

Doğada Bu Ay

Pazara Gidelim!..

Mevsimlerin değişimini en güzel görebileceğimiz yerlerden biri pazar yerleridir. Bakalım pazarlarda hangi mevsim, hangi sebze-meyveler görülebiliyormuş!

Yaz sebze-meyveleri

İlk olarak yaz sebze-meyvelerini hatırlayalım. Böylece, bu sebze-meyvelerin tezgâhlarda nasıl giderek azaldığını gözleyebiliriz. Yazın genellikle bol sulu sebze-meyveler yemeyi tercih ederiz. Bu, sıcağın dolayısı kaybettığımız suyu alabilmenin bir yoludur. Sulu meyve denilince akla ilk gelen karpuz, pazar yerlerinden çoktan ayrıldı. Peki ya kiraz, vişne, şeftali ve kayısı? Sebzelerden patlıcan, bamya, taze fasulye tezgâhlarda kaldı mı? Bu sebze-



meyveleri pazarlarda hâlâ görebiliyor musunuz?

Yaz sonu sebze-meyveleri

Yaz mevsiminin sonunda, havalar biraz serinlemeye başlar. Kızılçık, mürdüm eriği, üzüm, armut, ceviz ve fındık pazarlarda yerini bulur. Artık kışa hazırlık zamanıdır. Salçalar kaynatılır, tarhanalar kurumak üzere serilir, reçeller





güneşte demlenir. Sonbahar ve kışın domates yerine salça kullanılır; enerji versin diye reçeller yenir; yaz sebzelerini kışın da yiyebilmek için turşu kurur.

Sonbahar sebze-meyveleri

Yazın serinlemek için içtiğimiz buz gibi limonatanın yerini artık sıcak içecekler almaya başladı. Çorba, yeniden soframızın vazgeçilmezi oldu. Domates, şeftali, üzüm, yerlerini yavaş yavaş pancar, balkabağı, lahana, havuç, pırasa ve çok sevdiğimiz kestaneye bırakıyor. Ispanak ve pazıyı da pek yakında pazarlarda görebileceğiz. Bu mevsim ayva ve armudun tadını çıkarabiliriz. Bu saydığımız sebze-meyvelerin kaçını pazarda görmeye başladınız?

Kış sebze-meyveleri

Kışın havalar soğuktur. Bu mevsimde çoğunlukla pancar, turp, havuç, kereviz gibi toprağın altında yetişen sebzeler



Pazarda bu kuru patlıcan gibi kurutulmuş sebze-meyveler de bulmanız mümkün.

yenir. Ispanak, pazı, lahana gibi toprak üstünde yetişen sebzeler de bulunabilir. Baklagiller; kuru fasulye, barbunya ve mercimek daha bol satılır. Bu mevsimde hastalanmamak ve vücudumuzu güçlendirmek için portakal, mandalina, greyfurt, limon yeriz ve bu sayede bol C vitamini alırız.

İlkbahar sebze-meyveleri

Sonbahara girdiğimiz bu günlerde ilkbahar bize çok uzak gibi geliyor. Yemeyi yeni bıraktığımız baharlık sebze ve meyveleri 2008 yılında yine pazarlarda bulacağız. Bezelye ve bakla gibi kış yemekleri, yerlerini yeniden hafif yemeklere bırakacak. Taze soğan, taze sarımsak, maydanoz, dereotu, fesleğeni ilkbaharda yine taze taze yiyebileceğiz.

Yazı ve Fotoğraflar: Burcu Meltem Arık
burcu.arik@gmail.com

