

Sayı 005
Sonbahar 2017

Foodrum magazine

B O D R U M ' u n G a s t r o n o m i M e c m u a s ı

B O D R U M ' D A M A N D A L İ N Z A M A N I
B A Ğ B O Z U M U B A Ş L A D I
B O D R U M C A Z F E S T İ V A L İ İ L E
R U H U M U Z U D O Y U R A L I M
S O N B A H A R A Ö Z E L T A R İ F L E R

OKUMAKTA OLDUĞUNUZ YAYIN, BİZİM İÇİN YALNIZCA BİR HAYALDEN İBARETTİ, TA Kİ BUNDAN TAM BİR YIL ÖNCE PROJELENİP İLK SAYISIYLA HAYAT BULANA KADAR.

O ZAMANDAN BU YANA, KENDİMİZE VERDİĞİMİZ YILIN DÖRT MEVSİMİNE DÖRT SAYI HAZIRLAMA SÖZÜNÜ TUTTUK VE ŞİMDİ DE İKİNCİ YILIMIZIN İLK MEYVESİ OLAN SONBAHAR SAYIMIZLA KARŞINIZDAYIZ.

BODRUM'DA HİZMET VEREN  'UN ÇALIŞMALARININ, ETKİNLİKLERİNİN VE PROJELERİNİN GASTRONOMİ KAYDINI TUTARAK ARŞİV OLUŞTURMA AMACIMIZA, SİZ OKUYUCULARIMIZDAN VE TÜM KİŞİ, KURUM VE KURULUŞLARDAN GELEN İLGİ VE DESTEKLERE DE TEŞEKKÜRÜ BİR BORÇ BİLİRİZ.

HEPİMİZE AFİYET OLSUN.

*FOODRUM MAGAZINE ÜÇ BİN ADET BASILMAKTA VE ÜCRETSİZ DAĞITILMAKTADIR. İZİNSİZ ÇOĞALTILIP, KOPYALANAMAZ, KAYNAK GÖSTERMEDEN ALINTI YAPILAMAZ. TÜM HAKLARI SAKLIDIR.



FOODRUM MAGAZINE
BODRUM'UN GASTRONOMİ MECMUASI
SAYI 005 | SONBAHAR 2017
FİKİR VE İÇERİK: FOODRUM
YAYIN YÖNETMENİ:
PELİN DUMANLI, İREM CAN
EDİTÖR: IRMAK ŞAHİNOĞLU
TASARIM: DANDUN.CO
BASKI: A4 OFSET İSTANBUL

FOODRUM.COM | INFO@FOODRUM.COM

Bodrum'un Gastronomi Mecmuası



Foodrum

—culinary park—

2014 yılında Bodrum'da, gastronomi alanında hizmet vermek üzere kurulan Foodrum, her yaştan insanı yemek etrafında birleştiren bir atölye özelliği taşımaktadır. Yemek yapmak ve yemenin yanı sıra, yemeği bir araç olarak kullanarak eğlenmeyi, öğrenmeyi ve keşfetmeyi amaçlayan Foodrum'un bünyesinde catering hizmeti, profesyonel aşçılık eğitimi ve atölyeler de düzenlenmektedir. Hakkında daha fazla bilgiye ve Foodrum Magazine'in önceki sayılarına foodrum.com adresinden ulaşabilirsiniz.



Bodrum'un Gastronomi Mecmuası

“profesyonel aşçılık eğitimi”

Mutfakta vakit geçirmeyi seven, kendisini bu konuda geliştirmek ya da kariyerini gastronomi konusunda ilerletmek isteyenler için özel eğitim programlarımız mevcut. Sektörde 10 yıl deneyimli, gastronomi ve mutfak sanatları bölümü mezunu ve yemek kültürü alanında yüksek lisansı bulunan Şef Pelin Dumanlı ile birebir ya da en fazla 3 kişiye kadar grup olarak katılabileceğiniz bu program kapsamında profesyonel anlamda mutfakta çalışmak için gerekli tüm temel bilgileri öğrenebileceksiniz.

eğitim programı;

1. temel mutfak bilgileri
2. bıçak kullanma ve kesme teknikleri
3. et hakkında her şey
4. soslar ve çorbalar, hazırlama ve kullanma metodları
5. temel pişirme teknikleri
6. salata yapmanın incelikleri, püf noktaları, farklı salata sosları yapımı
7. party food - finger food – tapas ve meze yapımı
8. balık ve deniz ürünleri pişirmenin incelikleri
9. ev yapımı artizan makarna hazırlama ve temel makarna sosları
10. sakatatlar
11. ekmekler ve pideler
12. tatlılar ve dondurmalar

foodrum.com

*Eğitim programı yukarıda belirtilen 12 temel konudan oluşmakta ve dersler 3'er saat sürmektedir. Zaman çok değerli, onu siz yönetin istedik ve bu nedenle eğitimi ister haftada 2 gün, 6 haftalık bir program dahilinde, isterseniz de 1 ayda 12 ders ile toplu olarak alabilirsiniz. Program ücretine tüm malzemeler ve 80 tariftten oluşan kitapçık dahildir. Detaylı bilgi için bize ulaşın!

**BODRUM'UN
GASTRONOMİ
MERKEZİ**

Konacık Çarşısı No:16
Bodrum Muğla
0252 317 15 89
instagram/foodrum_
facebook/foodrumculinary

Bodrum'un Gastronomi Meccuası

BODRUM PAZARLARI

Pazarlarda sadece sebze-meyve de yok.
Çiçekler, fideler, yöresel ürünler; peksimet,
gambilya, zeytinyağı, kuru baharatlar, mevsimsel
otlar, süt ürünleri, yufka, el yapımı börek ve
sarmalar da emrinize amade!

B o d r u m ' u n G a s t r o n o m i M e c m u a s ı



sonbahar
mevsiminde
taze taze
ne alalım?

sebze:

pirasa, karnabahar, yer elması,
yavaş yavaş lahana başlıyor, balkabağı,
turşuluk ürünler de bitmek üzere

meyve:

mandalina ve diğer turuncgiller,
armut, elma, nar, ayva, kestane

*zeytin hasatı ekim sonu başlıyor,
dolayısıyla erken hasat zeytinyağı
mevsimi ve zeytin kurabilirsiniz,

ayrıca mantarlar doğada toplanmaya
hazır bekliyor, şanslıysanız pazardan erken
saatlerde yabani mantar bulabilirsiniz.

mamül;

kışa hazırlık için yeni kavanozlanmış salçalar,
zeytin, zeytinyağı, kuru börülce, kuru barbunya,
peksimet, gambilya baklası, kuru incir, pekmez.



Ortakent pazarında uğramanız gereken durak-
lardan biri de üretici Meral'in tezgahı. Meral her
çarşamba kendi bahçesinden getirdiği çiçek ve
fidelerle pazarı şenlendiriyor. Sonbaharda ne
ekilir, ne dikilir ona sorabilir, bahçenize bu
mevsimde en çok ne yakışır danışarak fide ve
çiçek satın alabilirsiniz.



BODRUM PAZARLARI

Pazartesi:	Türkbükü	Kumbahçe Pazarı
Salı:	Bodrum Kumaş Pazarı	Yalıkavak Pazarı
Çarşamba:	Bodrum Üretici Pazarı	Ortakent Pazarı
Perşembe:	Bitez Pazarı	Akyarlar Pazarı
Cuma:	Bodrum Pazarı	Konack Pazarı
Cumartesi:	Turgutreis Pazarı	
Pazar:	Gümber Pazarı	Kızıllağaç Pazarı
		Mumcular Çiftçi Pazarı

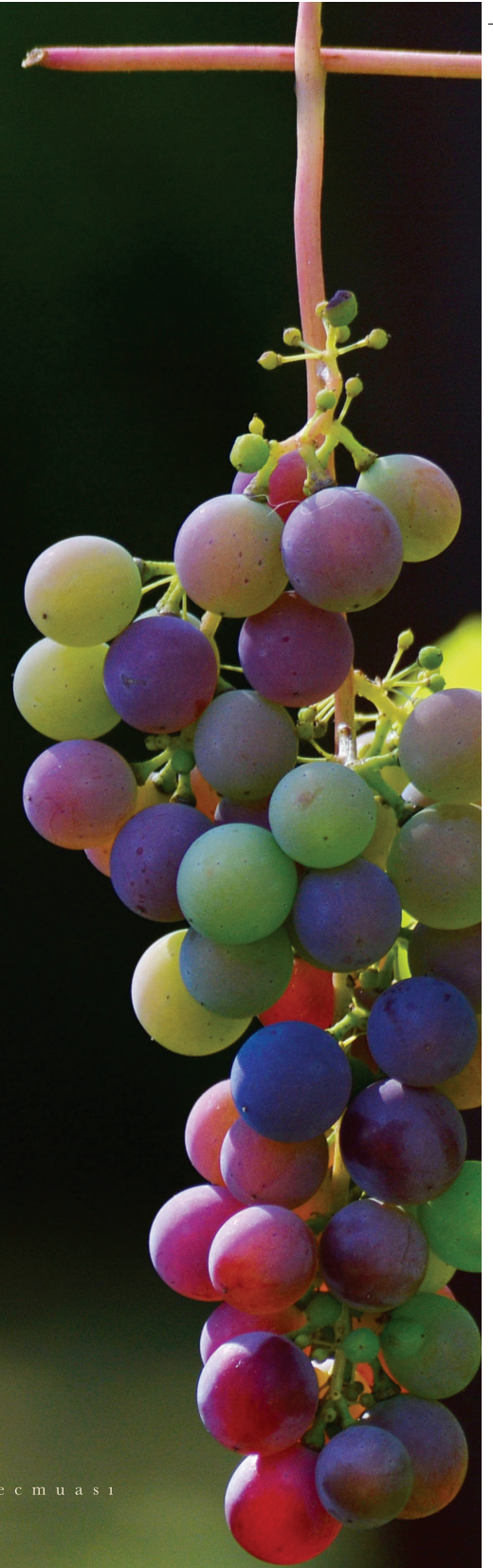
(Bodrum pazarı da 1 Gün erkenden kuruluyor ama esas pazar cuma günü)

Foodwin

BODRUM'DA BAĞBOZUMU

Baharlar yazlar geçer sonbahar gelir;
Ömrümün yaprakları dökülür bir bir;
Şarap iç, gam yeme, bak ne demiş bilge:
Dünya dertleri zehir, şarap panzehir.
Ömer Hayyam

B o d r u m ' u n G a s t r o n o m i M e c m u a s ı



İşte, yine bir sonbahar, yani bağbozumu zamanı geldi. Bütün sene emekle yetiştirilen, adeta gözlerinin içine bakılarak bebek gibi büyütülen üzümler olgunlaştı ve artık toplanmaya hazır.

Eskiden beri pek çok kültürde bağbozumu zamanı bir kutlama sebebi, bolluğun, bereketin, hayat döngüsünün, umudun ve keyfin bir sembolü olmuş. Üzümlerin toplanıp şaraba dönüştüğü mevsim... Bence de kutlamaya değer. Her ne kadar Bodrum'da bağbozumu sıcak iklim sebebiyle Ağustos'un ilk haftasında başlasa da, diğer bölgelerimizde genel olarak hasadın başlama zamanı Eylül ayı olarak kabul edilebilir. Tıpkı sıcak veya soğuk seven insanların var olması gibi, üzümün de tercih ettiği iklimler vardır. Dolayısıyla sıcak seven Bornova Misketi, Shiraz gibi üzümler Bodrum'u da çok seviyor, bu iklime has, farklı aromatik özellikler ortaya çıkarıyor. Yerel üzümlerden yapılan yerel şaraplar da havanın ve toprağın kendine has kokularını ve lezzetlerini deneyimlememize olanak sağlıyor.

Peki Bodrum deyince aklınıza ilk ne geliyor?

Muhteşem bir deniz, tatil, yerel lezzetler ve hatta sanat festivalleri. Peki antik çağlardan beri üzümün ve şarabın kalbi olmuş, tüm dünyaya şarabın gemilerle taşındığı bu sahil kasabasının adını duyunca aklınıza anforalar, üzümler, küplerle taşınan şaraplar da geliyor mu?

Zaman içinde bu toprakların en büyük zenginliklerinden biri olan bu özelliği maalesef unutulmuş. Günümüzde ise Bodrum'un kendi kültürü içindeki değer olan bağcılık ve şarapçılık, ne mutlu ki tekrar hatırlanmakta.

Yürüt Ailesi olarak Kızılağaç'a 2010 yılında yerleştik ve butik bir şaraphane kurduk ve 5 senedir yerel üzümleri kullanarak özenle ve tutkuyla yaptığımız şaraplarımızı sizlerin beğenisine sunmaktayız. 20 yılı aşkın süredir Yürüt Ailesi için derin bir merak ve tutku haline gelen şarap yapımı, Bodrum'un bu güzel köyünde profesyonel bir üretimhaneye dönüştü. Siz de bu yerel lezzetlerin tadına varmak, şarap üzerine sohbet etmek, her sene Bodrum'da yaşayan farklı bir sanatçının hazırladığı şarap etiketlerimizi incelemek ve Bodrum'da alternatif bir zaman dilimi geçirmek isterseniz, rezervasyon ile misafirlerimizi ağırladığımız, Bodrum şehir merkezine sadece 6 km uzaklıkta olan ev/şaraphane/kafe Vinbodrum Winehouse'a bodrumsarapcilik.com adresinden ulaşabilirsiniz.

Herkese kutlamaya değer bir güz mevsimi dilerim! / Duygu Deniz Yürüt

Vinbodrum Winehouse

Adres: Yalı Mah. Şenavcılar Sok. No:6

Kızılağaç Bodrum / MUĞLA

T: 0252 369 2597 M: 0533 248 6001

Kırmız Şaraplı Armut Tatlısı

Armutları sapını koparmadan, bütün olarak soyun. Çekirdekli kısmını alt tarafından bir çay kaşığı ile oyarak çıkarın. Bir tencereye şarap, vişne suyu, baharatlar ve şekeri alıp karıştırın. Altını kısıp kaynama noktasına gelmesini bekleyin. Kısık ateşte 5 dakika kaynattıktan sonra armutları ekleyin. Armutlar yumuşayana kadar yaklaşık 10-12 dakika pişirin. Armutları şuruptan çıkarın ve soğumaya bırakın. Tencerede kalan karışımı koyulaşana kadar, yaklaşık 10-15 dakika kaynatmaya devam edin. Şurup soğuduktan sonra armutların üzerinde gezdirin ve servis edin.

*sonbahar
armutlarıyla
yapabileceğiniz
bir tarif

- ☒ 4 adet armut
tercihen **Deveci Armudu**
- ☐ 2 su bardağı kırmızı şarap
- ☐ ½ su bardağı vişne suyu
- ☐ 1 adet çubuk tarçın
- ☐ 2 adet yıldız anason
- ☐ 1 su bardağı esmer şeker



Balkabağı Mücver

Bir kaseye balkabakları, taze soğan, soğan ve sarımsağı ekleyin. Üzerine 1 yumurta kırın ve 3 çorba kaşığı unu serpin. Taze kıyılmış nane ve maydanoz ile baharatları da ekleyerek tüm malzemeyi harmanlayın. Biraz kuru olursa içine 1 yumurta daha kırabilir ya da aksine çok cıvıksa 1-2 çorba kaşığı un ilave edip toparlayabilirsiniz. Bütün karışımı iyice karıştırdıktan sonra yayvan bir tavayı zeytinyağı ile kızdırın. Karışımdan ceviz büyüklüğünde parçalar alıp, iki kaşık yardımıyla yağa bırakın, tepesine bastırıp biraz yayın. Her iki tarafını da çevirerek kızartın. Havlu peçetenin üzerine alarak fazla yağını çekirin. Servis tabağına aldığınız mücverin yanına çırpılarak krema kıvamına getirilmiş süzme yoğurt ekleyin. Afiyet olsun.

- 250 gr. temizlenmiş ve rendelenmiş balkabağı ☐
- 1 adet rendelenmiş soğan ☐
- 3 dal kıyılmış taze soğan ☐
- 4 dal kıyılmış taze nane ☐
- 3 çorba kaşığı un ☐
- 1 adet yumurta ☐
- 2 diş kıyılmış sarımsak ☐
- Muskat rendesi ☐
- Karabiber ☐
- Tuz ☐
- Kızartmak için zeytinyağı ☐
- Servisi ve üzeri için süzme yoğurt ☐

RÖ POR TAJ



Bodrum'un pek çok kültürel değeri var, en önemlilerinden biri de "mandalin"i.

Bu yazıyı hazırlarken, bölgede mandalina yetiştirilmesi ve pazarlanmasına yönelik ne tür çalışmalar yapıldığını araştırılmı istedik.

Yönlendirmeler sonunda Bodrum'un matematik öğretmeni olarak tanınan, Bitez'de yaşayan, mandalinaların yetiştirilmesi ve ekolojik turizm faaliyetlerinde de yer bulması gerektiği için aynı görüşteki dostlarıyla bir kooperatif kuran Ali İhsan Tarsus'un kapısını çaldık. Yaptığımız sohbette en çok öğrenmek istediğimiz, büyük umutlarla kurulan "Bitez Sınırlı Sorumlu Ekolojik Turizm Tarımsal Kalkınma Kooperatifi"nin neden faaliyette bulunmadığıydı. Aldığımız cevaplar, Bodrum mandalinalarını koruyacak ve yaşatacak bu projenin neden sürdürülemediğine farklı bir bakış açısı getirmiş oldu.

Özetle;

Değerini bilemiyoruz, çabalıyoruz, engellere takılıyoruz. Yabancı kültürlerin sistemlerine özeniyoruz. "İtalya'ya bak! Peynirine, şarabına, limonuna ne güzel sahip çıkmış" diyoruz.

"Küçük ülke Hollanda, dünyanın domatesini üretilip, ihraç ediyor" diyoruz.

Slow travel, gurme turlar ve eko gastronomi kavramlarıyla pek bir haşır neşiriz ama yerel malzemelerimizi öne çıkaracak turizm faaliyetlerine yeterli yatırım yapılamadığı ya da uygulamada sorunlar çıktığı için ilerleyemiyoruz. Kooperatifleşmek, pek çok olumsuz tecrübeden dolayı artık çiftçimizi korkutur hale geldi. Kısacası Bodrum mandalinalarını, sürdürülebilir bir tarım ve pazarlama stratejisine ihtiyaç duyuyor. Hepimizi ilgilendiren bu konuyu gündeme getirmek istedik. İyi okumalar.



Ali İhsan Tarsus ile Bodrum Mandalini üzerine sohbet

Sonbahar aylarında Bodrum'un bahçeleri, pazarları, yol kenarlarına kurulan tezgahların üzeri turuncunun en güzel tonuna sahip olan mandalina ile renklenirken, sizleri Bodrum mandalinini daha yakından tanımaya davet ediyoruz. Hep tadından, onunla yapılan yemeklerden, içeceklerden bahsettik ama sorunlarını sizlere aktarmak da görevimiz. Hiç merak ettiniz mi, mandalina bu topraklara ilk ne zaman ekildi? Kaç haneyi doyurdu, ülke ekonomisine ne kadar katkı sağladı, ne oldu da çöküşe geçti? Neden mandalinalar artık ağaç dallarında terk edilmiş halde?

Ali İhsan Tarsus kimdir?

1954 doğumluyum. Annem Bodrumlu. Kökümüz Antalya, yürüğüz biz. Kazıklı'dan tekrar Bodrum'a dönmüşüz. Matematik öğretmeniym. Öğrenimimi Balıkesir'de gördüm. Afyon'da ilk iş deneyimimi yaşadım. Gündoğın'da, Hüseyin Turgut Karabağı Ortaokulu ve İlköğretim Okulu'nda çalıştım. Üç yıl şube müdürlüğü yaptım.

*Ali İhsan Bey aynı zamanda Altın Portakal Ödüllü başarılı yönetmen-yazar Deniz Tarsus'un da babasıdır.

Mandalina ile ilk tanışmanız nasıl oldu? Bodrum mandalinasının dünü ve bugünü ile ilgili görüşünüz nedir? Onun içinde/içine doğdum ben. Mandalinanın geçmişteki ve günümüzdeki yerini kıyaslayacak olursak eğer, ilk başlarda çok kıymetli olduğunu söyleyebilirim. Varlıklı insanlar, Bodrum'un eşref takımı Bitez'e geldiler, bahçe aldılar, mandalina bahçesi aldılar (Topanoğlu, Karakayalar, Cemal Uslu, Ahmet Nalbantoğlu). O zamanlar çok kıymetli bir ürün olduğu için Karadeniz çekirtmesi diye adlandırılan büyük tekneler ile İstanbul'a gönderiliyordu. Ulaşımı bir hafta sürüyordu. Mandalinanın en değerli olduğu dönemdi 50'li 60'lı yıllar. Ondan sonra karayolu açıldı, belli bir müddet mandalina kıymetini korudu. Karakayalar fabrika kurdu ve Romanya'ya, Çekoslovakya'ya ihraç yaptı.

Ama şu anda olay bitti. İnsanların damak zevkine artık hitap etmemeye başladı. Karamsar da olsa gerçek budur. Neden böyle oldu? Satsuma, Okitsu ve türleri gibi yeni mezeleme türler girdi piyasaya. Daha değişik türler de var ve belki onlar da önümüzdeki günlerde devreye girecek. Adını Japonya'nın Satsuma Köyü'nden alan Satsuma ve tadına eşdeğer olan Okitsu, çekirdeksiz ve soğuğa dayanıklı olması, şehirde yaşayan insanların damak zevkine hitap etmesi nedeniyle daha çok tercih edilmeye başladı. Pazarlarda Satsuma'dan on gün önce yerini alan Okitsu form olarak daha iri olması sebebiyle daha çok albeniye sahiptir.

Çekirdeksiz olmaları nedeniyle kolay tüketilebilen Satsuma, Okitsu ve diğer mezeleme türleri, çekirdekli mandalınanın değerini bir nebze de olsa düşürdü ve düşürmeye devam etmekte. Şehir insanı kolayca kaçıyor. Beslenmeyi kolay, hızlı ve ucuz yapma alışkanlığı yaygın.

Peki Bodrum mandalinini buraya ilk kim getirmiş? Benim bildiğim kadarıyla ilk Erman Aras'ın babası Ömer Aras getirmiş.

Mamul yapımında kullanılması hakkındaki düşünceniz nedir? Birlikler, mandalina ile gazoz yapmak yerine daha verimli katma değer sağlayabilir. Örneğin; mandalina çiçeği damıtılarak tatlılarda, yemeklerde, salatalarda sos olarak kullanılabilir.

Mandalina yağından uçucu yağ elde etmek amacı ile destek alan firmalar oldu ama tazeyken çıkardığı kokuyu sağlayamadılar. Başarılı bir girişim olamadı. Bodrum mandalini mamul haline getirmek için reçel yapımı, ekstre çıkarma, kurutma yapma gibi değişik faaliyetler var bunlar iyi niyetli lakin ekstrem faaliyetler. Arazideki mandalınanın tamamını bu yönde kullanmak mandalınanın geleceği ve mandalınanın piyasadaki değeri açısından sağlıklı olur mu, orası tartışılır.

Peki sizler nasıl çalışmalar yaptınız? Bir kooperatif kurmuşsunuz ama şu an faaliyette değil, biraz bahseder misiniz? Aynı görüşte dostlarımla birlikte, mandalina bahçelerimize hem tarımsal, hem de turizm faaliyetini getirecek, mandalina gibi diğer değerlerimize sahip çıkacak bir sistem hayaliyle Bitez Sınırlı Sorumlu Ekolojik Turizm Tarımsal Kalkınma Kooperatifi'ni kurduk. Dedelerimizden gördüğümüz şekilde, mevcut mimariyi bozmadan beyaz kireçle boyanmış, sade ve doğal bir yapı ile organik, yani ekolojik tarım yapılan, bakımlı mandalina bahçeleri hayal ederek başladık. Ama bürokrasiye takıldık. Çok emek verdik, sabırla mücadele ettik ama olmadı. Sonuç olarak kooperatif kapandı diyebiliriz, işlemler devam ediyor.

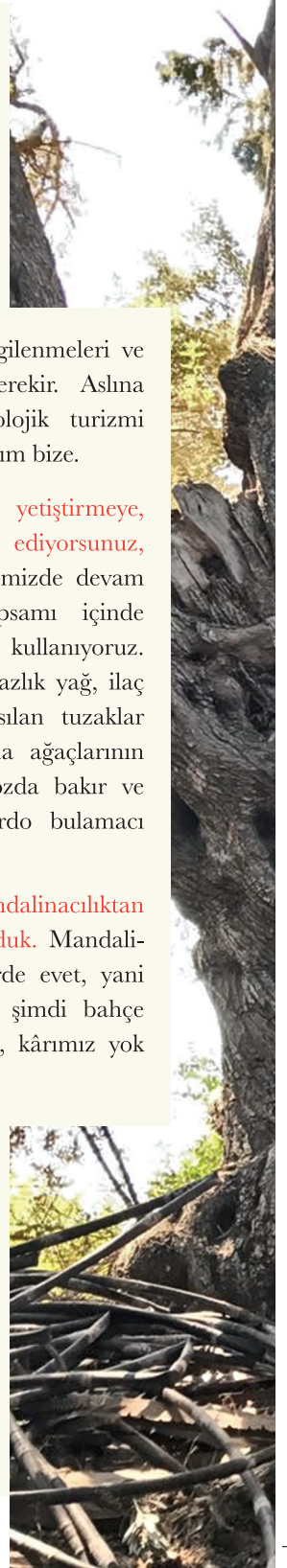
Mandalinanın içinde yaşıyorsanız, ona bakmak zorundasınız. İçinde yaşamıyor ve bahçenize olması gerektiği gibi bakmıyorsanız verimi de, geliri de alamazsınız. Bunun dışında, insanların damak zevkinin bir parçası olması için çabalamaya gerek yok. Mandalinayı mamul haline getirdiğinizde zaten mamulün piyasada rakipleri çok, bu durumda piyasaya sürdüğünüzde mamul çok ekstrem kalıyor. Ürünün tamamına hitap edecek bir çalışma asla olamaz. Olursa ancak ekolojik tarım sayesinde olur. Bu şekilde ancak bir elli yıl daha mandalina yaşatılabilir. Yeni bahçeler kurulmaz, kurulmuyor. Neden? Bu söylediğim gerekçeden dolayı. "Yasak hemşerim!" yaklaşımı maalesef işe yaramaz durumda.

Turgutreis'te mandalinacılık neredeyse yok denecek kadar az, bunun da sebebi imara açma planı. Bizim burada yaptığımız bir imara açma planı değil, mandalina nasıl yaşıatılacak, geleceğe nasıl taşınacak çalışması. Bodrum'un neredeyse her yeri yerleşime açılmış durumda. Parseller tarımsal amaçlı yapı bahanesi ile izin alan insanlar tarafından satın alınıyor. Özel planlama alanı olarak işaretlenmesinin anlamı, plan hükmü olarak açıklaması; "Bu alanda ekolojik tarım faaliyetleri desteklenir" ama ne yazık ki yerelde biz bu desteği göremedik. Kooperatif tüzüğüne göre, Tarım Bakanlığı'na bağlı kooperatiflerin, tarımsal kalkınma kooperatiflerinin kendi faaliyet alanlarından üye kaydı alması koşulu mevcut. Kendi parsellerimle ilgili bir proje ürettim ama ne yazık ki o proje, katı bürokrasi sebebiyle Tarım Bakanlığı'nda takıldı. Temel bürokrasinin yerele inememesi, irdeleyememesi karşımıza maalesef engel olarak çıkıyor. Tarım Bakanlığı'nın bir talimatnamesi var. 5 bin metre karenin altında olan dikili tarım alanlarında, mandalina ve zeytin bahçelerinde bir tek taş koyamazsınız.

Yerel yöneticilerin bu konuyla ilgilenmeleri ve haklarımıza sahip çıkmaları gerekir. Aslına bakarsanız, tam anlamıyla ekolojik turizmi destekleyecek bir yerel yönetici lazım bize.

Peki siz bahçenizde mandalina yetiştirmeye, ekolojik tarım yapmaya devam ediyorsunuz, değil mi? Evet. Bitez'deki bahçemizde devam ediyorum. Organik tarım kapsamı içinde olmamız nedeni ile doğal ilaçlar kullanıyoruz. Mesela sulandırılabilen kükürt, yazlık yağ, ilaç firmalarının ürettiği ağaçlara asılan tuzaklar kullanıyoruz. Baharda mandalina ağaçlarının budanmasından sonra düşük dozda bakır ve kirecin bileşiminden oluşan bordo bulamacı kullanıyoruz.

Son olarak Ali İhsan Bey'e mandalinacılıktan para kazanıp kazanmadığını sorduk. Mandalinanın kıymetli olduğu dönemlerde evet, yani babam kazandı diyebiliriz ama şimdi bahçe bakımını bile ancak çıkartıyoruz, kârımız yok denecek kadar az.



Ali İhsan Tarsus'un bahçesindeki
Karyalılar döneminden kalma zeytin ağacı

Bodrum'un Gastronomi Mecmuası

YAŞASIN ORMAN

Zeytin Ağacı



Zeytin Ağacı

Nam-ı diğer ölmez ağaç.
(Latincesi Olea Europaea)

Sonbahar geldi mi Ege’de zeytin hasadı başlar. Olgunluğa ulaşan zeytinler, Eylül-Ekim ayında sofralık zeytin olarak toplanmaya başlar, yağlık olarak kullanılacak zeytinler ise genelde Kasım-Aralık ayına kadar bekletilir.

Zeytin ağacı, doğada ekilmeden, kendiliğinden yetişen özel ağaçlardandır. Ölmez ağaç olarak anılmasını çok uzun ömürlü oluşuna borçludur. 1000 yaşına kadar yaşayabilir. Hatta bazı araştırmacılar tarafından 3000 yaşında zeytin ağaçları bulunduğu da ifade edilmiştir. Biz de Bitez’de Karya döneminden olduğu düşünülen 2000 yaşının üzerinde zeytin ağacını görme fırsatı bulduk. Gövdesi ve köklerinin büyüklüğü bizi hayrete düşürdü.

Ona “Bütün ağaçların ilkidir.” denilmektedir. Ege’nin simgesidir, bizce de ağaçların en değerlisidir.

Öyle ki, yaprağından çekirdeğine kadar tümüyle değerlendirilmektedir. Zeytin ağacının odunundan eşyalar, mobilyalar, meyvesinden sofralık zeytini çeşitleri, zeytin çekirdeğinden tesbih, kolye, zeytinyağından besin, sabun, küspesinden gübre ya da yakacak elde edilir.

Siz de bu sonbaharda yakınınızdaki zeytin ağaçlarından topladığınız zeytinlerle kendi sofralık zeytininizi kurabilir ve kendi elinizden çıkmış bir ürünü yemenin hazzını yaşayabilirsiniz.

Bu sayıyı hazırlarken Bodrum’da çıkan yangınlarda zeytin ağaçlarının cayıp cayıp yanışını yüreğimiz kavrularak izledik. Yaşasın Orman bölümünde zeytin ağacını anarak ve herkesin bu ağaçlara sahip çıkma bilincini artırmaya çalışarak yüreğimize bir nebze de olsa su serpebiliriz.

Mandalina Sirkesi

Kabuğuyla kullanacağımız için mandalınanın doğal ve ilaçsız olmasına özen gösterin. Mümkünse organik olanını tercih edin, hatta direkt üreticiden almaya çalışın.

*Bu tarif için malzeme miktarlarını ölçülü vermedik, isterseniz 1kg, isterseniz de 10 kg mandalina kullanarak sirkeye başlayabilirsiniz.

Mandalinaları ikiye bölüp, suyunu sıkın. Kabuklarını atmayın. Elde ettiğiniz mandalina suyu ve kabuklarını cam bir kavanoza alın. Sadece üzerini geçecek kadar içme suyu ilave edin. Kavanozun üzerinde en az 5 parmak boşluk bırakın, bu boşluk sirke de gaz çıkışı başladığında taşmasını engelleyecektir. Sirke yapımını hızlandırmak için de az miktarda organik sirke ekleyin. (Küçük bir kavanoz yapıyorsanız 1-2 çorba kaşığı, daha büyük miktarlarda ise 1 bardak kadar yeterlidir.) Cam kavanozun kapağını kapatmayın onun yerine üzerine temiz bir tülbenti lastikle sabitleyip güneşten uzak loş bir yere kaldırın.

Mandalinaya katma değer yaratacak ürünlerden biri de sirke. Soslarda, salatalarda ve marine tekniklerinde sıkça kullandığımız sirkeyi hoş kokusu ve rengiyle Bodrum mandalininden yapmaya ne dersiniz?

Meyveler suyun altına ininceye kadar her gün bir kez mutlaka karıştırın. 10-30 gün sonra meyveler suyun altına inince suyun üzerinde sirke anası oluştuğunu gözlemleyebilirsiniz. Önceleri ince bir tül gibi olan bu tabaka sonraları kalınlaşır ve bir süre sonra da sirke anası suyun altına çökmeye başlar. İşte şimdi sirkenizi süzebilirsiniz. Sirkenizin tadına bakın, keskinleşmişse sirkeyi süzdükten sonra kapaklı cam şişelere alıp, 10-15 gün daha loş bir ortamda bekletmeye devam edin. Keskinleşme yoksa sirke anasını içine tekrar ekleyip, tadına bakarak bir süre daha bekleyin.

- | | |
|---|--|
| ☐ Bodrum mandalini | ☐ Organik sirke |
| ☐ İçme suyu | ☐ Tülbent |
| ☐ Cam kavanoz | ☐ Ve sabır |

Limonata yapıyoruz da mandalinata neden yapmayalım? Mis gibi kokusuyla, kendine has aromasıyla Bodrum mandalini bu tarife ayrı bir güzellik katacak.

5 su bardağı taze sıkılmış ☐
Bodrum mandalini suyu

5 su bardağı toz şeker ☐

10 adet mandalina kabuğu rendesi ☐

* Yani diğer bir deyişle
ne kadar bardak mandalina suyu,
o kadar şeker.

Mandalinata

Mandalinaları ikiye kesip sularını sıkın. Şeker ve mandalina kabuklarını ekleyip şeker eriyene kadar iyice karıştırın. Büyükçe bir ya da birkaç cam kavanoza karışımı paylaşın. Karışımı 2 gün kapalı kapta, buzdolabında bekletin ve ara ara karıştırın. Sonra süzün ve şişeleyn. Şişeleri serin ve gölge bir yerde bekletin, hatta mümkünse buzdolabında tutmaya devam edin. Ara ara şişeleri alt-üst edip çalkalayın. Servis edeceğiniz bardağın yarısına kadar koyup, üzerine soğuk su ilave edin. Şekerini daha az hale getirmek isterseniz daha fazla su da ekleyebilirsiniz. Servis ederken taze nane yaprakları ve bir dilim mandalina da kullanabilirsiniz.

Refika Birgül'ün
Kıbrıs'a özgü
tarifinden
esinlenerek



İnsan bir mevsimde bir ağacın muayyen bir dalında bir yemiş buluyor. Yiyor ve hoşuna gidiyor. Bir iki mevsim sonra yine aynı dalda aynı yemişi arıyor, ya yemiş o dalda bulunmuyor ya da bulunursa hoş gitmiyor. Belki de yemişi arayan değişmiş bulunuyor.

•

Cevat Şakir Kabaağaçlı
(Halikarnas Balıkcısı)
Aganta Burina Burinata



Ruhun Gıdası

Yemek yemenin karın doyurmaktan ibaret olmadığı bir gerçek. Yemeği pişirmek, hazırlamak, sunmak ve yerken haz duymak da yemek yemeye dahil, tıpkı sanatta da olduğu gibi; özenli araştırma, zihni tasarım için besleme, ardından tasarlama, gerçekleştirme, sunuşa hazırlama ve sunma aşamalarının tümü, sanatsal yaklaşımların vazgeçilmez adımlarını oluşturuyor.

Bu nedenle, her ne kadar birbirinden farklı görünse de, yaratıcılık söz konusu olduğunda yemek ile müzik birbirine oldukça benzer aslında. İnsan varlığının 3 unsuru olan beden, ruh ve akılı beslerken yediklerimizin, dinlediklerimizin, gördüklerimizin ve hissettiklerimizin harmonisine gereksinim duyarız.

01-17 Eylül 2017 tarihleri arasında ilk kez gerçekleşecek olan Turkcell Bodrum Caz Festivali, hırçın sıcakların yerini ılık akşam esintilerine bıraktığı günlerde, değişik mekanlarda caz severlerle buluşacak. Klasik caz örneklerinden modern caz uygulamalarına, Alman gruplardan İtalyan gruplara kadar geniş bir yelpazede hazırlanan program ile farklı beğenilere hitap edecek olan müzik ziyafetleri yer alacak. Festivalde, ilk kez denizin üzerinde, bir katamaranda caz konseri izleyecek, yerel ezgilerimizi caz formunda dinleyecek, caz fotoğrafları sergisi ile objektifin müzikle buluşmasına şahit olacak, Bodrum Kalesi'nde ve kulüplerde seçkin sanatçıların performanslarının tadını çıkartacaksınız.

Programın detaylarına www.bodrumcazfest.org veya Biletix'ten ulaşabilirsiniz.

Devrim Erol Leo Organizasyon

01 - 17
EYLÜL
SEPTEMBER
2017

B o d r u m ' u n G a s t r o n o m i M e c m u a s ı

01/17
EYLÜL
10:00-22:00

Caz Derneği
Karma Fotoğraf Sergisi

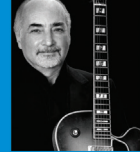
Oasis



01
EYLÜL
Cuma
19:30

Murat Arkan
Michael Franks Project

Oasis Sergi Alanı



04
EYLÜL
Pazartesi
22:00

İstanbul Funk Unit

Off Gümüşlük



05
EYLÜL
Salı
22:00

Eva Klesse Quartet

Off Gümüşlük



06
EYLÜL
Çarşamba
22:00

Raci Pişmişoğlu
Mus461

Off Gümüşlük



07
EYLÜL
Perşembe
22:00

BS Quartet

Kefi



08
EYLÜL
Cuma
21:00

Gala Konseri:
Deniz Kuvvetleri
Komutanlığı Yıldızları
Hafif Müzik ve
Caz Orkestrası
feat. Sibel Köse
Bodrum Kalesi



09
EYLÜL
Cumartesi
21:00

Ayhan Sicimoğlu
& Latin All Stars

Bodrum Kalesi



10
EYLÜL
Pazar
21:00

Karsu

Bodrum Kalesi



11
EYLÜL
Pazartesi
19:30
21:30

Deniz Kuvvetleri
Komutanlığı Yıldızları
Hafif Müzik ve
Caz Orkestrası
feat. Ömür Gökse
Club Catamaran



11
EYLÜL
Pazartesi
22:00

Ferit Odman Quintet

Off Gümüşlük



12
EYLÜL
Salı
20:00

Ayşe Sicimoğlu
New Music

Institute of Nautical
Archaeology



12
EYLÜL
Salı
22:00

Çağıl Kaya

Off Gümüşlük



13
EYLÜL
Çarşamba
22:00

Can Çankaya &
Kağan Yıldız Duo

Off Gümüşlük



14
EYLÜL
Perşembe
22:00

Önder Focan &
Şalliel Brothers
Funkbook

Off Gümüşlük



15
EYLÜL
Cuma
22:00

Ece Gökse Quartet
feat. Neşet Ruacan

Off Gümüşlük



16
EYLÜL
Cumartesi
21:00

Jülide Özçelik
Bodrum Konseri

Bodrum Kalesi



17
EYLÜL
Pazar
22:00

Jehan Barbur

Off Gümüşlük



Hücrelerin antioksidanı;

NAR

Nar, diğer adıyla Punica Granatum, yüksek seviyede antioksidan etkisine sahip bir meyve. Kırmızı rengi ve içindeki bol taneleri ile bereket ve güzelliğin simgesi haline gelen nar meyvesi, tarih boyunca farklı kültürler tarafından zengin fitokimyasal yapısı sayesinde şifa kaynağı olarak da kullanılmıştır.

Yapılan bilimsel araştırmalar narın antioksidan, antiaterojenik, antikanserojenik ve antiinflamatuar etkilerini kanıtlamıştır. Nar suyu, kabuğu ve yağının tümör hücre çoğalması, döngüsü, invazyonu ve anjiogenez ile etkileşerek antikan-ser aktivite gösterdiği bilinmektedir.

www.diyetsec.com

B o d r u m ' u n G a s t r o n o m i M e c m u a s ı

Uzman Diyetisyen
Seçil ÜNAL EŞİNGEN

Ayrıca narın kardiyovasküler hastalıklar, diyabet ve ultraviyolenin zararlı etkilerinden koruyucu olarak kullanılabilme potansiyeli de bulunmaktadır. Narın antioksidan etkisi, içeriğindeki delfinidin, siyanidin, pelargonidin gibi antosiyaninlerden ve pinikalin, ellagatinler ve ellagik asit sayesinde. Nar, damar üzerindeki hasarı engelleme, prostat kanseri ve kireçlemeyi önleme, normal oranda kan glikoz seviyesini koruma, doğal tümörleri inhibe eden hücre kapasitelerini artırma gibi beslenme ve terapötik (tedavi edici) etkilere sahiptir.



Narın bunca harika faydasını okumak, eminim ki sizi daha fazla nar tüketmeye itecektir. Nar tanelerini yerken çekirdeklerini de çiğneyerek tüketmenizi ve eğer suyunu içmeyi düşünürseniz, yoğun karbonhidrat almamanız için tek seferde 1 çay bardağını geçmemenizi öneririm. Dilerseniz süt ve yulaf ezmesi katarak kendinize volümetrik bir smoothie şişesi hazırlayabilirsiniz. Ayrıca, hem kolayca yapabileceğiniz hem de hücrelerinizi antioksidanla buluşturabileceğiniz iki tane de tarif mevcut.

“Süslü Yoğurt” ile Yıllara meydan okuma vakti

Ayıklanmış nara yoğurdu ekleyip hızlıca karıştırın ve yoğurdun rengi kırmızılaşana kadar, 5 dakika boyunca buzdolabında bekletin. Dolaptan çıkarıp tüketmeden önce yine karıştırın ve üzerine kırılan 10 adet kaju fıstığını ekleyerek afiyetle, mutlulukla tüketin.

Nar çekirdeklerini çiğneyerek tüketmeyi unutmayın. Bu kırmızı yoğurt ile hem cildiniz ıslıl ıslıl olacak hem de yıllara meydan okuyacaksınız.

1 Porsiyon / 214 kkal

- ☐ 5 kaşık ev yapımı yoğurt (yaklaşık 100 gr)
- ☐ 100 gr ayıklanmış nar taneleri
- ☐ 8 adet kaju fıstık



2 porsiyon / 1 porsiyonu 368 kkal

Cevizli Narlı Karabuğday Kısır

Bu salatanın bedeninize etkileri

Karabuğday ile sağlanan uzun süreli tokluk hissi
Nar taneleri ve çiğneyerek tüketilen çekirdekleri sayesinde antikanser etki

Cevizdeki omega-3 ile kalp damar sağlığına destek

Taze limon suyundan alınan C vitamini sayesinde bağışıklığa destek

Keten tohumu ile menopoz dönemindeki kadınlar için fitoöstrojen etki

Yeşillikten sağlanan posa sayesinde kolon kanserine önlem

Sağlıklı beslenmenin çok karmaşık ve zor olduğunu düşünüyorsanız bu tariflerle fikriniz değişebilir. Kolayca hazırlayabileceğiniz renkli tabaklar, bedeninizde birçok pozitif etkiye neden olabilir. Dilerim bu renkli ve dengeli tabaklarınızı sağlıklı, mutlulukla, tadını çıkararak, afiyetle tükettiğiniz güzel günleriniz olur.

- ☐ Büyük bir tabak yeşillik
marul, roka, maydanoz, tere
- ☐ Salatalık, domates, tatlı kırmızı biber
küp küp doğranmış
- ☐ 120 gr karabuğday
haşlanmış olarak yaklaşık 360 gr
- ☐ 200 gr ayıklanmış nar
- ☐ 8 yarım ceviz
mümkünse kabuğu taze kırılmış ve kırılanmış
- ☐ 1 çorba kaşığı keten tohumu
- ☐ 1 adet limonun suyu
- ☐ 1 çay kaşığı sirke

[Çocuklar Mutfakta]

Sürülebilir Çikolata Kreması

*ünlü markaya alternatif

- 120 gr. çiğ fındık ☐
- 300 gr. çikolata (tercihen %60 bitter kakao) ☐
- 3 çorba kaşığı pudra şekeri ☐
- 2 çorba kaşığı Hindistan cevizi yağı ☐
- 1 çorba kaşığı kakao ☐

Hazırlanışı

Fırını 180 dereceye ayarlayın. Çikolatayı ve Hindistan cevizi yağını birlikte benmari usulü eritin. Fındıkları bir tepsiye alıp 10 dakika fırınlayın. Bu işlem fındığın yağının çıkmasını sağlayacaktır. Fındıklar henüz sıcakken, güçlü bir mutfak robotuna ya da doğrayıcıya alarak önce toz olana kadar çekin, sonra da aralıklarla durdurarak çekmeye devam edin. Makine çalıştıkça toz halindeki fındıkların fındık ezmesi kıvamını aldığını göreceksiniz.

Robota, 3 çorba kaşığı pudra şekerini eleyerek ekleyin ve çalıştırmaya devam edin. Ardından 1 çorba kaşığı kakaoyu ilave edin ve son olarak da eritilmiş çikolata karışımını ekleyin. Bu aşamadan sonra artık kaşık ya da spatula ile karıştırabilirsiniz.

Tüm aile güvenle ve keyifle yemeniz dileğiyle.



“Yerseniz”

Ege Kokan Yemekler

'Ege kokan yemekler' demiş Gönenç. Bizce de kesinlikle buram buram Ege kokuyor. Buraların malzemeleri ve teknikleri kullanılarak, bazen akla gelen en basit haliyle, bazense akilane bir yöntemle ama hep sevgiyle yapılmışlar. Gönenç'in yaptığı tariflerin hepsinin de bir öyküsü var.



"Yemek yapmak için az bulunan pahalı malzemeler şart değil, küçük şeylerden büyük tatlar üretmek önemlidir. On üç-on dört yaşında kaptisli bir oğlan çocuğuyken, annem hamı tavayı öylece sofraya koyduğunda, "Hani bunun garnitürü?" diye söylenir, belki sadece bir limon dilimiyle bile mutlu olabilirdim. Annemin o yemeği, o günün ne zor koşullarında yaptığından haberim yoktu.

Bir markete girdiğim zaman, hele büyük olanlarına, bir şey almasam da vaktim varsa bütün rafları gezerim, her şeyi alıp bakar, üstündekileri okurum. Bu şekilde insan bilgileniyor, gördüğü değişik malzemelerden alıp değişik tatlar üretiyor."

Afiyetle okumalar.



Horatius

Elimde olsaydı her karış toprağa
buğday eker gibi kitap ekerdim.

Thomas Kempis

Ben mutluluğu her yerde aradım;
fakat elimdeki küçücük bir kitabı okuduğum
küçücük bir yer dışında, hiçbir yerde bulamadım.

Yeni Nesil Kütüphane

Ekim Ayında Bodrum'da Açılıyor

Kitap Severleri Mutluluğa Bekleriz...

Çırkan Mah. Halide Edip Adıvar Cad. No: 7 48400 (Avenue AVM Arkası) Bodrum / Muğla

m: info@zaibodrum.com t: +90 252 319 18 88

www.zaibodrum.com - www.yeninesilkutuphane.com