

Üç Beyazı Ben Çok Severim

– AhmetZeytinci · 26 Ekim 2016

Evet, evet üç beyazı ben de çok severim. Durun canım hemen muhalefet etmeyin yazdıklarına. Yoksa yoksa siz üç beyazı, tuz, un, şeker mi zannettiniz? Tabi ki onlarda beyaz ama benim beyazlarım onlar değil. Şimdi yazdığım zaman hemen bileceksiniz, bunlarda çok faydalı ve çok meşhur beyazlar. Benimkiler yoğurt, ayran süt. Tahmin ediyorum ki büyük çoğunluğunuz da benim favorim olan bu üç beyazı seviyor ve hemen hemen her gün tüketiyorsunuz. Teşekkür ederim, bana hak vereceğinizi biliyordum.

Sütü hepimiz tanıyoruz, İnek, Koyun, Keçi AŞ'den (Anasının Şirketi) elde edilir. Her ne kadar şimdilerde bir dolu kimyasal işleminden geçirilip öyle sofralarımıza gelse de... Bir de anne sütü var ki işte onun yerini tutacak daha herhangi bir yiyecek maddesi icat edilmedi, bu saatten sonrada edilmez. Allah'ın dışı yaratıklarına bir armağandır o. Tabi aynı zamanda o sütü afiyet ile midelerine götürenlere de bir armağan. Sütü bozuklar ve helal süt emmemiş de bir dolu insan var ki onlarda buldukları toplumların her zaman başına bela olmaktadır, geçmişte ve günümüzde. Allah böyle sütü bozuklardan tüm milletimizi korusun diyelim bizlerde...

Gelelim biz Türklerin en büyük icadı yoğurta. Biliyorsunuz ki yoğurtta sütün mayalanması ile oluşan çok faydalı bir besin maddesi. Bir çok kişinin de aklına takılan bir sorudur eminim ki ilk yoğurdun nasıl mayalandığı. Çeşitli kaynaklardan araştırdığım zaman bir takım verilere ulaştım, paylaşayım.

"Bu soruların yanıtlan araştırıldığında, göçebe olarak yaşayan atalarımızın karınca yumurtasından yoğurt yaptığına dair bilgiler edinildi. Bunun üzerine ilk yoğurdun karınca yumurtasından mı, karınca toprağından mı, ya da normal topraktan mı mayalandığını kanıtlamak için araştırmalar yapılmış olup kesin bir sonuç elde edilememiştir." Yoğurdun ilk olarak kimlerce ve nasıl üretildiği üzerine kesin bir bilgi bulunmamaktadır da diyebiliriz...

Bir de öyküsü var onu da paylaşalım."Geçmiş zamanların birinde hayvancılık yapan bir aile bireyleri otlamaktan geri dönen ineklerini ya da koyunlarını sağıyorlarmış. Mevsim bahar, yer de bizim Anadolu'ya da onun paralelinde bir ülkeymiş. Hayvanı sağarken zaten kapalı olan havadaki bulutlar öyle bir boşalmış ki, sağmayı yapan kişi kendini korunaklı bir yere zor atmış. Geride kalan süt kabını düşünen kim, kalakalmış ortada. Neyse bahar yağmuru bu, geldiği gibi de gitmiş. Ancak hava da karardığı için kişi gidip süt kabını almayı unutmuş. Ertesi sabah yine iş güç hayvanları otlatmaya göndermek gerektiği sıra aklına dün akşamki süt kabı gelmiş. İşlerin sonunda gitmiş süt kabını bulmuş ve yerden almış. Ama o da ne? Sallanınca dökülmesi gereken süt taş gibi duruyor. Şaşmış kalmış elbette. Alışlagelmişin dışında bir süt olmuş. Merakla bir parmak daldırmış. A o da ne? Süt kabının içinde olan, öyle beyaz süt gibi ama, daha yoğun bir şey. Merak bu ya elbet o parmak ağza da gitmiş. Aman ne güzel de bir tat! Ve işte yoğurt

böyle doğmuş."

"İlk yoğurt ne zaman yapılmıştır?"

"Dünyadaki ilk yoğurt günümüzden yaklaşık 6000 yıl kadar öncesinde kullanıldığına dair bulgulara rastlanılmıştır. Yani severek yediğimiz yoğurt 6000 yıldır sofralarda yer alıyor."

"İlk yoğurt kim tarafından yapılmıştır?"

"Yoğurdun ilk olarak kimlerce ve nasıl üretildiği üzerine net bir bilgi bulunmamakla birlikte birçok farklı kültür, yoğurdun ilk bulanın kendileri olduğunu kabul ediyor. Tarihsel anlamda ise 6000 yıldır yoğurt üretilip tüketilmektedir. Ancak ilk yoğurt, Orta Asya 'da bulunduğu yönünde çıkan araştırma sonuçları yoğurt ilk defa Türkler tarafından bulunmuştur tezini kuvvetlendiriyor. Yoğurdun Orta Asya'da bulunduğu tahmin edilmektedir. Bazı Fransız kaynakları bunu göçebe ya da barbar yemeği olarak tanımlamaktadırlar. Yoğurdun adı Türkçe olup neredeyse tüm dillerde adı budur." Günümüzde, başta sade yoğurt olmak üzere daha bir dolu çeşitleri var. Meyveli yoğurt, aromalı yoğurt, tam yağlı, yarım yağlı, az yağlı gibi...

Ayran da yoğurdun seyreltilmesi sonucunda oluşan bir güzel süt ürünü. Bizim ev de dolabımızda mutlaka bu üçünden biri bulunur, bir çok ev de olduğu gibi. Ayran, yoğurt ve sütün içinde ki maddelerin özelliğinden dolayı insana uyku verdiği bilinmektedir. Bizim çocukluğumuzda Atatürk Orman Çiftliğini sütleri ve ayranları vardı cam şişelerde. O kadar lezzetli, o kadar güzel tadı vardı ki tadı damağımızda kaldı adeta. Şimdilerde o kalite de ayran ve süt pek göremiyorum her nedense...

Gelelim kişi başına tüketilen süt ve süt ürünlerine: "Kişi başı süt tüketiminin en yüksek olduğu ülke 131,4 kilogramla Finlandiya olurken, bunu 117,4 kilogramla Estonya, 110 kilogramla Avustralya, 105,4 kilogramla İngiltere, 99,9 kilogramla Yeni Zelanda, 97,3 kilogramla İzlanda, 94,8 kilogramla Letonya, 92,3 kilogramla İsveç, 88 kilogramla Danimarka, 85,1 kilogramla Norveç, 83,6 kilogramla İspanya, 77,3 kilogramla Kanada ve 73,9 kilogramla ABD takip etti." Biz Türkiye olarak bu rakamların çok gerisinde kalıyoruz istatistiksel olarak. "Dünyanın en büyük 15 süt üreticisinden Türkiye'de kişi başı tüketim geçen yıl 37,3 kilogram olarak gerçekleşti, bu miktar 109,6 kilogramlık dünya ortalamasının gerisinde kaldı."2014 Yılı Verileri

Ne mutlu bize ki Türk ve Müslüman olarak ayranımız bile var içmeye. Meşhur atalar sözüdür bilirsiniz "Ayranı yok içmeye kürk ile gider WC ye ." derler. Ayrıca süt, yoğurt ve ayran ile ilgili bizim kadar atasözü de olan bir toplum yoktur herhalde... "Sütten ağzı yanan yoğurdu üfleyerek yer." derler. Bu da çok manidar, derin tecrübeler dayanan bir atasözüdür. Türkiye'de kişi başına yıllık süt tüketiminin 24 Litre olduğu tahmin ediliyor. Türkiye'de sütlerin yaklaşık üçte biri de yoğurt imalatında kullanılmaktadır. Türk insanının sütten fazla yoğurt tükettiği de bilinen bir gerçektir. Hakeza ayran da aynı şekilde fazlaca tüketilen bir besin maddesi. Kıymetini bilmek lazım üç beyazında, üçü de insana Allah tarafından bahşedilmiş en büyük nimetlerden. Aman sütü bozuklardan uzak durun, siz yine de. Hepinize en derin

sevgi ve saygılar yine...