

BAKGRUNDSMATERIAL

FAKTA OCH KURIOSA OM MEZE OCH YOGHURT

- **Meze** är en sammanfattning av de många kalla och varma smårätter som utgör basen i östra Medelhavets gastronomiska kultur. Ordet *meze* förekommer i flera olika språk, t ex *mazah* i arabiska och *maze* i persiska.
 - **Mezekulturen** har sitt ursprung i det väldiga område som omfattar Nordafrika, Turkiet, Balkan och Mellanöstern. De olika ländernas och regionernas recept, råvaror, kryddor och traditioner har smält samman till en rik matkultur.
 - **Mezerätterna** kännetecknas av rika smaker och enkelhet. Vanliga ingredienser är aubergine, mynta, lamm och bulgurvet som kombineras med spiskummin, kanel, olivolja och persilja. Resultatet blir vitamin- och mineralrika, smakrika smårätter, som ofta avnjuts tillsammans med yoghurtbaserade röror.
-
- **Mjolk** har stor betydelse i Mellanösterns matkultur. Jästa livsmedel som yoghurt, ost och bröd anses vara heliga. Några av de största mänskliga uppfinningarna anses vara jäsningen av mjölkprodukter. Jäsningen fascinerade de tidiga odlarna så att de bara kunde förklara fenomenet med att det var ett gudaverk. Längre trodde man att det var månen som stod för kraften som orsakade jäsningen.
 - **Användningen av mjölk** i matlagningen är mycket gammal. I en 3 750 år gammal mesopotamisk kokbok (Iertavla), som innehåller många recept, kan man bland annat läsa om "lammkött kryddat med lök, vitlök och tillagat med fett, surmjölk och blod".
 - I kurdiskan använder man uttrycket »Nan û mast khuarna rast!« vilket betyder »Utan bröd och yoghurt – ingen måltid!«. Ett annat uttryck är »Nan û shir khuarna mîr!«, som betyder att bröd och mjölk är furstens mat.

Källor: MEZE hos Halv Grek Plus Turk Kokbok och Mjölfrämjandet, Av Karin André, Master of Science in dietetics och Goran Candan, språklärare och översättare (oktober 2004)



Bild Arla Köket 4/2006