

## İyi zeytinyağı tadım kılavuzu

Taze zeytinyağını 30 saniyede tanıyın!

**T**aze zeytinyağını 30 saniyede son derece pratik ve eğlenceli bir yöntemle tanıyabilmemiz için bir rehber oluşturduk.

Ayrıca bu rehber sayesinde kendinizin ve ailenizin damak tatlarını da belirleyebilir veya akraba ve arkadaşlarınıza kendi damak tatlarını bulmaları için liderlik ederek yaşam keyiflerini artırmalarına öncülük edebilirsiniz.

Bu rehberde size adım adım kendi tadımınızı yapmayı öğreteceğiz. Burada tarif edeceğimiz yöntem uluslararası tadım panelleri ve zeytinyağı yarışmalarında da uygulanan, İtalyan Milli Tadımcılar Birliği'nin (ONAOO\*) belirlediği kurallarla uyumludur.

Arkadaşlarınıza iyi zeytinyağını tanımayı öğretmek isterseniz buradaki uygulamaları kalabalık bir grup ile de yapabilir ve kendi tadım partinizi düzenleyebilirsiniz. İyi zeytinyağını tanımak eğlenceli ve dönüştürücü bir deneyimdir. Farkındalığınız artar ve arkadaşlarınızı yeni bir dünya ile tanıştırmış olursunuz.

### Taze zeytinyağını tanıma (Koku Testi)

Taze zeytinyağını 30 saniyede gerçekleştirebileceğiniz bir koku testiyle kesin olarak tanırsınız. Minik bir kadehe (likör kadehi olabilir) bir çorba kaşığı yağı koyun. Kadeh avucunuzdayken diğer elinizle kadehin ağzını tamamen kapatarak bir dakika hafifçe sallayın. Avucunuzdaki ısı taze



zeytinyağındaki vitamin ve fenollerini harekete geçirecek, yarattığınız titreşimle tazelik kokusu kadehin ağzına doğru yükselecektir. Kadehi kapattığınız elinizi çekip hemen kadehin içinden yükselen kokuları burnunuza çekin. Yeni kesilmiş taze çimen ve domates yaprağı kokusu burnunuza geliyorsa zeytinyağınız tazedir. Uzmanlar kısa bir yol olarak "tekrar koklamak istediğiniz yağ taze yağdır" diyor. En iyi koku testi iki veya daha fazla farklı zeytinyağını kıyaslayarak yapılır. Böylece aradaki farkları hissedebilir hangisinin daha taze olduğunu anlayabilirsiniz.

### Damak tadınıza uygun zeytinyağını belirleme (Lezzet Testi)

Öncelikle tazelik testini yapın. Taze değilse o zeytinyağı için ileri testler yapmakla uğraşmayın. Çünkü bir zeytinyağı taze değilse zaten lezzetli de değildir.

Damak tatlarına göre insanları Vahşi ve Sakin lezzetlerden hoşlanacak şekilde kabaca iki gruba ayırabiliriz. Vahşi zeytinyağları daha meyvemsi, Sakin zeytinyağları daha çiçeksi aromalara sahiptir. Tekrar koklamak istediğiniz yağ muhtemelen sizin damak zevkinize en uygun olanıdır. Emin olmak istiyorsanız lezzet ve vitamin testlerini de yapın.

Lezzet testi için bir çay kaşığı zeytinyağını ağzınıza alıp dilinizin üzerinde biraz bekletin. Damağınızda dolaştırın ve



burukluğunun derecesini hissetmeye çalışın. Test ettiğiniz zeytinyağı iyi bir zeytinyağı ise bitter çikolata yedikten sonra damakta kalan buruk tada benzer bir his dilinizde kalacaktır. Bu burukluk yoğunsa Vahşi değilse Sakin bir yağ deniyorsunuz. Ağzınıza biraz hava alarak genzinizde dolaştırın ve zeytinyağınızdaki aromaları hissedin.

## Vitamin ve fenol zengini zeytinyağını tanıma (Vitamin Testi)

Son testimiz vitamin testi. Bu da hangi yağın size daha uygun olduğu ile ilgili kararı vermenizi kolaylaştıracaktır. Ağzınızdaki zeytinyağını yutun. Ama yutarken güçlü bir yutma hareketi yaparak yağın boğazınızın çeperlerine iyice değerek akmasını sağlayın. Eğer test ettiğiniz iyi bir zeytinyağı ise en fazla bir dakika sonra boğazınızda hafif bir yanma hissetmeye başlayacaksınız.

Bu yanma hissi zeytinyağınızda vitamin ve fenollerin kanıtıdır. Vahşi yağların yanma hissi biraz daha fazla olacaktır. Dikkat edin önce Sakin olduğunu düşündüğünüz yağları deneyin. Çünkü önce Vahşi lezzeti denerseniz Sakin lezzetinin boğazınızda bırakacağı hissi algılamanız zorlaşır.

Vahşi zeytinyağının boğazda bıraktığı his geçene kadar 5-6 dakika beklemeniz gerekebilir. Koku testinde hangisinin Sakin olma ihtimali olduğunu anlayabilirsiniz. Yanma hissi herkeste farklı yoğunluklarda olabilir. Boğazınızın hassasiyetine ve o gün yediğiniz yemeklere bağlı olarak farklı deneyimler yaşayabilirsiniz.

Bu arada Vahşi ve Sakin lezzetler farklı yemeklerde farklı sonuçlar verir. Bu nedenle gastronomik olarak olaya yaklaşırsanız her iki lezzeti de farklı yemeklerde sevebilirsiniz. İki farklı lezzet mutfakta yaratıcılığınızı artırır ve ideal tarifler geliştirmenizi sağlar. Pek çok gurme yemek meraklısı her iki lezzeti de kullanır.

\* ONAOC - Organizzazione Nazionale Assaggiatori Olio di Oliva (The National Organization of Olive Oil Tasters). Dünyadaki ilk ve tek zeytinyağı tadım okulu ve profesyonel tadımcılar birliğidir. Uluslararası tadım panelleri ve yarışmalar, birliğin standartlarına göre tadım yapmaktadır.

# İyi zeytinyağı tadım rehberi



1

Bir çorba kaşığı zeytinyağını kadehe koyun

Ağzını kapatıp hafif çalkalayın

2



3



Ağzını açın ve derin derin koklayın. Yeni kesilmiş çimen kokusunu hissedin

Bir yudum alın ve ağzınızda burukluğu hissedin

4



5



Yutun ve boğazınızdaki yanmayı hissedin

Bu üç değişken (koku-burukluk-yakıcılık) birbiriyle uyumlu yoğunlukta olmalıdır. Hepsinin yoğun olduğu zeytinyağı Vahşi, Hepsinin hafif olduğu zeytinyağı Sakin olarak tanımlanır.

Bu test ile hangi yoğunluk seviyesinin sizin damak tadınıza daha uygun olduğunu keşfedebilir ve her sene damak tadınıza en uygun zeytinyağını üreticinize daha kolay tarif edebilirsiniz.

