

TAHİN VE FASULYENİN UYUM DANSI: ANTALYA’NIN MEŞHUR PİYAZI

Prof.Dr.Oğuz ÖZYARAL, Mikrobiyolog, Koruyucu sağlık Uzmanı, Antalya Belek Üniversitesi, Rektör Yardımcısı

1. Giriş: Antalya Piyazı: Tahinden Gelen Lezzet ve Gastro Kültür Yolculuğu

1.1. Antalya Piyazı Nedir?

Antalya piyazı, klasik piyazlardan farklı olarak tahinle hazırlanan özel bir lezzettir. Antalya mutfağının özgün tatlarından biri olup, genellikle şiş köftenin yanında servis edilir.

1.2. Tarihî Kökeni

Osmanlı mutfağından gelen piyaz, Türkiye’nin farklı bölgelerinde çeşitli yorumlarla hazırlanır. Ancak Antalya piyazı, tahinli sosu ile farklılaşmış ve yerel bir gastronomi mirası haline gelmiştir.



2. Antalya Piyazının Yapılışı

Ana malzemeler haşlanmış kuru fasulye, tahin, sirke, limon, sarımsak, zeytinyağı ve yumurtadır. Tahinli sos, piyaza yoğun bir kıvam ve zengin bir tat katar. Sunumunda genellikle maydanoz ve sumak kullanılır.

2.1. Malzemeler:

- ✓ 2 su bardağı haşlanmış kuru fasulye
- ✓ 3 yemek kaşığı tahin (tercihen Manavgat susamından üretilmiş)
- ✓ 1 diş sarımsak
- ✓ 1 yemek kaşığı üzüm sirkesi
- ✓ 1 adet limonun suyu
- ✓ 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- ✓ 1 çay kaşığı tuz
- ✓ 1 çay kaşığı toz şeker
- ✓ 1 çay kaşığı kimyon (isteğe bağlı)

- ✓ 1 adet **katı haşlanmış yumurta**
- ✓ 1 adet **domates**
- ✓ 1 adet **yeşil biber**
- ✓ Birkaç dal **maydanoz**
- ✓ 1 çay kaşığı **sumak**

2.2.Yapılışı:

- I. **Fasulyeyi hazırlama:** Kuru fasulyeleri bir gece önceden suya koyun ve ertesi gün iyice haşlayın. Fasulyeler yumuşak ancak dağılmayacak kıvamda olmalı.
- II. **Tahinli sosu hazırlama:** Bir kâseye **tahin, limon suyu, sirke, ezilmiş sarımsak, tuz, toz şeker ve kimyonu** ekleyin. Karışımı pürüzsüz bir kıvam alana kadar çırpın. Son olarak **zeytinyağını** ekleyerek iyice karıştırın. (Sos çok koyu olursa az miktar su eklenebilir.)
- III. **Piyazı birleştirme:** Haşlanmış ve süzölmüş fasulyeleri bir kaba alın.Üzerine hazırladığınız tahinli sosu dökün ve nazikçe karıştırın.
- IV. **Sunum:** Servis tabağına aldığınız piyazın üzerine **dilimlenmiş domates, doğranmış yeşil biber ve ince kıyılmış maydanoz** serpiştirin. Üzerine **dilimlenmiş haşlanmış yumurta** ekleyin. Son dokunuş olarak **sumak serpiştirin** ve biraz daha zeytinyağı gezdirin.



3. Antalya Piyazında Kullanılan Tahin ve Manavgat Susamı

Bu piyazın lezzet sırrı, coğrafi işaretli **Manavgat susamından** yapılan taş değirmen tahinidir. Manavgat susamı, yüksek yağ oranı ve aromatik tadıyla diğer susamlardan ayrılır. Geleneksel yöntemlerle üretilen tahin, piyazın karakteristik dokusunu oluşturur.

3.1.Manavgat Susamı: Coğrafi İşaretli Altın Taneleri

I. Manavgat Susamı Nedir?

Manavgat susamı, Antalya'nın Manavgat ilçesinde yetiştirilen, ince kabuklu ve yüksek yağ oranına sahip **coğrafi işaretli** bir susam türüdür. Geleneksel yöntemlerle yetiştirilen bu susam, özellikle **tahin üretiminde** kullanılarak kendine özgü lezzetiyle öne çıkar.

II. Coğrafi İşaretli Olmasının Önemi

Manavgat susamı, Türkiye'nin en kaliteli susamlarından biri olarak kabul edilir. Coğrafi işaret alması, **bölgesel üretim tekniklerinin korunmasını, kalitenin standardize edilmesini ve bu susamın taklit edilmesinin önüne geçilmesini sağlar.**

III. Özellikleri

- ✓ İnce kabuklu ve kolay öğütülebilir
- ✓ Yüksek yağ oranına sahip (yaklaşık %55-60)
- ✓ Kavrulmadan bile lezzetli bir aromaya sahip
- ✓ Tahin üretiminde benzersiz bir kremi kıvam sağlar

3.2. Manavgat Susamı ile Yapılan Tahinin Farkı

Manavgat susamından üretilen tahin:

- ✓ *Daha koyu ve aromatik bir tada sahiptir.*
- ✓ *Yüksek yağ oranı sayesinde akışkanlığı ve parlaklığı mükemmeldir.*
- ✓ *Doğal taş değirmenlerde öğütüldüğünde en ideal kıvamı alır.*
- ✓ *Antalya piyazına yoğun, kadifemsi bir doku kazandırır.*

Üretim Süreci

1. **Ekimi ve Yetiştirilmesi:** Manavgat'ın sıcak ve nemli ikliminde, geleneksel tarım yöntemleriyle yetiştirilir.
2. **Hasat:** Elle veya makinelerle toplanır, taneler ayrılır.
3. **Kurulama:** Güneşte doğal olarak kurutulur.
4. **Öğütme:** Geleneksel taş değirmenlerde tahine dönüştürülerek piyazda kullanılmaya hazır hale getirilir.



Manavgat susamı sayesinde **Antalya piyazının tahini** benzersiz bir lezzete kavuşur. **Bu coğrafi işaretli susam, yalnızca piyazda değil, pekmez-tahin karışımlarında, simit yapımında ve farklı tatlılarda da kullanılır.**

4. Çeşitleri ve Bölgesel Farklılıklar

Antalya'nın farklı ilçelerinde tahin oranı değişebilir. Bazı lokantalarda daha akışkan, bazılarında ise yoğun kıvamlı sunulur. Antalya dışındaki tahinli piyazlarla kıyaslandığında, bu tarif en özgün versiyonlardan biridir.

5. Yapısal özellikleri ve Besin Değeri

Kuru fasulye bitkisel protein kaynağıdır, tahin ise sağlıklı yağlar ve kalsiyum içerir. Yüksek lif oranı sayesinde tokluk hissi verir. Ortalama bir porsiyon, dengeli karbonhidrat, protein ve yağ içerir. Lif açısından zengin olması sindirimi destekler, kan şekerini dengeleyici etkisi vardır. Tahindeki susam yağı, bağışıklık sistemini destekleyen antioksidanlar içerir. Sağlıklı ve besleyici bir alternatiftir.

6. Nasıl Tüketilir?

Geleneksel olarak ızgara şiş köfte ile birlikte sunulur. Yanında turşu, ekme veya soğan eşlik edebilir. Ev yapımı veya restoran versiyonları arasında kıvam farklılıkları görülebilir.



7. Gastro Kültür Açısından Önemi

Antalya mutfağı, Akdeniz'in taze, besleyici ve lezzetli malzemelerini harmanlayan zengin bir mutfaktır. Antalya piyazı, yalnızca bir salata ya da yan yemek değil, **bağımsız bir ana yemek olarak kabul edilen, geleneksel bir lezzettir.** Özellikle tahin kullanımıyla farklılaşarak, bölgenin mutfak kültürüne özgün bir katkı sunar.

7.1. Antalya'da Piyaz Kültürü

Antalya'da piyaz, çoğu zaman **şiş köfte** ile birlikte sunulan bir ana yemektir. Şehirdeki **lokanta ve esnaf restoranlarında** en çok tercih edilen lezzetlerden biri olup, yerli halk kadar turistlerin de ilgisini çeker. **Piyaz ve şiş köfte menüsü**, Antalya'da birçok mekânın vazgeçilmezidir ve yerel halk arasında da günlük öğünlerde sıkça tüketilir.

7.2. Coğrafi İşaretin Gastronomiye Katkısı

Antalya piyazı, **coğrafi işaret tescili** olarak **bölgenin özgün mutfak mirasını koruma altına almıştır.**

Bu tescil:

- ✓ *Taklit ürünlerin önüne geçerek gerçek Antalya piyazının tarifini ve malzemelerini korur.*
- ✓ *Yerel üreticileri destekleyerek Manavgat susamı ve doğal taş değirmen tahini gibi özgün bileşenlerin kullanımını teşvik eder.*
- ✓ *Gastronomi turizmini canlandırarak, şehre gelen ziyaretçilerin bu özgün lezzeti keşfetmesini sağlar.*

7.3.Turistlerin Gözdesi: Antalya Piyazı

Antalya, yaz aylarında milyonlarca turisti ağırlayan bir şehir olarak mutfağıyla da büyük ilgi görür. **Piyaz, yalnızca yerli halkın değil, Antalya'ya gelen yerli ve yabancı turistlerin de deneyimlemek istediği bir lezzettir.** Turistik restoranlar, yerel esnaf lokantaları ve tarihi mekanlar bu lezzeti otantik haliyle sunarak **Antalya mutfak kültürünün tanıtımına büyük katkı sağlar.**

7.4.Modern Gastronomi ve Şeflerin Yorumu

Son yıllarda şefler ve gastronomi uzmanları, **Antalya piyazını modern mutfak teknikleriyle yeniden yorumlamaya başlamıştır.**

- ✓ *Geleneksel reçeteye sadık kalarak farklı sunum teknikleri geliştirilmekte, tahinin yoğunluğu ve kıvamı daha belirgin hale getirilmektedir.*
- ✓ *Bazı şefler, piyazın malzemelerini deforme etmeden fine dining konseptlerinde kullanarak, bu özgün lezzeti uluslararası gastronomi sahnesine taşımaktadır.*

Antalya piyazı, **hem geleneksel hem de modern mutfakta kendine sağlam bir yer edinmiş, coğrafi işaretli bir miras olarak koruma altına alınmış önemli bir lezzettir.** Bu yönüyle, Antalya mutfağının ve genel olarak **Akdeniz mutfak**

8. Sonuç: Antalya Piyazı, Bir Salatanın Ötesinde Bir Kültürel Miras

Antalya piyazı, yalnızca bir baklagil salatası değil, bölgenin **coğrafi kimliğini, tarımsal mirasını ve mutfak geleneğini yansıtan eşsiz bir gastronomik değer**dir. Manavgat'ın coğrafi işaretli susamından üretilen tahiniyle, **kendine özgü kremi ve yoğun kıvamı**, fasulye ile bütünleşerek piyazı bir yan yemekten çıkartıp **başlı başına bir lezzet şölenine** dönüştürmektedir.

Bu özel lezzet, **Antalya'daki esnaf lokantalarından sık restoranlara kadar geniş bir yelpazede** sunularak yerli halkın ve ziyaretçilerin sofralarına konuk olmaktadır. Coğrafi işaret tescili hem piyazın orijinalliğini korumakta hem de **Antalya'nın gastronomi turizminde daha güçlü bir yer edinmesine katkı sağlamaktadır.**

Bugün, şeflerin modern yorumlarıyla dünya mutfağına taşınan Antalya piyazı, **özgün dokusunu ve lezzet karakterini koruyarak yaşatılmaktadır.** Geleneksel tarifine sadık kalınarak pişirilen her tabak, **yalnızca damaklarda değil, hafızalarda da unutulmaz bir iz bırakmaktadır.**

Antalya'ya yolu düşen herkes için **tahinle buluşan fasulyenin uyumu**, sadece bir yemek değil, Akdeniz kültürünün içinde kısa bir yolculuktur. **Bu özgün lezzet, geçmişin mirasını geleceğe taşıyan bir mutfak sanatıdır.**