

AKŞAM GAZETESİ | Nedim Atilla | 2010-05-12



## Hızlı da yesek sağlıklı olsun

Dünyanın en büyük gıda ve içecek fuarı olan Anuga, Köln kentinin ev sahipliğinde, kapılarını ziyaretçilerine açtığı gün, biz de Metro Group'un konuğu olarak oradaydık.

Dünyada gıda endüstrisinin geleceği başta olmak üzere, hepsi de birbirinden ilginç bilgiler ve gözlemler edindik. Dünyanın kapısında bekleyen tehlikelerden biri olan 'açlık' ile 'lezzet düşünleri'nin bitip tükenmek bilmeyen talepleri arasında kalan gıda sektörü nereye gidiyor; fikir edinmeye çalıştık... 6.500 firmanın katıldığı fuarın bu yılki onur konuğu ve 'partner' ülkesi Türkiye idi. Türkiye'nin 'partner' olması, bugüne kadar bu fuarda 'itilmiş ile kakılmış'ı oynayan Türk firmalarının doğrusu pek hoşuna gitmişti. Türk-Alman Ticaret ve Sanayi Odası'nın (Almanca kısaltması TD-IHK) Başkanı Rainhardt von Leoprechting'in öncülüğünde düzenlenen kongre ise sonuçları açısından çok önemliydi.

Türkiye'den yaklaşık 190 firma, kurdukları stantlarda Türk mutfağının farklı lezzetlerini ziyaretçilere tanıtmayı hedeflemişler. Fuar için Türkiye'den gelen 14 aşçı ve 1 şef garsondan oluşan 15 kişilik gastronomi ekibi, iki farklı münüde hem geleneksel hem de modern Türk mutfağından örnekler ikram ediyorlardı. Açılış gününün münüsünü, fikriniz olması açısından sizlerle paylaşayım. Sizce bu yemekler Anadolu Mutfağı'nın zenginliğini yansıtıyor mu? Kısır; haydari; zeytinyağlı yaprak sarma; fava; mercimek köftesi; Ezine beyaz peyniri; havuç ezmesi; Çerkez tavuğu; imambayıldı; kıymalı su böreği; süzme yoğurt köpüğü; buğdaylı Akdeniz salatası; baklava yufkasına sarılı levrek balığı; patates sote; taze baharat salatası; safran soslu, incirli ve vişneli ekmek tatlısı; zerde jölesi; irmik helvası ve irmik dondurması.

Fuarda dikkat çekmek isteyen gıda firmaları, ilginç ve yaratıcı ürünler sergiliyorlardı. Bunların arasında, giderek vakti azalan insanların beklentilerine uygun kısa ve sürede hazırlanabilen yemeklerin yanı sıra; pratik ambalajlar ve sağlığı ön plana çıkaran ürünler de vardı. 30 saniyede servise hazır hale gelen döner, dondurulabilen ve aynı zamanda ocak üzerinde kullanılabilen tek kullanımlık tabak içerisinde dondurulmuş makarna, silindirik tüp içinde krem peynir gibi... Bunlar ilgi çekiyordu çekmesine ama fuarın gizli teması sanki herkesin üzerinde anlaştığı 'sağlıklı beslenme' konusuydu...

Özellikle İtalyan gurme sunucuları büyük ilgi çekti. Ne yazık ki Türkiye'den gurmelere yönelik bir sunum yoktu. Son yıllarda tüketicilerin bilinçlenmesi ve daha sağlıklı ürünlere yönelmesi, bu yıl fuarda boy gösteren firmaların tanıtımlarına da yansımıştı. Birçok stantta 'yağsız', 'şekersiz', 'gluten içermez', 'sağlıklı', 'çocuklar için ideal' gibi tanıtım başlıkları dikkat çekiyordu!

### TRANS YAĞLAR MESELESİ

3 yıldır dünyanın tartışmakta olduğu 'trans yağ' sorununun da, bu fuarda artık geride kalmış olduğunu sevinerek gördüm... Dünya, 'trans fat' olarak da adlandırılan bu suni yağları, artık 'gönüllü' olarak kullanmaktan vazgeçmeye başladı; en azından bu imaj yaratılmaya çalışılıyor. Bana öyle geliyor da olabilir; çünkü gıda tekellerine bu konuda güvenimiz yok! Anuga'nın konukları, daha orta büyüklükteki işletmelerdi ve 2006'da sadece Danimarka'da tamamen yasak olan trans yağlar, artık hiç gündemde yok gibiydi. Tekrarlamakta beis yok, trans yağlar sentetik olarak yapılır; doğal olarak oluşmazlar. Yani bu yağlar, sıvı bitkisel yağları katı yağ yapabilmek için onlara hidrojen ekleme işlemi olan endüstriyel bir süreçle meydana getirilir. Trans yağlar ayrıca, kısmen hidrojenlenmiş yağlar olarak da bilinir.

Eski dostlarla sohbet olanağımız da oldu... Margarin gibi katı yağlar ve hidrojen eklenmiş kızartma

yağlarının kalp krizi ve damar tıkanıklığı da dahil pek çok hastalığa yol açtığını anlatan Portekiz'in ünlü aşçısı Ricardo Bentez, zeytinyağı ile fırınlanmış, altında domates, üstünde sardalya olan ekmek dilimlerini ikram ederken, aklıma 'Balığı mutlaka zeytinyağında kızartın' diyen hocam Prof. Yahya Laleli geldi... Bentez şöyle diyordu söyleşide: 'Bu yemek en sağlıklı yemek. Çünkü kötü yağlara karşı sardalye gibi bol ve ucuz bulunan bir malzemeye ihtiyacımız var. Margarinler hayvani yağlardaki doymuş asitlerden daha da tehlikeli, çünkü sadece kötü kolesterol düzeyini artırmakla kalmıyor, ayrıca iyi kolesterol düzeyini de düşürüyor. Zeytinyağında pişirilmiş sardalye, ister fırınlanmış ister kızartılmış olsun birçok hastalığa çare... Hem de ucuz bir çare...'

### **HELAL GIDAYA İLGİ ARTIYOR**

Yunanistan stantlarında aradığım Giorgia'yı, hararetili hararetili konuşurken Hırvatistan standında buldum. Onunla da fuarın gizli temasının 'sağlıklı beslenme' olduğu konusunda anlaştık... Giorgia Saracakis dostumun şu sözleri ise çok dikkat çekiciydi: 'Dünya o kadar hızlı değişiyor ki... Eskiden bizim gibi sağlıklı beslenme hakkını savunanlara karşı insanların sağlıklı olduğu kadar, 'aptalca' yemek seçme hakkı olduğunu da söyleyenler vardı. Artık yurttaşlarını düşünen ülkeler, 'Aptalca yemek seçme hakkınız yok' diyor ve trans yağlara, genetiği değiştirilmiş ürünlere karşı halkını uyarmayı görev biliyor.'

Bu yılki fuarın bir başka dikkat çeken konusu ise 'Helal Gıda' stantlarıydı. Müslümanlara yönelik dünyanın en büyük gıda zincirinin de, Amsterdam merkezli 'Marhaba' olduğunu öğrendik. Konuşunca, öğrendiklerimiz şaşırtıcıydı... 'Helal' adıyla pazarlanan ürünleri sadece Müslümanlar değil, sağlıklı beslenmek isteyen farklı dinlerin mensupları da tercih ettikleri için işler giderek büyüyormuş. 'Helal' sözcüğü insanlarda 'temizlik ve sağlık' illüzyonu da yaratıyormuş... Fuarın 'içecek bölümü' ise, takdir edersiniz ki başlı başına bir anlatım konusu...