

## 5. Elinizdeki Değerlerin Tadını Çıkartın

Bundan on beş yıl önce, çok iyi cins üç şişe şampanya almıştım. On beş yıl boyunca da, şampanya patlatmak için büyük bir vesile bekledim. Sonra biri bana şampanyanın çok uzun süre saklandığında bozulabileceğini söyledi. O gece, kutlanacak hiç bir olay olmadığı halde, karım ve ben şişeleri birer birer açtık. Üç şişeden ikisi içilmez halde, üçüncüsü de şöyle böyleydi. Bu bana, kıymetli şeylerin kullanılmadıkları takdirde hiç bir değerlerinin olmadığını gösteren acı bir ders oldu.

Sakladığınız değerli şeyleri bulun ve onları kullanın. Akşam yemeğini çocuklarınıza en iyi porselenlerinize servis yapın. Kilitleyip kaldırdığınız değerli eşyaları ortaya çıkartın. Ve şampanyaları açın!

Yaşamın pek çok özel anları, duyguların doruklara ulaştığı zamanlar vardır. Onları bastırmayın. Anlam verin onlara! Yürüyeceğinize zıplayın. Şimdiye kadar hiç kucaklamadığınız bir arkadaşınızı kucaklayın. Orkestra çaldığında şarkı söyleyin. Çocukluğun o eşsiz özelliğini —her anı yaşama yeteneğini— yeniden kazanın.

READER'S DIGEST'den  
Çeviren: Renan SEZER

## 9000 YILLIK BİR GIDA: BOZA

Halük TURGUT

**D**arı, mısır, piriç gibi hububatların öğütülüp, su katılarak pişirilmesi ve şeker katılarak alkol ve süt asidi fermentasyonlarına bırakılmaları neticesi elde olunan az veya çok kıvamlı içkiye boza denilmektedir.

Boza aynı zamanda biranın da atası sayılmaktadır. Boza için alkol ve laktik asit (süt asidi) fermentasyonu gerekirken ise de (birada yalnız alkol fermentasyonu vardır) yine de en basit bira olarak kabul edilir. Boza ve benzeri içkilerin yapımı M.Ö. 70. asra kadar uzanır, yani 9000 yıllık bir geçmişi vardır. Bugün bile mısır fellahları —yapım teknolojisi değişik olmakla birlikte— "boozah" adını verdikleri içkiyi tüketmektedirler.

Bozaya ait bilgiler ilk olarak Mezopotamya'da bulunmuş ise de, bugün bozanın dünyadaki yayılış sahası Türklerin coğrafi gelişmesi ile ilgilidir. Bugün dünyada boza daha ziyade Türklerin buldukları veya Türk hakimiyetinde bulunmuş ülkelerde aynı veya çok yakın bir adla anılmakta, yapılıp içilmektedir.

Osmanlılar zamanında içki yasakları fermanlarında "Tatar bozması"nın satılması da yasaklanmıştır. Bu, o zamanlar yapılan bozalarda alkolün yüksek olduğunu göstermektedir. (Türkmenistan'da boza alkolünün % 8'e kadar çıktığı bilinmektedir).

Günümüzde boza daha çok kış aylarında tüketilmektedir. Bozanın hem sıhhi, hem gıda değeri vardır. İçindeki süt asidi barsak florasına ve mide salgı işleme olumlu etki yapmaktadır. Ayrıca içindeki nişastayı, şekeri ve az orandaki alkolü unutmamak gerekir.

Boza için ilk önce ham madde hazırlanır, sonra kaynatma işlemi yapılır, soğutulup süzülen sıvıya şeker ve maya katılır ve fermentasyona bırakılır.

Boza ham maddesi olarak darı (akdarı tercih edilir) mısır, piriç, arpa, yulaf, buğday, gernik ve evlerde ekme kullanılmaktadır. Ham maddeler kırma değirmenlerinden geçirilerek, irmik veya bulgur büyüklüğüne kırılırlar.

Kaynatma işlemi için genellikle büyük bakır kazanlar kullanılır. Su ilk önce ısıtılır, sonra 4 - 6 kısım suya 1 kısım hesabı ile irmik katılır. Karıştırma işlemi ile birlikte, yavaş yavaş su alıp şişmeğe - kabarmaya başlayan irmik, sonra kaynar. Bu arada hem madde su çektiğinden, gerekirse kazana sıcak su ilâve edilebilir. Kaynatma işlemi, irmik homojen, parmak arasında pütür yapmayacak şekilde lapa oluncaya biter. Bu ham madde çeşidine göre 5 - 10 saat sürer. Lapa daha sonra soğumağa ve dinlenmeğe terk edilir. Soğuyan koyu mayşeye sonra karıştırarak su ilâvesi ile "inceltilir". Süzme ise çok küçük delikli eleklerle tahta fiçılara yapılır. Büyük işletmelerde süzme, otomatik çalışan ayak şeklindeki ağaç tokmaklarla mayşenin dövülmesi ile gerçekleştirilir. Elek üstünde kalan kısım iyi bir hayvan yemidir.

Süt asidi bakterilerinin ve mayaların fermentasyon yapabilmeleri için ortamda fermente edilebilir şekerin bulunması gerekir. Bu amaçla şekersiz ham bozaya, karıştırarak % 20 - 22,5, sakkaroz (çay şekeri) eklenir. "Şekerli ham boza" bazı işletmelerde 15 - 18 saat kadar dinlendirilir.

Fermentasyon fiçılara yaptırılır, maya olarak bir önce yapılan boza kullanılır. Katılacak mayalık boza miktarı mevsime ve ortam ısısına göre % 2 - 3 oranında değişir. 15 - 25 C°'de 24 saat içerisinde boza içilecek hale gelir. Önce de belirtildiği gibi bozada başlıca iki türlü fermentasyon vardır. Birincisi alkol fermentasyonu olup, bozanın kabarması ve CO<sub>2</sub> gazı habbecikleri görülmesi ile kendini gösterir. Diğer ise, süt asidi bakterilerinin yaptığı laktik asit fermentasyonudur. Kabarma dolayısı ile fiçilar tam doldurulmaz. İçilecek duruma gelen bozada ekşimeyi sınırlamak, fermentasyonu yavaşlatmak üzere soğutma işlemi uygulanır. Boza çabuk tüketilmelidir. Mevsim başında boza olmadığı zaman maya olarak ekşi hamur veya yoğurt kullanılabilir.

Evlerde boza yapmak istendiğinde bayat ekme veya bulgur kullanılabilir. Çarşıdan alınacak hazır boya ve yukarıdaki işlemlerden geçirilerek kolaylıkla yapılır. Kış günlerinde iyi bir boza, tarçın ve sarı leblebinin tadı unutulacak gibi değildir.