



MAGAZINE

ORGANİK • DÜZENSİZ • ZAMANSIZ • BAĞIMSIZ • DERGİ



- Ayın dosyası: Tohum • Tohum Meselesi Üzerine / Ferdan Çiftçi
- Kurda... Kuşa... Aşa... / Neptün Soyer • İzmir'in Yeni Akdenizlisi: Litany
- Litany Manifesto • Şimdi Moda Siyez Buğdayı



Ayın Dosyası: TOHUM

Tohum mevzusunda kafamız hayli karışık. Sorular kadar bilgi kirliliği de hayli fazla. Genetiğiyle oynanmamış, kimyasal maddelere maruz kalmamış, nesilden nesile aktarılabilen yerli tohumumuza ne oldu? Üretimi yasaklı mı?

GDO'lu tohum, hibrit tohum ne, nedir bu tohum takas işi? Bunun da şenliği mi olurmuş? 'Gen kaçışı', 'tohum gen bankası' nedir, fikir babası kimdir? İsrail'den gerçekten tohum yerine hastalık mı ithal ediyoruz? Dev şirketler gerçekten açlığı önlemek peşindeler mi yoksa amaç tekelleşmek mi?

Bu derginin 3-5 sayfasında tüm bunlara açıklama getirmeyi vaat edemeyiz elbet ama az da olsa bir bilgi ve fikir sahibi olmak, akıllarda biraz daha soru işareti uyandırmak istedik, umarız ilginizi çeker; buyurunuz...

GDO'lu tohum ile başlayalım:

GDO'lu tohum biyolojik yöntemler kullanılarak laboratuvar ortamlarında üretilen tamamen yapay bir tohum çeşidi. Mevsim koşullarından etkilenmeyen, böceklerle ve hayvanlara karşı dayanıklı ve raf ömrü

uzun. Ekildiği toprağı kimyasal kalıntısı ile uzun vadede verimsizleştiriyor. Yeşil devrim adıyla lanse edilen ve açlığı önlemek amacıyla yapılan araştırmalar sırasında bulunan bu yöntemle -çokça da tükettiğimiz ve tamamen sağlığa zararlı- sebze, meyve, buğday, mısır üretiliyor. İnsan sağlığı kadar ekosistem için de zararlı.

Hibrit tohuma da bir göz atalım:

Hibrit tohum aynı türe ait bitkinin genetik bakımından kendisiyle yakın akraba olmayan bir başka bitki ile



Svalbard tohum deposu

tozlanması yani melezenmesi ile elde ediliyor. Bildiğiniz yapay dölllenme bu. Elde edilen tohum hastalık ve zararlılara, sıcağa ve soğuğa karşı dayanıklılığı, raf ömrünün uzunluğu ve yüksek verim sağlaması gibi sebeplerle üretimde tercih ediliyor.

Özellikle küreselleşen dünya pazarında yer edinmeye çalışan irili ufaklı sebze meyve ihracatçıları, üreticileri kısa sürede yüksek verim alacağı, koku, renk ve şekil olarak ürün standardı belli bu hibrit tohumlara yönlendirmeye çalışıyor. Bu hibrit tohumları evet, bilgi ve teknolojinin bir ürünü ancak tek kullanımlık. Yani kurutulup çekirdekleri tohum olarak yeniden kullanılamıyor. Yerli tohumların aksine üreticiyi bu tohuma bağımlı hale getiriyor. Yaygın olarak kullanıldığında yerel çeşitlerin piyasadan çekilmesine neden olabileceği düşünülüyor. Ve de vitamin ve mineraller bakımından zengin olmadığından tohum ıslahına gerek duyuluyor, bu da toprağa ilaç ile zarar verilmesi, dolayısıyla eko sistemin zarar görmesi anlamına geliyor.

Buraya kadar okuduklarımızdan anladığımız kadarıyla ne varsa yerel tohumda var, onu korumamız lazım. Bunun yolu da "Tohum Gen Bankası". Mevcut tohum genetiğini korumak, genetik çeşitliliği arttırmak, özel genlere sahip hücre ve organizmaları koruma altına almak, salgın hastalık, açlık gibi durumlarda yararlanmak gibi amaçlarla kuruluyor bu bankalar. Örneğin, Norveç'in kuzeyindeki bir adanın yer altında bulunan Svalbard tohum deposu milyarlarca bitki tohumuna ev sahipliği yapıyor. Ülkemizde 2010 yılında Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'nın Ankara Yeni Mahalle yerleşkesinde açılan tohum bankası dünyanın üçüncü büyük bankası!

Son olarak, bir de organik sertifikalı tohumlar var ki, bu tip ürünlerde zirai zehir, kimyasal gübre vs. kullanılmıyor.

Diğer sorular için derginin ilgili sayfalarına doğru ilerlememiz gerekiyor ancak... Yorumlarınıza yardımcı olacaktır diyerek şu bilgileri de buraya bırakmış olalım:

- Dünyada herkese yetecek kadar gıda mevcut, ancak 1,8 milyar insanın gıdaya erişimi yetersiz, 800 milyon kişi gece aç uyuyor!
- Her gün açlık ve ilgili sebeplerle 25.000 kişi (saniyede 4 kişi) hayatını kaybediyor!
- 2 milyar insan obez!
- Çok uluslu şirketler zirai ilaç pazarının % 75'ine hakim!
- İlk 10 şirket tohum piyasasının % 63'üne sahip!
- Almanya'nın ilaç devi Bayer tohum ve tarım ilaçları üreticisi ABD kökenli GDO'lu tohum devi Monsanto'yu 66 milyar dolara satın aldı. Bu satış sonrası Bayer dünyanın ilaç ve tohum tekeli haline geldi!

Sağlıklı günler dileklerimizle...

TOHUM MESELESİ ÜZERİNE

Ferdan ÇİFTÇİ / TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası İzmir Şube Başkanı

Türkiye üç bini endemik, 13.000 bitki çeşidine ev sahipliği yapan farklı ve zengin ekolojik yapısı, farklı toprak çeşitleri ile, polikültür tarım yapılan önemli bir tarım ülkesidir. Bu kadar zengin çeşitliliğe sahip tarım yapısı, ne yazık ki son yıllarda uygulanan yanlış tarım politikaları nedeniyle çiftçisinin kazanmadığı tüketicisinin tarım ürünlerine uygun fiyatlarla erişemediği bir ülke durumundadır.

Tarımsal üretimin yapılabilmesi için uygun ekolojik koşullar, su, uygun toprak yapısı ve tabii ki tohum gereklidir. Tohum sadece bitkisel üretimin değil hayvansal üretimin vazgeçilmez girdisidir ve tarımsal üretimin başlangıç materyali olarak son derece stratejik bir öneme sahiptir.

Tohum varsa tarımsal üretim var, gıda var. Elimizde tohum varsa ilaç gübre vb diğer girdileri kullanmadan az ya da çok üretim yapabiliriz. Ancak tohum yoksa hiçbir şekilde üretim yapamayız. Bu nedenle **“Tohum Yasamdır”. Tohuma sahip çıkmak yaşama sahip geleceğe sahip çıkmaktır.**

Bu nedenle tohumculuk politikaları bir tarım politikası olması yanı sıra aynı zamanda bir bağımsızlık politikasıdır. Bu yüzden tohumculuk son yıllarda tarım ve gıda alanında en fazla konuşulan konuların arasında gelmektedir. Bu hem

uluslararası ilişkiler, dünya ticareti düzeyinde olduğu, ulusal düzeyde de dışa bağımlılık, yerli ve yabancı tohumlar, verimlilik gibi farklı tartışmaların yaşandığı bir alan durumundadır. Bu tartışmalar son yıllarda yurttaşların da ilgi alanına girerek genişlemiştir. Bu Özellikle biraz sonra aşağıda açacağımız şekilde GDO, Hibrid gıda sağlık tartışmaları düzleminde yer bulmuştur. Bu çerçevede içerisinde bu metinle bazı sorulara yanıt bulmaya ve görüşlerimi paylaşmaya çalışacağım.

Türkiye tohumculuğunun serüveni:

Türkiye’de 1930’lu yıllar tohumun öneminin öne çıkarılarak araştırma çalışmalarının başlatıldığı yıllar olarak bilinmektedir. Daha sonraki yıllarda araştırma kuruluşlarında ülkemiz şartlarına uygun çeşitler geliştirilerek özellikle hububat tohumluğu üretiminde 1950 yılında 5433 sayılı yasa kurulan Devlet Üretim Çiftlikleri devreye sokularak Türk çiftçisinin kaliteli tohum kullanması hedeflenmişti. Uzun yıllar Devlet üretme çiftlikleri ve araştırma enstitüleri ile tohumluk üretiminde bir ilerleme sağlanmıştır. 21.8.1963 tarihinde 308 No.lu Tohumlukların Tescil, Kontrol ve Sertifikasyonu Hakkında Kanun çıkarılmış ve tohumlukta sertifikasyon sistemine geçilmiştir. Dünyadaki liberal ve neoliberal politik gelişmelere paralel olarak

1980 24 Ocak kararları etkisini bu alanda da göstermiş. Devlet tohumculuktan çekilirken özel sektör hakim konuma gelmiştir. Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı’nın verilerine baktığımızda tohum sektörünün ağırlığını oluşturan sebze, patates, mısır ve ayçiçeği tohumluğunda özel sektörün payı %100’e, buğdayda %70’lere ulaşmıştır. Bu bazı çevreler tarafından tohumculukta gelişme olarak gösterilmektedir. Bu hatalı bir görüştür. Çünkü evet, özel sektörün payı yükselmiş ancak tohumlukların yerli üretimlerinde yeterince bir iyileşme olmaması bazı tohumluklarda tamamen dışarıya bağımlı hale gelmiştir. Tohumculuğumuz ve gen kaynaklarımız çok uluslu şirketlerin hakimiyeti altına girmiştir.

Bugün parasal değer açısından baktığımızda tohumlukta 2016 verilerine göre 202.127.000 \$ ithalat 153.449.000 \$ ihracatla ithalatçı durumdayız. Bu sebze 22.433.000 \$ ihracat, 111.380.000 \$ ithalat, mısırdaki 17.787.000 \$, 30.058.000 \$ ihracat, ayçiçeğinde 13.260.000 \$ ithalat 73.399.000 \$ ihracat iken, patatada 19.286.000 \$ ithalata karşılık ihracatımız yoktur.

Burada dikkat çekici konu mısır ve ayçiçeğinde ihracatımızın ithalatımızdan fazla olmasıdır. Ne yazık ki buna salt rakamsal

değer olarak bakarsak yanılırız. Çünkü bu ihracat miktarının tamamı yabancı menşeli tohumluklardır. Bunlar ana materyali yurt dışından getirilerek Türkiye sınırları içerisinde OECD sertifikasyon sistemi dahilinde üretilip tekrar yurt dışına ihracı yapılan tohumluklardır. Yani tasevon üretimdir. Tohumlukların sahibi çok uluslu şirketlerdir.

Neoliberal politikalar 2000'li yıllarda hız kazanarak devam etmiş ve bunun gereği olarak AKP iktidarı buna uygun mevzuat düzenlemelerini yapmıştır. Bu çerçevede 2004 yılında yeni bitki çeşitlerine ait ıslahçı haklarının korunmasına ilişkin kanun 8 Kasım 2006 tarihli resmi gazetede yayınlanarak 5553 sayılı tohumculuk kanunu devreye girmiştir. Bu mevzuatlarla evet daha verimli çeşitler devreye girmiş ancak dışarıya bağımlılığımız artmıştır. Özellikle 5553 sayılı tohumculuk kanunu ile Türkiye Tohumcular Birliği ve alt birliklerin kurulması gerçekleştirilmiş ve tohumda özellikle çok uluslu şirketlerin hakimiyeti artmıştır. Ziraat Mühendisleri Odası'nın o dönemki itirazları dikkate alınmamış o gün odaya karşı çıkanlar bugün o uyarılarımızın ne kadar haklı olduğunu yaşayarak acı bir şekilde tecrübe etmişlerdir. Bu yasanın devreye girmesi ile sertifikasyon sistemine girmemiş tohumların ticareti yasaklanmıştır. Bundan en fazla yerel çeşitlerimiz ve ürettiği ürününden tohum ayırarak bunu komşularına satan küçük çiftçilerimiz etkilenmiştir

GDO ve hibrit tohumlar:

Dünyada tarım ve gıdanın önemine paralel olarak tohum stratejik önemi de artmıştır. Bu artış yukarıda da söylediğimiz gibi tohumluklarda çok uluslu şirketlerin bu alanda hakimiyeti sonucunu doğurmuştur. Bu hakimiyet özellikle yabancı döllenmiş çeşitlerde hibrit tohumlar ve 1980'li yıllardan yaşamımıza giren genetiği değiştirilmiş organizmalardan elde edilen tohumlarla derinleşmiştir. Hibrit tohumlar bir bağımlılık ilişkisi yaratmasına rağmen bizim de reddemediğimiz bir üretim tarzıdır. Burada yapılması gereken yerli hatlarımızın geliştirilmesidir. Ayrıca yerel çeşitlerimiz hastalık ve zararlılar açısından yapılan kontroller sonucunda özgürce alınıp satılabilmelidir.

Açlığa çare gibi ulvi bir konunun arkasına sığınarak ortaya çıkarılan Genetiği Değiştirilmiş Tohumlar (GDO) ise asla açlığa çare değildir. Ziraat Mücadele kimyasalları kullanımını azalttığı öne sürülse de, insektisitlerde (böcek öldürücüler) evet bir miktar azalma sağlarken herbisitlerde (ot öldürücüler) artışa sebep olmuş ve toplamda kullanılan kimyasal miktarı artmıştır. Gen kaçışları ile biyolojik çeşitlilik için son derece tehlikelidir, bunun yanında tartışmaları sürse de sağlık risklerini de içinde barındırdığı (bazı çevreler tarafından kabul edilmese de) artık bilinmektedir. Bu nedenle dünyanın da Türkiye'nin de Genetiği Değiştirilmiş Tohumlara (GDO) ihtiyacı yoktur. Biyoteknolojiye

evet GDO'lara hayır. Türkiye'de mevcut yasalara göre GDO'lu tohum üretimi yoktur. İnsan gıdası olarak da Türkiye'ye girişi ve kullanımı yasaktır. Ancak hayvan yemi olarak kullanılmak üzere Biyogüvenlik Kurulu tarafından verilen izinlerle ithalatına izin verilmektedir.

Kamuoyunda hibrit tohumlar ve genetiği değiştirilmiş tohumlar aynıymış gibi kullanılmaktadır. Bunlar yukarıda bahsettiğimiz gibi birbirinden çok farklıdır. Tek ortak yanları bağımlılık ilişkisi yaratmalarıdır.

İsrail tohumlarını mı kullanıyoruz?

Kamuoyunda dillendirilen ve adeta bir şehir efsanesine dönüşen İsrail tohumlarını kullandığımız görüşüdür. Ekonomi bakanlığı verilerine göre 2015 yılı itibarıyla ülkemizin en fazla tohumluk ithal ettiği ülkelerden ilk sırayı 28 milyon dolarlık değeri ile toplam tohumluk ithalatının %14,6'sının yapıldığı Fransa, 2'nci sırayı 24,8 milyon dolar ve %13 pay ile Hollanda, 3'üncü sırayı 18,9 milyon dolar ve %9,8 pay ile ABD almaktadır. İsrail bu sıralamada 11,056 milyon dolar ve %5,7'lik pay ile Çin'in ardından 8. sırada yer almaktadır. Yani İsrail tohumları meselesi biraz şehir efsanesidir.

Sonuç olarak tohum üzerine söylenecek daha fazla söz var. Ancak bizim burada son sözümlü; "Tohum yaşamdır. Yaşam Patentlenemez. Yaşamımıza ve geleceğimize sahip çıkmalıyız."



TEPEKULE
ÖZEL GÜNLER SALONLARI

www.tepekuleizmir.com



İş dünyasına
kokteyl, banket ve organizasyon çözümleri
İzmir'in yükseleni Tepekule'den...



Kurda... Kuşa... Aşa...

Neptün SOYER



Anadolu'nun kadim deyişlerindedir. Bağa, bahçeye, tarlaya ekilen tohumun, sadece insan için olmadığını, tüm doğa için olduğunu kısaca ifade eden, müthiş bir söz.

Doğanın sahibi değil, sadece bir parçası olduğumuzu, ona daha fazla saygı duymamız gerektiğini biz aç gözlü 21. Yüzyıllılara hatırlatan muazzam bir söz. Ürettiğimiz her şeyde hepimizin payı olduğu gerçeğini hatırlatır.

"BİR ŞAİR, BİR CAN, BİR VASİYET, TOHUMCULUK"

Sene 1991, bir şair, yerel tohumu dert etmiş. Güzel Yücel, babası Can Yücel ile ilgili anılarından bahsederken, "tohum bankası" fikrinin nasıl ortaya çıktığını şöyle anlatır;

Babamın hiçbir zaman çalışma odası olmadı, evde mutfakta veya kahvede ya da meyhanede yazardı.

Kahvede köylüyle oturup sohbet ederdi. Tarımdan, politikadan, sanattan konuşurdu. Sonra topladıklarıyla şiiirlerini yazardı. İthal tohum furyasında çiftçilerin yakınmasını dinlerdi. O ara bankalar hortumlanıyor, kapanıyordu. İşte o günlerde babam, "paranın bankası var da, tohum bankası niye yok? Bir tohum işine el atsak, bir tohum bankası kursak" diye bizimle dertleşirdi.

Sene 1983 özel bir kararnameyle tohum fiyatları serbest bırakıldı. Sene 1984 başka bir özel kararnameyle tohum ithalatı serbest bırakıldı. Sene 1985 yine özel bir kararnameyle özel sektör tohumculuğu teşvik edildi. 2006 yılında TBMM'de AB yasalarının içine konularak, hızlı bir şekilde 'tohum yasası' çıkarıldı. Yasaya göre; Bitki çeşitlerinin tescili, üretim izni ve standart tohumluk çeşit kaydı ile genetik kaynaklarının kütüğe kaydedilmesi bakanlık tarafından yapılır. Özel üretim sınırları içerisinde bakanlıkça izin verilmeyen, tohumluk veya bitkisel ürün yetiştirilemez. Yurt içinde

sadece kayıt altına alınmış çeşitlere ait tohumların ticaretine izin verilir.

Bu yasayla hiçbir şekilde üreticiler tohumlarını veya bunlardan ürettikleri fidelerini satamazlar!

Sene 2017 mısır tohumundan, buğday tohumuna, biber tohumundan, soğan tohumuna kadar aklınıza ithal ediyoruz. Dünya tohum ticaret piyasasının yüzde 57'sini sadece 10 şirket elinde tutuyor. Bu 10 şirket aynı zamanda, tarım ilacı üreticisidir. Büyük bölümü kanser ilacı üretmekte. Öylesine bir zincir kurulmuş ki, size tohumu veriyor, ondan sonra o tohum büyüsün diye kimyasal almak zorunda kalıyorsunuz. Kimyasal veriyorsunuz, bu kez kanser hastası oluyorsunuz. Yine gidip ondan kanser ilacı alıyorsunuz. Böylesine dramatik bir hegemonya!

"BİR ŞAİR, BİR CAN, BİR VASİYET, TOHUMCULUK" Panelinde, Dağca'da, konuşmacı olan Seferihisar Belediye Başkanı Tunç Soyer,



Can Yücel'in ailesinden aldığı izinle, 2011 yılında Seferihisar'da Can Yücel Tohum Merkezini kurdu. Türkiye'nin Cittaslow başkenti Seferihisar, ilkini 5 Şubat 2011 yılında düzenlemiş olduğu Tohum Takas Şenliğinde elde ettiği onlarca yerel tohumun üretimini gerçekleştirdiği, Can Yücel Tohum Merkezinde, kurulduğu günden bu yana

çalışmalarını aralıksız sürdürüyor. Türkiye'nin her yerinde yapılan tohum takaslara katılım da sağlıyor.

2017 tohum takas etkinliğinde daha önce tohum takaslarla elde edilerek, çimlendirilen tohumlarla üretilen 100 bin fidenin tohum takasa gelen üreticiye dağıtımı yapıldı. Tohumu gizli bölmelere saklayarak ya da onların

genleriyle oynayarak, kodlayarak değil "Tohumun bankası topraktır" diyerek üretmeyi ve daha fazla tüketici ile buluşturmayı hedefleyerek...

Parayla değil ama takasla tohumumuza sahip çıkabiliriz. Satamazsın diyorum yasa, takas edemezsin demiyor ki!
Ver domates tohumunu, al patates tohumunu!..



Her yemek bir şölendir!

Adını ünlü Yunanlı müzisyen Mikis Teodorakis'in aynı adlı albümünden alan Litany restoran, bundan 3 yıl önce Manisa Organize Sanayi bölgesinde "Manisa'nın Akdenizlisi" sloganı ile hizmete girmiş idi.

Güçlü menüsü, güler yüzlü kadrosu ve müşteri memnuniyetini hedef alan hizmet anlayışıyla kısa zamanda Manisa'nın en beğenilen mekanlarından biri haline geldi.



120 kişi oturma kapasiteli olan ve 12:00 - 24:00 saatleri arasında hizmet vermekte olan Litany Ristorante, havuz kenarındaki konumuyla, özellikle akşam yemeklerinde sık sık İzmir'e gitmek eğiliminde olan Manisalılar için iyi bir seçenek olmayı hedefliyor.



Şef Nicola Saraceno

Şimdi de İzmir'de...

Litany şimdi artık İzmirliilerin yakından tanıdığı İtalyan Şef Nicola Saraceno öncülüğünde, Tepekule Kongre Merkezinin çatı katındaki A7 Şehir Kulübü'nde!

Ege ve Akdeniz lezzetlerinin sunulduğu Litany'nin menüsü, zengin başlangıçlar (özellikle bruschettası), pizza ve makarna çeşitleri, (özellikle el yapımı lazanya ve pesto soslu gnocchisi çok seviliyor.) Et, tavuk ve balık menülerinin



yanı sıra, özenle hazırlanmış şarap menüsü ile de dikkat çekiyor. Tavuk menülerinde organik sertifikalı ürünler kullanılıyor. (Peynir soslu schnitzeli çok seviliyor).



Bünyesinde Miranda markalı Ayalık zeytin ve zeytinyağı ürünlerinin de satıldığı Litany, yıllardır İzmir'de faaliyetlerini sürdürmekte olan Tepekule Catering & A7 Şehir Kulübü işletmesi.



Litany 2017 yılında, gezginlerin oylarıyla değerlendirme yapan, dünyaca ünlü seyahat ve yeme-içme uygulaması TripAdvisor'dan, mükemmellik sertifikası aldı.



Litany, İzmir'de giderek artan ulaşım ve park sorununa, "özel otoparkı" ve "İzban Salhane durağı" ile kolaylık sağlıyor.

İzmir: 0 232 462 67 30
Manisa: 0 236 236 28 28
www.litany.com.tr

Litany Manifesto

HER YEMEK BİR ŞÖLENDİR!

Yediğimiz her şeyin sadesi, tazesı, doğalı ve yereli güzeldir.

Biz yaşadığımız bu bölgenin; Ege ve Akdeniz'in kendine özgü sade ve doğal gıdalarının ve beslenme alışkanlıklarının önemine inanıyoruz.

Sofralarımıza gelen her türlü yiyeceğin üretiminde emeği olan; Ayvalıklı zeytin üreticisinden, Foçalı balıkçıya, Manısalı üzüm üreticisinden, Aydınlı incir üreticisine kadar herkese şükran duyuyoruz. Toprağa ve üretime saygı göstermeden, lezzete ve güzel yemeklere ait bir kültürün var olamayacağına inanıyoruz.

Görüş ve önerilerinizle her geçen gün daha iyi hizmet vermeyi hedefliyoruz.

Litany menülerinde tamamen taze gıdalar kullanıyoruz. Katkı, koruyucu ve kıvam arttırıcı gibi malzemelerden kaçınıyoruz. Tavuk menülerimizde, organik sertifikalı tavuk eti kullanılmaktadır. Tüm soslarımız gibi, ekmeğimizi de kendimiz üretiyoruz. İşletmelerimizde kendi üretimimiz olan organik ekşi maya ekmeği ile yine kendi markamız olan Ayvalık naturel sızma zeytinyağı Miranda kullanıyoruz.

İyi gıda herkesin hakkıdır...

Litany®



GOOD

FOOD

is

GOOD

MOOD

MOOD

GOOD

is

GOOD

GOOD

Buğdayın Atası:

SIYEZ

Kaplıca buğdayı olarak da bilinen, verimsiz alanlarda yetişmesi mümkün olan, hastalık ve zararlılara dayanıklı yapısı ile siyez buğdayı (*Triticum monococcum*), Fransa, Fas, Yugoslavya ve Türkiye’de yetişen, *Triticum boeoticum* türünden yabancı buğday türünün kültüre alınmış formudur. *Triticum dicoccum* buğdayı ile birlikte erken dönemde kültüre alınan buğday türlerindedir. İlk kez Güneydoğu Anadolu bölgesinde yer alan Karaca Dağ’da evcilleştirildiği düşünülüyor.

Ülkemizde Kastamonu’da yetişen siyez buğdayı, 14 kromozom sayısıyla genetik olarak dünyadaki ilk buğday çeşidi olarak biliniyor. Geçmişi yaklaşık 10 bin yıl öncesine dayanan ve dağlık arazilerde yetiştirilen siyez buğdayı, günümüz buğdayının atası kabul ediliyor.



Siyez bulguru



Normal bulguru

Sayızsız faydalarından bazıları:

- Kandaki yağları düşürücü yönü olduğu bilinen posa/lif bakımından oldukça zengin bir gıda olup lifli yapısından dolayı sindirimi kolaylaştırır. Bağırsakları temizleyici özelliği vardır.
- Yüksek antioksidan içeriğe sahiptir. Hücre yapısını korur ve yaşlanmayı geciktirir. Bozulmaz ve küf yapmaz.
- Karbonhidrat değeri düşük, protein değeri yüksektir.
- Bulgurda bulunan B1 vitaminleri, sinir ve sindirim sisteminde önemli rol oynar.
- İçerdiği folik asitten dolayı, çocuk ve hamile kadınlar için çok önemli bir gıda maddesi.
- Doymamış yağa sahiptir ve toplam yağ oranı düşük olduğu için sağlıklı bir besin maddesidir.
- Kolesterol içermez.
- Dünyada glisemik endeksi verilerine göre insanlara en uygun gıda, siyez bulguru.
- Emzikli anneler için çok faydalıdır. Anne sütünü artırır. Folik asit miktarı çok fazladır.
- Hububat ürünlerinin en büyük dezavantajı olan fitik asit,



www.bacaorganik.com

bulgurun sahip olduğu pişirme ve kurutma işlemlerinden dolayı, bulgurda bulunmuyor.

- Yüksek mineral ve selülozdan dolayı besin emilimini hızlandırır, kabızlığı engeller ve bağırsak kanserini önüyor.

- Bakliyatlarla karıştırıldığında dünyadaki en önemli besin kaynağı durumuna geliyor.

- Radyasyonu emmez ve radyasyona karşı dayanıklıdır. Bu nedenle bazı ülkelerde nükleer savaşlara karşı, askeri ve sivil amaçlar için stokta tutulan ürünlerden.

Uzun yıllar boyunca burun kıvrılan, ancak zamanlarda birden ilgi odağı haline gelen siyez buğdayını, binlerce yıldır ekip bugünlere getirerek yok olmasını engelleyen Kastamonu İhsangazi, Seydiler, Devrekani'deki çiftçilerimize selam olsun...



TEPEKULE

ÖZEL GÜNLER SALONLARI

*Siz kendinizi
bu en güzel günün akışına,
detayları ise bize bırakın...*



www.tepekuleizmir.com



MAGAZINE

ORGANİK • DÜZENSİZ • ZAMANSIZ • BAĞIMSIZ • DERGİ

SGB Gıda Ltd. Şti. Adına İmtiyaz Sahibi Temsilcisi ve Genel Yayın Yönetmeni: Sanver Süzek
Sorumlu Müdür: Mustafa Baştürk Yerel Süreli Yayıncıdır, parayla satılmaz.
Adres: Tepekule Kongre Mrk. Anadolu Cd. No:40 Bayraklı-İzmir
Tel: 0 232 462 67 30 www.magazinedergi.com info@tepekuleizmir.com
Baskı: Şubat 2018, Mat Basım Hiz. Ltd. Şti.
Tasarım, grafik, baskı hazırlık: Egebasım Tanıtım Hiz. 535 729 36 91

