

JALE BALCI & MÜGE NEBİOĞLU

DERİN KÖKLERİN MEYVESİ

zeytin yağı



Remzi Kitabevi

DERİN KÖKLERİN MEYVESİ

zeytin
yağı

DERİN KÖKLERİN MEYVESİ ZEYTİNYAĞI
Jale Balcı & Müge Nebioğlu

© Remzi Kitabevi, 2022

Her hakkı saklıdır.

Bu yapıtın aynen ya da özet olarak
hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin
yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

Yayına hazırlayanlar: Ömer Erduran, Nezahat Arslan

Fotoğraflar: Hande Göksan

Tasarım: Bilgesu Parmaksız

Styling & Prodüksiyon: Jale Balcı

İllustrasyon & Çizimler: Duygu Lougée

ISBN 978-975-14-2091-6

Birinci basım: Nisan 2022

Kitabın basımı 3000 adet yapılmıştır.

Remzi Kitabevi A.Ş., Akmerkez E3-14, 34337 Etiler-İstanbul

Sertifika no: 10705

Tel (212) 282 2080 Faks (212) 282 2090

www.remzi.com.tr post@remzi.com.tr

Baskı ve cilt: Seçil Ofset, 100. Yıl Mah., Matbaacılar Sitesi

4. Cad. No: 77 Bağcılar-İstanbul

Sertifika no: 44903 / Tel (212) 629 0615

JALE BALCI & MÜGE NEBİOĞLU

DERİN KÖKLERİN MEYVESİ

zeytin yağı

FOTOĞRAFLAR: HANDE GÖKSAN



Remzi Kitabevi



Zeytin ağacı.

Tanrı'nın insanlığa hediyesi,
merhametinin ve sarsılmaz
sevgisinin sembolü.



Kutsal kitaplardaki yazılar bize,
yaşam koşulları ne olursa olsun
Tanrı'nın huzurunda
sağlam durmamız
gerektiğini hatırlatır.



Tıpkı zeytin ağacı gibi...



İÇİNDEKİLER

Önsöz	7
Ölümsüz Zeytin Ağacı	9
4000 Yıllık Kültür Mirası	13
Kadim Ağacın Tarihi	17
Akdeniz'den Dünyaya: Dünyada Zeytin & Zeytinyağı	21
“Cennetten Bir Hediye”	25
Zeytinyağı Yolculuğu Baharda Başlar... ..	35
zeytin oluşumu, 37; çiçeklenme, 39; meyve verme, 41	
Mevsimler Değişirken: Hasat Vakti	43
zeytin hasadı, 45; erken hasat, 49; olgun hasat, 55	
Geçmişten Günümüze: Zeytinyağını İşleme	59
zeytinyağını işleme, 61; üretim sonrası saklama & depolama, 65	
Zeytinyağı Uzmanı Müge'den Zeytinyağı ve Tadım Hakkında Her Şey	67
zeytinyağı tadımı, 69; zeytinyağı tadım rehberi, 70	
Sofralık Zeytin.....	89
sofralık yeşil zeytin, 91; sofralık siyah zeytin, 93	
Jale Şef'ten.....	95
Nitelikli & Kusursuz Zeytinyağıyla Jale Balcı Tarifleri	101
Zeytinyağının Sağlığa Faydaları.....	217
Butik Üreticilerimizle Zeytinyağı Rotası.....	227
butik zeytinyağı üreticilerinin ülke için değeri, 267	
Kaynakça	271
Sözlük	273
Teşekkürler... ..	279



önsöz

DERİN KÖKLERİN MEYVESİ ZEYTİNYAĞI kitabını yazmaya başlamamın birçok sebebi var.

Tüm kutsal kitaplarda yer alan bu cennet meyvesi, gereken ilgi ve değeri maalesef görmüyor. Oysa nitelikli, kusursuz ve kaliteli zeytinyağının önemi, şifası altın değerinde. Boşuna sıvı altın denmemiş...

Bir gün katıldığım bir zeytin hasadında, oradaki pek çok gurme ve yazarın tadım ve yemekten sonra hemen ayrılmasının ardından, sevgili Müge'yle tanışma fırsatını buldum. İkimizin de ortak kanısı, hayran olduğumuz zeytin meyvesinin hayatlarımıza, gastronomiye, turizme ve ülkemize katacaklarının yeterince bilinmediğiydi.

Zeytinyağı doktoru Müge ve ben daha kaliteli ve daha doğru zeytin ve zeytinyağı kullanımına aracılık edebileceğimiz bir kitap yazma fikri ve hayaliyle ayrıldık. Pandemi dönemi bu fikri tekrar uyandırdı. Daha fazla gecikmek istemedik. Bu işe bizim gibi tutkuyla bakan yerel zeytin ve zeytinyağı üreticilerinin birçoğu projeye gönülden destek verdi. Ve bir ilk gerçekleşti; birbirine normalde rakip olan bu üreticiler, ortak bir amaç uğruna bir araya geldiler. Yaklaşık bir buçuk yıl boyunca Bursa'dan Altınözü'ne kadar bir rota çizerek tüm katılımcılarımızın bahçelerini, fabrikalarını gezdik. Zeytin ağacının, çiçeklenmesinden meyve vermesine, zeytin hasatından zeytinyağının doğumuna kadar tüm aşamalara şahitlik ettik. Gördük, tattık ve anladık ki Türkiye zeytin ve zeytinyağı cenneti.

BİLİYORUM Kİ BU KİTAP zeytin ve zeytinyağına bakış açınızı değiştirecek!

Benim zeytinyağıyla olan hikâyem öncelikle mesleki olarak kimyasıyla başlamıştı. Sonrasında bir ilanla hayatıma giren duyuşsal analiz eğitiminin ardından zeytinyağının insanı tutkuyla kendine bağlayan ve bırakmayan bambaşka bir yanı olduğunu keşfettim. Bu tutku öyle farklıydı ki zeytinyağı dünyanın neresindeyse kendimi orada buluyordum. Zeytinin farklı kültürü, farklı ambiyansı ve kendine has çok farklı özellikleri olduğunu ama peşindeki insanların dili, ırkı ne olursa olsun aynı tutkuyu taşıdıklarını gördüm.

Ve bir hasat festivalinde Sevgili Jale ile gastronomide zeytinyağının nasıl kullanılması hakkında sohbet ederken bunun sadece ikimiz arasında kalmaması konusunda hemfikir olduk. Bir kitap yazma önerime Jale de kayıtsız kalmadı. O zaman yine bir kitap çalışması olan Jale; kitabı yayınlanır yayınlanmaz tüm çalışkanlığıyla, *"Hadi zeytinyağı hakkında bir başucu kitabı yazalım,"* dedi. Bizim gibi düşünen, nitelikli üreticilerle gönül bağı kurarak bir araya geldik ve bu uzun yola koyulduk. Bu yolculukta yanımızda olan tüm üreticilerimiz bahçelerini, fabrikalarını, yüreklerini içtenlikle açarak bizi ağırladılar. Doğru zeytinyağı nasıl olmalı, neleri doğru neleri yanlış biliyoruz sorularına yanıt vermek için bizimle birlikte çok çalıştılar. Herbirine ayrı ayrı teşekkürü borç bilirim.

Bugün bu kitabı elinize aldığınızda bizim gibi keyifli bir yolculuğa başlayacağınıza ve bu yolculuğun hayatınıza çok anlam katacağına inanıyorum.

jale balcı

müge nebioğlu





ölümsüz zeytin ağacı

Antik Yunan, Roma, Yahudi, Hristiyan ve İslam kültürlerinin hepsinde zeytin ağacına yer verilmiş. İnsanların hayat mücadelesine bereket, barış, besin, ısı ve ışık kaynağı olarak ne büyük katkılar sunduğu mitolojide, yazıtlarda ve tüm kutsal kitaplarda uzun uzun anlatılmış.





taze kekikli keçi peyniri ezmesi

8 kişilik

MALZEMELER

250 g	Keçi peyniri
2 yemek kaşığı	Krem beyaz peynir
2 yemek kaşığı	Labne peyniri
1 yemek kaşığı	Tereyağı, yumuşamış
3-4 dal	Taze kekik, ince kıyılmış
	Servis için
2 adet	Pancar, büyük boy
	Erken hasat zeytinyağı
	Ceviz

HAZIRLAMA & SERVİS

Fırını 200 dereceye ısıtın.

Pancarları soyun, yıkayın, kurutun. Zeytinyağıyla fırçalayın. Isıtılmış fırında 1 saat kadar pişirin. Ara ara kontrol edin.

Peynirleri ve tereyağını bir kâsede ezerek karıştırın.

Ezmeyi streç folyoya koyup ince rulo halinde sarın. 1 saat kadar buzdolabında dinlendirin.

Streç folyoyu açın, ezmenin etrafını incecik kıyılmış taze kekikle kaplayın sonra tekrar 1 saat buzdolabında bekletin.

İster rulo şeklinde, ister ince ince dilimleyerek servis tabağına koyun. Üzerine erken hasat zeytinyağı gezdirdiğiniz dilimlenmiş pancar ve cevizle servis edin.

Not: Keçi peynirinin etrafını farklı baharatlar, otlar veya kuruyemişlerle kaplayabilirsiniz. Mesela dereotu, ceviz, antep fıstığı tozu gibi.



deniz mahsüllü pazı sarma

6-8 KİŞİLİK

MALZEMELER

200 g	Ahtapot, <i>haşlanmış, ince doğranmış</i>
200 g	Çim çim karides, <i>kavrulmuş</i>
100 g	Kalamar, <i>ince doğranmış</i>
400 g	Karışık renkli kinoa, <i>haşlanmış</i>
1 demet	Pazı yaprağı, <i>ayıklanmış, yıkanmış</i>
1 adet	Soğan, <i>küçük boy</i>
2 dal	Taze soğan, <i>ince doğranmış</i>
2 yemek kaşığı	Dereotu, <i>ince doğranmış</i>
2 yemek kaşığı	Maydanoz, <i>ince doğranmış</i>
3 yemek kaşığı	Kapari, <i>ince doğranmış</i>
3 yemek kaşığı	Zeytin, <i>ince dilimlenmiş</i>
2 yemek kaşığı	Kişniş, <i>ince doğranmış</i>
3 diş	Sarımsak, <i>ince doğranmış</i>
½ adet	Limonun suyu
5 yemek kaşığı	Olgun hasat zeytinyağı
	Tuz
	Karabiber

Pişirme suyu için

½ çay kaşığı	Acıso
3 yemek kaşığı	Erken hasat zeytinyağı
1 adet	Domates (<i>iri boy</i>), püresi suyu veya
1 tatlı kaşığı	Domates salçası
	Su
	Tuz

HAZIRLAMA & SERVİS

Pazı yapraklarının dallarını kesin. Kaynar suda 10 saniye tutup çıkarın. Bir kenara alın.

Soğanı zeytinyağında kavurun. Pembeleştirmeden deniz mahsüllerini, yeşillikleri, limon suyunu ve kinoayı ilave edin, hafif karıştırın. Ocaktan alın.

Hazırladığınız içi, pazı yapraklarına koyun ve rulo yaparak sarın. Bir tencereye düzgün yerleştirin.

Pişirme suyu malzemesini bir kaptaki karıştırın.

Sarmaların üstünü kapayacak kadar pişirme suyu ekleyin ve tencereyi ocağa koyun. Kapağı kapalı olarak, kısık ateşte pişirin.

Sıcak servis edin.

Zeytin ağacı,

Tanrı'nın insanlığa hediyesi,
merhametinin ve sarsılmaz
sevgisinin sembolü.



© jaleblc | jalebalci.com

ISBN 978-975-14-2091-6



9 789751 420916