

1. HAFTA: Sebze Kavramı

SEBZE NEDİR?

- Çoğunlukla tek yıllık
- Otsu yapıda
- İnsan beslenmesinde kullanılan
- Kök, gövde, yaprak, sürgün, çiçek, meyve ve tohumları tüketilebilen
- Çiğ veya pişirilerek tüketilebilen bitkilerdir.

Sebzeleri tanıyalım

Tüketilen kısımlarına göre sebzeler

aYumruları yenenler: patates, tatlı patates, yerelması

aKökleri yenenler: havuç, turp, kırmızı pancar, şalgam, kök kereviz,

aKuru ve taze tohumları yenenler: Fasülye, bakla, bezelye, börülce, tatlı mısır

aÇiçek ve çiçek tablası yenenler: Enginar, karnabahar, brokoli

aSoğan ve sürgünleri yenenler: pırasa, soğan, sarımsak

aSürgünleri ve yaprak sapları yenenler: Kuşkonmaz, ravent, yaprak ve sap kereviz

aYaprakları yenenler: Lahanalar, ıspanak, pazı, semizotu, marul, salatalar, ebegümeçi, maydanoz, tere, dere otu, roka, nane, hindiba

aMeyveleri yenenler

Olgunlaşmamış : Biber, patlıcan, hıyar, yazlık kabaklar, Acur taze fasülye, taze bezelye, taze bakla, börülce, bamya, tatlı mısır

Olgun meyveleri yenenler: Domates, Biber, Kavun, Karpuz , Kışlık kabaklar

İklim İsteklerine göre Sebzeler

aSerin iklim sebzeleri (15-200C): kırmızı pancar, Salatalar, Soğan, Sarımsak, Pırasa, Ispanak, Maydanoz, nane, Lahanalar, karnabahar, brokoli, şalgam, alabaş, turp, kerevizler, bezelye, bakla

ORTAK ÖZELLİKLERİ: Çoğunluğunun yaprakları, Kökleri, Soğanları ve sürgünleri tüketilir.

aSıcak iklim sebzeleri (18-300C): Domates, biber, patlıcan, kavun, karpuz, hıyar, kabaklar, fasülye, börülce, Bamya, Tatlı mısır

ORTAK ÖZELLİKLERİ: Çoğunluğunun meyveleri ve tohumları tüketilir