



PUSULA

DOĞA KASAP - ENİSE MOLLA AHMET - NAGİHAN AGA -
SEHER AHMET - SEVKAN TAHSİNOĞLU - YILDIZ CAFER



MUCİZE TİYATROSU'NUN SELANİK GEZİSİNDEN BİR FOTOĞRAF

- TÜRK KAHVESİ GÜNÜ GÜMÜLCİNE'DE KUTLANDI
- MUCİZE TİYATROSU'DAN SELANİK GEZİSİ
- BATI TRAKYA AZINLIĞI YÜKSEK TAHSİLLİLER DERNEĞİ İSKEÇE MESLEKİ TANITIM VE REHBERLİK KOLU GENCERLİ KÖYÜ'NDE ETKİNLİK GERÇEKLEŞTİRDİ

İÇİNDEKİLER

02

GÜNCEL KONULAR

11

SAĞLIK /
HEKİMLERİN ÖNCÜSÜ
İBN-İ SİNA

05

BESLENME BİLİMİ /
KELLE PAÇA UNUTULDU,
SAĞLIK BOZULDU

13

YÖRESEL LEZZETLER /
ZERDE

07

KÜLTÜR SANAT /
BELİK ÖRGÜSÜ:
Geçmişten Günümüze Bir Kültür
Unsuru

14

ÇOCUKLARIN KALEMİ

09

ÖZGÜN BÖLÜM /
IŞIĞIN AĞIRLIĞI

İLETİŞİM:
EGNATIAS 75, 69100 KOMOTİNİ
TEL: +302531029705

PUSULA DERGİ
KOORDİNATÖR | TASARIM
ENİSE MOLLA AHMET

ARALIK AYI DÜZELTMELER
ENGİN MEMETALİ

Sizin de yayınlamamızı istediğiniz şiirleriniz, yazılarınız, resimleriniz ve çektiğiniz fotoğraflar varsa, bize info@btaytd.com e-posta adresinden gönderebilirsiniz.

TÜRK KAHVESİ GÜNÜ GÜMÜLCİNE`DE KUTLANDI

Türkiye'nin Gümülcine Başkonsolosluğu, 5 Aralık Dünya Türk Kahvesi Günü dolayısıyla bir etkinlik düzenledi. Etkinlik, "Bir Fincan Hikaye: Asırlardan Günümüze Uzanan Lezzet" adı altında 5 Aralık Cuma günü Gümülcineliler Kulübünde gerçekleşti. Etkinliğe katılan misafirler Türkiye'nin Gümülcine Başkonsolosu Aykut Ünal ve eşi İlayda Ünal tarafından karşılandı. Başkonsolos Ünal etkinlikte gerçekleştirdiği konuşmasında, katılımcılara ve etkinliğin düzenlenmesinde emeği geçen herkese teşekkür etti.



Ünal konuşmasında şunları dile getirdi: "Kahve, coğrafyamızda yaşayanların hayatında özel bir yere sahip. Bir fincan kahve sadece bir içecek değildir. Aynı zamanda bir andır, bir anıdır, bir deneyimdir. Son zamanlarda bir rahatlama aracıdır. Hayatın akışında bir yerlere koştururken, elimizde bir kahveyle enerji toplarız, rahatlarız. Veya bir mola verdiğimizde yine gözler kahve arar. Dostlarla içilen kahvenin değeri de bir başkadır ve paha biçilmezdir. Bazen terapiden bile iyi gelebilir. Kahve başlı başına bir kültürdür. Ya kahvenin etrafında bir kültür şekillenir ya da kültürlerimizin bir parçasıdır. Bu akşamımız kahveyle, sohbetle ve müzikle geçecek." Müzik dinletisi eşliğinde gerçekleşen etkinlikte katılımcılara, Türk kahve çeşitlerinin yanı sıra çeşitli yiyecekler ikram edildi.

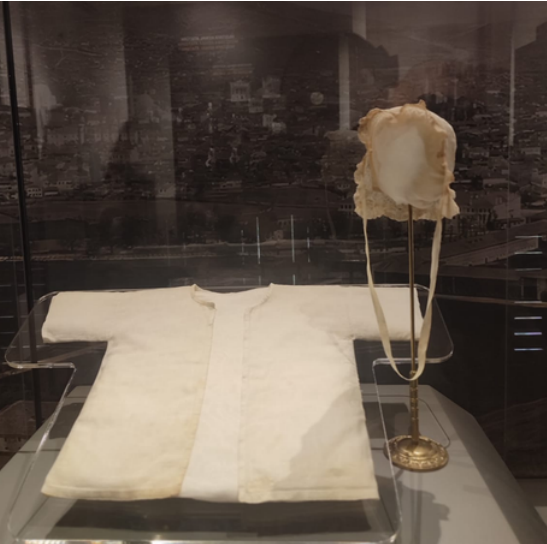
MUCİZE TİYATROSU'NDAN SELANİK GEZİSİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği bünyesinde faaliyet gösteren Mucize Tiyatrosu, 20 Aralık Cumartesi günü Selanik'e günübirlik bir kültürel gezi düzenledi. Gezi kapsamında, tarihî ve kültürel değeri büyük olan Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün doğduğu ev ziyaret edildi. Mucize Tiyatro ekibini ziyaretleri esnasında Selanik Başkonsolosluğu Muavin Konsolosu Aylin Karaman karşıladı.



Gezi, Mucize Tiyatro Sorumlusu Senemahu Topuz ve Tiyatro Yetkilisi Sevcan Hacı Ali öncülüğünde gerçekleştirildi. Ayrıca İskeçe Kültür Merkezi Sorumlusu ve BTAYTD Kadınlar Kolu Başkanı Sevtap Hint ile BTAYTD Yönetim Kurulu Üyesi Şükriye Memet de etkinlikte yer aldı. Ayrıca bu ziyarette, GAT Asbaşkanı ve GAT Selanik Teşkilat Başkanı Azra Hasan da ekibi yalnız bırakmadı.

İki otobüsle gerçekleştirilen geziye çocuklar, gençler ve aileler katıldı. Katılımcılar, Selanik'te hem kültürel hem de sosyal açıdan verimli ve keyifli bir gün geçirdi.



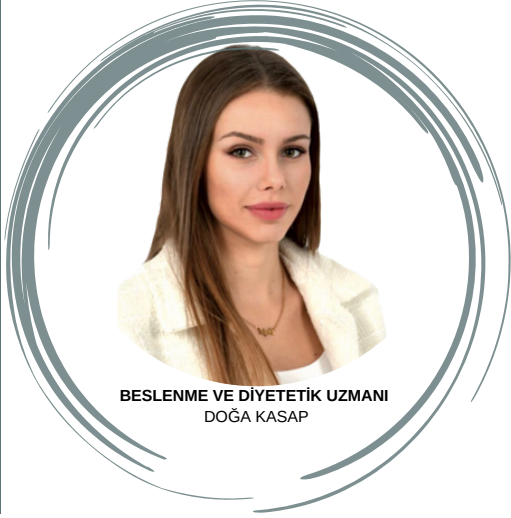
BATI TRAKYA AZINLIĞI YÜKSEK TAHSİLLİLER DERNEĞİ İSKEÇE MESLEKİ TANITIM VE REHBERLİK KOLU GENCERLİ KÖYÜ'NDE ETKİNLİK GERÇEKLEŞTİRDİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği İskeçe Mesleki Tanıtım ve Rehberlik Kolu, 7 Aralık 2025 Pazar günü Gencerli Köyü'nde bir etkinlik düzenledi.

Programın konuşmacı konuğu Psikolog Sibel Top, "Günlük Yaşam Problemleri ve Çözümleri" başlıklı bir sunum gerçekleştirdi. Sunumunda günlük hayatta karşılaşılan zorluklarla baş ederken psikolojik dayanıklılığın önemine vurgu yapan Psikolog Sibel Top, gerektiğinde bir uzmandan profesyonel destek almanın süreci kolaylaştırdığını belirtti. Katılımcıların dikkatle takip ettiği sunum, faydalı öneriler ve günlük yaşama dair pratik yaklaşımlarla zenginleşti.

Etkinlik, soru-cevap kısmında katılımcıların düşüncelerini paylaşması ve karşılıklı etkileşimin güçlenmesiyle sona erdi.





BESLENME VE DİYETETİK UZMANI
DOĞA KASAP

KELLE PAÇA UNUTULDU, SAĞLIK BOZULDU

Bir Kâsede Asırlık Lezzet: Dededen Toruna Uzanan Şifa

Girdiğimiz kış aylarında, hastalıklar nedeniyle hastanelerin yolunu tutanların sayısı gitgide artıyor. Bu hastalıklardan biri de özellikle kış aylarında artış gösteren ve salgın korkusu yaşatan grip. Sadece grip değil, tüm hastalıkların tedavileri daha pahalı ve zahmetli olduğundan, koruyucu yöntemlerin önemi bu aylarda daha da ön plana çıkıyor. Hastalıkların en büyük sebebi beslenmenin bozulmasıdır. Peki beslenmenin bozulması derken neyi kastediyoruz? Mevsim dışı meyve sebzelerin yenmesi mi? Artık evde turşu kurulmayıp, yoğurt mayalanmayıp marketten hazır alınması mı? Ya da bolca kimyasal katkı maddeli, aromalı cips, kola, gofret, bisküvi yenmesi mi? Bunların her biri çok önemli ama asıl bizim yeme içme kültürümüz, geleneksel beslenme biçimimiz bozuldu. Kuşaktan kuşağa aktarılan o kıymetli bilgiler, tarifler, usuller yavaş yavaş unutulmaya başlandı.

Örneğin romatizmal hastalıkların en önemli sebeplerinden bir tanesi de beslenmeyle alınan kolajenin azalmasıdır. Kolajen olmadan insan vücudunun sağlıklı, diri, dinç ve ayakta kalabilmesi mümkün değildir. En iyi kolajen kaynağı besinler ise paça, et suyu ve kemik suyudur. Eskiden yemekler hep kemikli etler ile yapılır, kelle, paça çorbaları yaygın olarak tüketilirdi. Kemikli et veya tavuk haşlanır, suyuna çorba veya pilav yapılırdı. Şimdi ise bu geleneksel yapı tamamen değişti, kemikli et alan kalmadı, kuşbaşı ve kıyma ön plana çıktı. Paça içen kişi sayısı azaldığı için paçacılar bir bir kapanıyor. Paçayı içen yoksa kolajen alan da yok demektir. Kemik suyu da öyle. Hepimiz kemikli et yerine kimyasal bulyonlar, tereyağı yerine margarin kullanır hale geldik. Yemeklerimizi şifaya çevirmek yerine zehire çevirmeye başladık. Bizim büyük annelerimiz evlerinde düzenli olarak işkembe, kelle, paça yaparken annelerimiz bu çorbaları yapmayı neredeyse unuttu. Biz içmedik, bu gelenekten koptuk, çocuklarımıza da içirmedik ve hastalıklar arttı. Neyse ki, son yıllarda kemik suyu, paça çorbası gibi ilaç yiyeceklerin kıymeti yeniden anlaşılmaya başlandı.





Kelle paça çorbası, anti-enflamatuar özellikleri sayesinde bağışıklık sistemini olumlu yönde etkilerken, içerdiği jelatin ve kolajen, inflamasyonu azaltmada önemli rol oynar. Özellikle artrit veya eklem iltihabı gibi sorunları olan kişilerde, düzenli tüketimi durumunda semptomların hafifletilmesine yardımcı olabilir. İçerdiği omega-3 yağ asitleri, jelatin ve kolajen gibi bileşenlerle eklemde sıvılara iyi gelir, çocuklarda kemik gelişimini destekler. Aynı zamanda değerli aminoasit ve minerallerle hücrelerin yenilenmesine destek sağlar, yaraların da kısa süre içerisinde iyileşmesine yardımcı olur. Kolajenden zengin beslenmek için evde kemik suyu hazırlanıp küçük kağıt bardaklarla buzluğa kaldırırıp bütün yemeklere ilave edilebilir.



Katkısız, Doğal, Gerçek: Romatizmal Hastalıklardan Koruyucu Et Suyu Yapımı

Kemik, kocaman bir tencereye konur. Üstüne bir karış çıkacak kadar soğuk su ilave edilir. Harlı ateşte üstü açık olarak kaynamaya bırakılır. Fokur fokur kaynamaya başladığında üstüne keş dediğimiz koyu renkli yoğun bir köpük çıkar. Bu köpük bir kaşıkla suyun üstünden alınıp atılır. Kabuğu soyulmuş bir bütün soğan, 5-6 tane karabiber, 7'şer sap maydanoz ve dereotu ilave edilir. Arzu edilirse kabuğu kazınmış yarım havuç, pırasa yaprağı, kabuğu kazınmış çok az kereviz, kereviz sapı, taze kekik, biberiye veya karanfil dişleri de eklenebilir. Tencerenin kapağı örtülür. Kısık ateşte 2,5 - 3 saat kaynatılır. Kıvamına gelip gelmediğini anlamak için içinde en azından bir lokma et olması iyidir. Bu et yumuşacık olana kadar kaynatmaya devam edilir. İçine kaya tuzu serpilir, 5-10 dakika daha kaynatıldıktan sonra ateşten alınır. Et suyu süzgeçten süzülür. Olduğu gibi içilebilir veya çorbalarda ve yemeklerde kullanılabilir. Et suyu çok çabuk bozulur. Aynı gün kullanılamayacak et suyu küçük kaplara dökülüp soğutulurak dondurucuya kaldırılabilir.



BELİK ÖRGÜSÜ:

Geçmişten Günümüze Bir Kültür Unsuru

İnsanlar tarih boyunca saçlarını yalnızca temiz ve düzenli tutmak için değil, aynı zamanda kendilerini ifade etmek için de şekillendirmişlerdir. Bu şekillendirme biçimlerinden biri olan belik, yani saç örgüsü, dünyanın pek çok yerinde uzun yıllardır kullanılan geleneksel bir saç modelidir.

Belik, insanların saçlarını kontrol altına alma ihtiyacından doğmuştur. Özellikle sıcak iklimlerde yaşayan toplumlar, saçlarını örerek hem serinlemiş hem de günlük işlerini daha rahat yapabilmıştır. Yapılan arkeolojik araştırmalar, belik binlerce yıl önce Afrika'da kullanıldığını göstermektedir. Zamanla belik örgüsü Asya, Avrupa ve Orta Doğu'ya yayılmış, her toplum kendi kültürüne uygun belik modelleri geliştirmiştir. Geçmişte belik yapmak, yalnızca bireysel bir tercih değil, öğrenilen ve aktarılan bir gelenektir. Anneler, kız çocuklarına nasıl belik yapılacağını öğretir ve bu bilgi nesilden nesle aktarılır.

Belik, tarih boyunca birçok farklı amaçla kullanılmıştır.

- Saçı toplu ve düzenli tutmak
- Kişinin yaşını veya medeni durumunu göstermek
- Özel günlerde ve törenlerde süslenmek
- Günlük işlerde ve tarım faaliyetlerinde kolaylık sağlamak
- Bir topluluğa veya kültüre ait olduğunu ifade etmek.



Bazı topluluklarda bekar kızların ve evli kadınların belik şekilleri farklı olurdu. Bu sayede kişinin toplumsal durumu konuşmaya gerek kalmadan anlaşılabilirdi.

Belik, birçok kültürde düzen, birlik ve bağlılık anlamına gelir. Saç tellerinin bir araya getirilerek örülmesi, insanların bir arada yaşamasını ve birbirine bağlı olmasını simgeler. Belik, sabır gerektiren bir işlem olduğu için emek ve özverinin de göstergesi kabul edilmiştir. Bazı toplumlarda uzun ve düzgün yapılmış bir belik, kişinin olgunlaştığını ve sorumluluk aldığını ifade eder.

Belik, hem saç sağlığı hem de günlük yaşam açısından birçok fayda sağlar. Saçın karışmasını önler, saçın kırılmasını ve yıpranmasını önler, saç bakımını kolaylaştırır, saçı toz, rüzgar ve güneşten korur, temiz ve düzenli bir görünüm sağlar. Ayrıca saç örme işlemi, kişiyi sakinleştiren bir etkiye sahiptir.

Belik ile ilgili geçmişten günümüze çeşitli inanışlar olmuştur. Bazı kültürlerde örgülü saçın kötü enerjilerden koruduğuna inanılır. Gece saç örmenin, kişinin daha huzurlu uyumasını sağladığı düşünülür. Yas zamanlarında saçın çözülmesi ise üzüntü ve kaybın dışa vurumu olarak bilinir. Bu inanışlar, belik kavramının yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda duygusal ve kültürel bir anlam taşıdığını göstermektedir.

Belik, insanlık tarihinin en eski saç şekillendirme yöntemlerinden biridir. Geçmişte günlük yaşamın bir parçası olan belik, zamanla kültürel ve sembolik anlamlar kazanmıştır. Belik, günümüzde daha çok estetik amaçlı tercih edilse de geçmişle bağ kurmamızı sağlayan önemli bir kültür unsurudur.

“ Saç örgüsü, yalnızca tellerin değil, düşüncelerin, duyguların ve kaderin de birbirine bağlanma biçimidir.”

IŞIĞIN AĞIRLIĞI

İnsan karanlığa alıştığını çoğu zaman fark etmez.
Alışmak dediğimiz şey, bazen kabullenmek değil; ışığın gecikebileceğine inanmayı öğrenmektir.
Ancak karanlık, her zaman da kötü bir şey değildir. Bazen düşünmenin biçimidir.
Gürültünün çekildiği, hayatın kendi sesini kısmak zorunda kaldığı bir ara duraktır.
İnsan orada kendini daha net duyar, kendisi ile daha iyi yüzleşir, çünkü kaçacak kalabalık kalmamıştır.
Ama hiçbir durak, varılacak yer değildir.
Zaman, insana her şeyi öğretmez.
Bazı şeyleri yalnızca unutturur.
Bazılarını ise sessizce dönüştürür.
Acının içimizde bıraktığı izler törpülenir,
hatıralar keskinliğini yitirir
ve insan, geçmişini sırtında taşımayı öğrenir, ona yaslanmadan.
Umut, çoğu zaman yanlış anlaşılır.
Sanki bir şey olacakmış gibi beklemek sanılır.
Oysa umut, beklemek değil;
olmayacak ihtimallerle de yürüyebilmektir.
İnsanın kendi kırılğanlığıyla barışmasıdır.
Çünkü kırılğanlığını kabul eden biri,
daha az korkar.
Hayat, bize sürekli güçlü olmamız gerektiğini fısıldar.
Güçlü olanın düşmediğini,
yorulmadığını,
yanılmadığını ima eder.
Oysa insan, en çok yanıldığında öğrenir.
En çok yorulduğunda sınırlarını tanır.
Ve en çok durduğunda, neyin gerçekten önemli olduğunu fark eder.
Bazen hiçbir şey düzelmez.



Ama insan, aynı kalmaz.
İşte dönüşüm dediğimiz şey tam da budur.
Koşulların değil, bakışın değişmesi.
Aynı manzaraya başka bir yerden bakabilme cesareti.
İnsan bir gün şunu anlar; her sorunun cevabı yoktur.
Ama her cevapsızlık, bir eksiklik değildir.
Bazı boşluklar, yaşamın nefes alabilmesi için gereklidir.
Umut, ışığın kendisi değildir belki.
Ama ışığa alışabilme hâlidir.
Gözlerini kapatmadan bakabilmek.
Geçmişin gölgesinde durmadan,
geleceğin ihtimalini inkâr etmeden
bugünde kalabilmek.
Ve belki de insan olmanın en sade,
en dürüst hali şudur; kırıldığını bilerek sevmek,
yorulduğunu bilerek devam etmek
ve her şeye rağmen yaşamı yarım bırakmamayı
seçmek.

HEKİMLERİN ÖNCÜSÜ

İBN-İ SİNA

Kayıtlara göre 980-1037 yılları arasında yaşamış İbn-i Sina, sadece 57 yıl süren ömrünün henüz yarısına bile ulaşmamışken “dönemin en iyi hekimi” ünvanına kavuşmuştur. İslâm dünyasının ve dünya tarihinin en büyük filozoflarından, hekimlerinden ve bilim insanlarından biridir. (Avicenna olarak bilinir). Tam adı Ebû Ali el-Hüseyn ibn Abdullah ibn Sina’dır. Orta Çağ boyunca hem Doğu’da hem Batı’da büyük etki bırakmış bir düşünürdür.

İbn-i Sina Afşana’da, yani günümüz Özbekistan’ında Buhara’ya yakın bir köyde dünyaya geldi. Babası da bilim insanıydı ve oğlunun yeteneğini, dehasını fark eden Abd Allah, İbni Sina’ya farklı alanlarda en iyi öğretmenlerden eğitim aldırılmıştır. Olağanüstü zekasıyla 10 yaşındayken Kur’an’ı ezberlemiş, genç yaşta mantık, felsefe ve tıp gibi ilimlerde derinlemesine bilgi sahibi olmuştur. On üç yaşında tıp eğitimine başlayan İbni Sina, on sekiz yaşına geldiğinde deneyimli bir doktor olmuştur.



Avrupalılar tarafından "Hekimler Prensi" olarak adlandırılan İbni Sina, dönemin önde gelen doktorlarından, astronomlarından, düşünürlerinden, yazarlarından ve bilginlerinden biridir. Dünya tıp tarihinde, Hipokrat ve Galen'den sonra gelen önemli bir hekim olarak tanınan İbni Sina, ortak coğrafyada yaşayanların paylaşamadığı Türk veya Farslı (Pers) bir hekimdir.

İbni Sina, Kuşyar isimli bir tabibin yanında tıp eğitimi almıştır. Değişik konular üzerine, 240'ı günümüze kadar gelen 450 kadar makale yazdı. Elimizdeki yazılarının 150 tanesi felsefe, 40 tanesi de tıp üzerinedir. Eserlerinin en ünlüleri, felsefe ve fen konularını içeren çok geniş bir çalışma olan Kitabü's-Şifa (İyileşme Kitabı) ile El-Kanun fi't-Tıb'dır (Tıbbın Kanunu).

El-Kanun fi't-Tıb (Tıbbın Kanunu) 600 yıl boyunca Avrupa Üniversitelerinde temel tıp kitabı olarak okutuldu. Modern tıbbın temellerini atan eserlerden biridir. Anatomi, farmakoloji, cerrahi, bulaşıcı hastalıklar ve tedavi yöntemleri içerir. Kitabü's-Şifa (İyileşme Kitabı) ise Felsefe, mantık, fizik ve matematik üzerine ansiklopedik bir eserdir. Aristotelesçi felsefeye yaptığı katkılarla Orta Çağ düşüncesinin seyrini değiştirir.

İbni Sina'nın somut icatlarından ziyade, tıp ve bilimde çığır açan keşifleri ve teorileri vardır.Örneğin, hastalıkların görünmez mikrop kaynaklı olabileceği fikrini ortaya atması (mikrop teorisi), hacamatı ilk uygulayan hekim olması, ameliyatlarda hastayı uyuşturmayı denemesi ve damla damla sıvı aktarım baloncuğu gibi modern infüzyonun temellerini atması öne çıkan buluşlarıdır. Psikoloji, ruh sağlığı ve bilinç üzerine öncü fikirler ve deneysel gözleme dayalı tıp anlayışını geliştirdi.

Kanın, besinleri taşıyan bir sıvı olduğunu söyleyerek, şeker hastalığının varlığını idrardan alınacak bir numune ile belirleyebileceğini ortaya koymaktadır. Günümüzde de geçerli olan bu bilgi, İbn-i Sina'nın bilgilerinin geçerliliğini koruduğunun ispatı olmaktadır. Ayrıca kızıl hastalığı, şarbon hastalığı ve karaciğere bağlı olan hastalıklar ile hepatiti keşfetmiştir.

Felsefe alanında da özel bir yere sahip olmaktadır. İbn-i Sina akıl ve deneyin birbirlerini tamamlayarak yaşantıyı oluşturduğu fikrini ileri sürmektedir. İbn-i Sina bilimsel çalışmalarda gözlem, deney ve aklın aynı derecede önem taşıdığını ifade etmektedir. Bunun yanı sıra fizik, astronomi, matematik ve müzik bilimlerine de katkısı olmuştur.

İbni Sina'nın bilime ve insanlığa katkıları, UNESCO (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization/Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü) tarafından da takdir edildi. 1980 yılında, doğumunun 1000. yıldönümünde, UNESCO İbni Sina'yı "Evrensel İnsan" olarak onurlandırdı. Bu ünvan, onun sadece İslam dünyasında değil, tüm insanlık için önemli bir figür olduğunu vurgulamaktadır.

En manidarı ise büyük üstadın adının bir zirveye verilmesi olsa gerek. Günümüzde, Kırgızistan sınırındaki dağlık bölgede bir zirve İbn-i Sina Tepesi adıyla anılmaktadır.

21 Haziran 1037'de, İran'ın Hamedan kentinde, 57 yaşında geçirdiği bir kolik atağı sonucu vefat etti.

ZERDE

Batı Trakya mutfağının geleneksel tatlılarından bir tanesi ile karşınızdayız. Rengiyle ve lezzetiyle kendine hayran bırakan, zerde tatlısı tarifini bugün sizlerle paylaşıyor olacağım. Peki zerde tatlısı nedir? Zerde, geçmişten günümüze kadar uzanmış olsa da biraz da unutulmaya yüz tutmuş bir tatlıdır aslında...Zerde, Batı Trakya'nın belli bölgelerinde karşılaştığımız yöresel tatlılardan bir tanesidir. Zerde tatlısının hikayesi bilinmese de lezzeti dillere destandır. Hafifliği ile mideleri yormayan zerde, eski zamanlarda matem yemeklerinde servis edilen, şimdilerde ise düğünlerde ve davet sofralarında servis edilen, rengiyle ve lezzetiyle kendine hayran bırakan bir tatlıdır.

Özel günlerde ve kutlamalarda pişirilen bu değerli tatlı, rengini ve tadını iki özel baharattan alır. Safran ve zerdeçal. Safran çok pahalı bir baharat olduğu için genellikle düğün ve mevlütlerde zerdeçal ile yapılan tatlı karşımıza çıkmaktadır.

Zerde Tatlısı için Malzemeler:

- 1 çay bardağı pirinç,
- 7-8 su bardağı su,
- 1 su bardağı toz şeker,
- 3 tatlı kaşığı nişasta,
- 1 tutam safran,
- 1 tatlı kaşığı zerdeçal,
- 2 yemek kaşığı gül suyu,
- 1 yemek kaşığı kuş üzümü.



Zerde Tatlısı Nasıl Yapılır?

Zerde tatlısını hazırlamak için önce pirinci ve suyu tencereye alarak kaynatın. Pirinç yumuşayınca gül suyu, zerdeçal, şeker ve kuş üzümünü ekleyerek biraz daha kaynatın. Küçük bir kasede nişastayı su ile açın. Tencereye ilave edip kaynayana kadar karıştırın. Kaselere paylaştırın ve oda sıcaklığına gelince dolaba kaldırın. Zerde tarifiniz hazır. Afiyet olsun!

PUSULA DERGİSİ “ORMAN HAFTASI” KONULU 4. YIL ETKİNLİĞİ ÇOCUKLARDAN GELEN RESİMLER



DERİN ADEM-YASSIKÖY

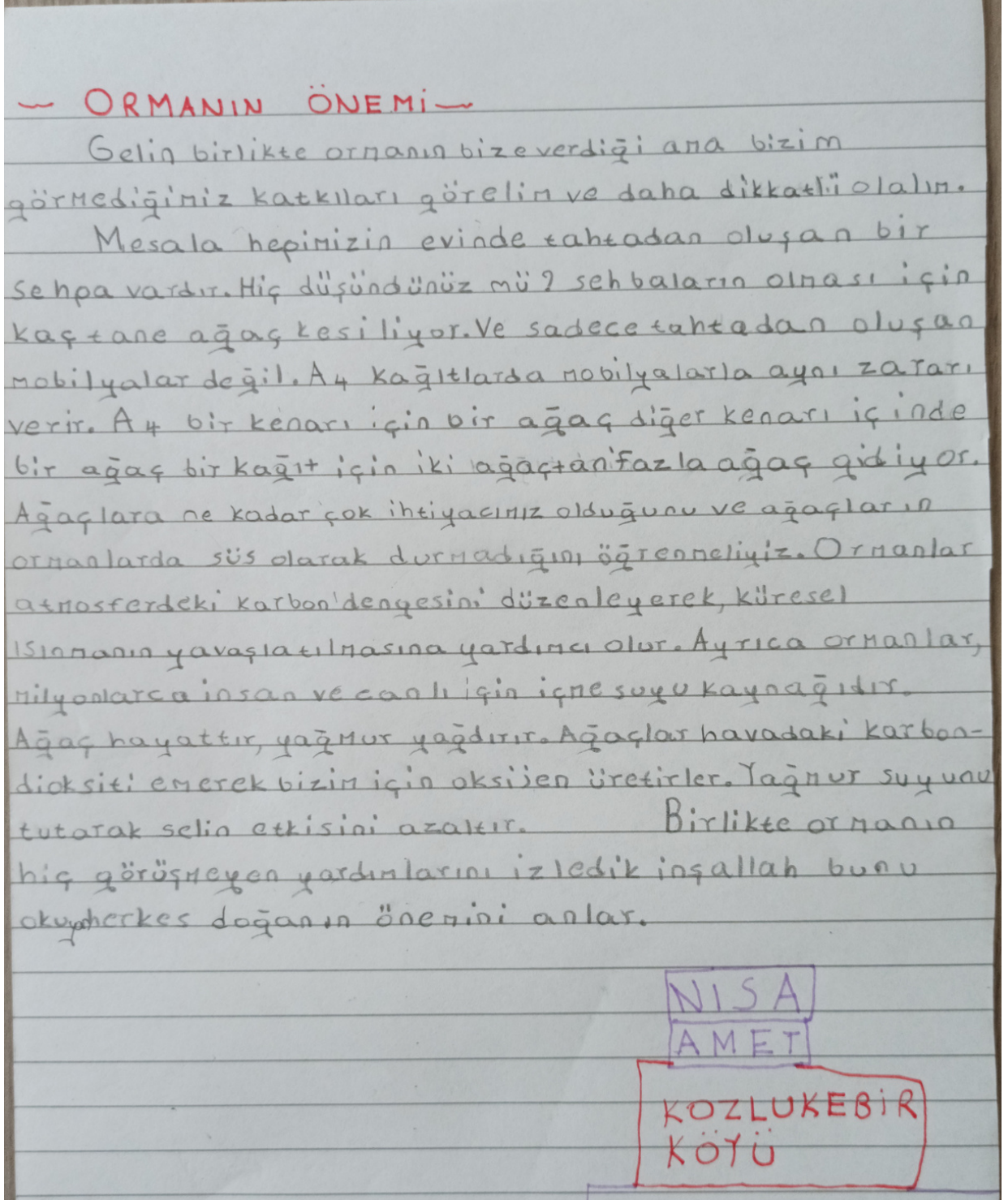
DİLA BALTACI - İSKEÇE



DURU EMİNOĞLU-KIRKÖY-



PUSULA DERGİSİ “ORMAN HAFTASI” KONULU 4. YIL ETKİNLİĞİNE KATILAN KOMPOZİSYONLAR



NİSA AHMET -KOZLUKEBİR



www.btaytd.org



www.twitter.com/BTAYTD



www.facebook.com/btaytd.wtamuga