvelerdeki asit, bu madenleri etkiler ve meyvelerin tadını bozabileceği gibi zehirlenmelere de yol açabilir. Kullanılacak kapların dipleri de kalın olmalıdır ki, meyveler kabın dibine yapışmasın. Meyvelerin pişirilmesi için en elverişli kaplar ateşe dayanıklı cam tencereler, porselenden yapılmış kalın dipli tencereler ve çelik tencerelerdir. Meyveler pişerken zaman zaman karıştırarak dibinin tutması önlenmelidir. Ayrıca ateşin de hafif olmasına dikkat edilmelidir. Mümkünse tencereyle ateş arasına alevi kıran ve tencerenin altına eşit ölçüde ısı veren kafesli tellerden konmalıdır. Pişirilmiş ve kışa saklanacak meyveleri cam kavanozlara koymak son derece yararlıdır. Her şeyden önce meyvelerde şekerlenme veya küflenme başlarken vaktinde görüp gerekli önlemleri almak kolaylaşır. Kışa saklanan meyvelerin büyük bir kavanoz yerine ağzı iyi kapanan küçük kavanozlara konması daha doğrudur. Çünkü küçük bir kavanoz açılınca içindekinin bozulmasına zaman kalmadan tüketmek mümkündür. Ama büyük kavanozlardaki reçel ve marmelatlar çabuk tüketilemeyeceği için bir kısmının bozulmasını önlemek hemen hemen mümkün değildir. Meyvelerin kavanozlara konmadan önce bu cam kapların iyice yıkanıp kurulanması, sonra da ıslatılmış temiz bir tülbent veya pamukla kavanozların içlerinin ve kapaklarının silinmesi gerekir. Kavanozlara konacak meyveler iyice soğumadan, kavanoz kapakları örtülmemelidir. Kapağını örtmeden önce kavanozların ağzına yağlı kâğıt konursa kavanozun içine hava girmesi önlenmiş olur. Evlerde yapılacak reçel ve marmelatlarda şeker yerine sakarin kullanılmamalıdır. Sakarinle yapılacak tatlı, reçel ve marmelatlar şekerlilerden çok daha az dayanmaktadır.