

KIMIZ

Kımız, kısrak sütünün fermante edilmesiyle elde edilen geleneksel içecek. Orta Asya bozkırlarında yaşayan Başkırt, Kazak, Kırgız, Moğol, Yakut ve Özbek halkları arasında bugün de önemli bir içecektir.

Süt şekerince zengin olan kısrak sütünden imal edilen kımız, beyazımsı bir sıvıdır. Çok eski bir tarihî vardır. İlk olarak Orta Asya'da Türkistan ve Moğolistan taraflarında yaşayan kavimlerce içilmiştir. Müslümanlıktan önce Türkler arasında yaygın olarak kullanıldığı söylenmektedir. Sarhoş edici olması sebebiyle İslamiyet'in haram kılması, Müslüman Türklerin kımızı terk etmesine sebep oldu.

Kımız, benzeri süt ürünleri gibi, belirli bir mikroorganizma topluluğunun faaliyeti sonucunda meydana gelir. Bu topluluk süt asidi bakterileri (*Lactobacillus bulgaricus*, *Streptococcus*) ve mayalardan (*Torula kumys*) ibarettir. Bu mikroorganizmalar aşılandıkları süte süt şekerine etki yaparak asit, alkol ve CO₂ çıkarırlar. Açık kaplarda yapıldığı için imal sırasında CO₂'nin çoğu uçar. Alkol miktarı kefirde çoktur. Asit ikisinde de aynıdır. Ayrıca insana güç verici bir etkisi vardır

Kımızda albumin ve kazein parçalanması olur. Pepton miktarı kefirdekinin 10 misli kadardır. Kazein çok ufak parçacıklar hâlinindedir. Bunun sebebi iyi ve sık karıştırmadır. Kokusu yayık altını veya ekşi peynir suyunu andırır. Çalkalanınca köpürür. Kımızın bileşimi, yapıldığı hammaddeye, işleniş şekline göre az çok farklılık gösterir. Laktik asit ve alkol miktarına göre çeşitli tiplerde işlenir. Zayıf, normal ve sert kımızlardaki asit ve alkol durumu şöyledir:

Zayıf kımız tipi, Laktik asit (%) = 0.7, Etil alkol (%) = 1.0

Normal kımız tipi, Laktik asit (%) = 1.1, Etil alkol (%) = 1.8

Sert kımız tipi, Laktik asit (%) = 1.8, Etil alkol (%) = 2.5

Kımız hakkında birçok propaganda yapılmıştır. Bu yüzden bir zamanlar rağbet görmüş, fakat yoğurt rekabeti karşısında önemini çok yerde kaybetmiştir. Hâlen buna değer veren ülkelerin başında Rusya gelmektedir. Hammadde ihtiyacını karşılamak için çok sayıda hara bulunmakta ve sırf bu iş için yaklaşık 250 bin civarında kısrak yetiştirilmektedir.

KİMİZİN TARİHÇESİ

Kımız, Türklerin ulusal içkisidir. Kısrak sütünden yapılır. Kımız besin olarak da, içecek olarak da Türk'e atadan kalmış bir ilaçtır. Bir ilaçtır; çünkü bir çok derde iyi gelmektedir. Kazak kimyacısı Aydar Akınoğlu'nun deyişiyle kımızın yararlarını ve niteliklerini "birkaç makale yada kitapta anlatmak kolay değildir". Kımızın kullanımı hakkındaki bilgiler çok eskilere, Hun Türklerine değin dayanır. Tarihi kayıtlara göre Asya Büyük Hun Devleti çağında Türkler kımız içerlerdi. Yine tarih kayıtları, Avrupa Hunları ile Gök Türklerin de kımız ürettiklerini belirtmektedir.

Eski Yunanlı tarihçi Herodot, İskitlerin kısrak sütünden çok lezzetli bir içki yaptığını belirtir. Rus tarihçileri de, Rusların Kıpçak Türklerine gönderdikleri elçilerin resmi içki olan Kımız ile ağırlandıklarını yazarlar.

Kımız günümüzde Anadolu Türklerince pek kullanılmamaktadır ama Orta Asya'da yaşayan Türkler arasında yapımı ve kullanımı bugün de yaygındır. Moğollar tarafından da benimsenmiştir. Kımız Doğu Türklerince öyle sevilmiştir ki "Kımız kim içmez" sözü Kazak Türkleri arasında en yaygın terimlerden biridir. Kazak Türklerinde kımız, avıl (köy, oba) tarafından ortaklaşa yapılır, ortaklaşa kullanılır. Kımız için kimse kimseden para almaz. Kımız yaz aylarında bolca bulunur, kış aylarında ise pek bulunmaz.

KIMIZIN İÇERİĞİ

Kımız ince granüle olarak kuagüle olmuş homojen, asidik, alkollü, hafif maya lezzeti veren ve köpüren bir içecektir. Bileşiminde %0,7 ile %1,8 arasında değişen miktarlarda laktik asit bulunan kımızın pH değeri 4 civarındadır.

Kımız alkol oranı, kefire göre daha fazla olup %3,3'e kadar çıkar. Kımız, içerdiği alkol miktarına göre zayıf, orta ve kuvvetli olmak üzere 3 guruba ayrılır.

Zayıf kımız ==> % 0,7-1,0 alkol

Orta veya Normal alkollü kımız==> %1,1-1,75 alkol

Kuvvetli kımız ==> %1,76-3,3 alkol (etenol) içerir.

KIMIZ ÜRETİMİ

Kımız yapımı için ayrılan mikroorganizmalardan ana kültürler veya bunlardan da işletme kültürleri hazırlanır. Bu amaçla 26-28 C' de 6 saat süreli bir işlem uygulanır. İşletme kültürleri ayrı olarak da hazırlanır ve kımız yapılacak süte kademeli olarak katılırlar. Kımız yapımında çeşitli işlemler uygulanır.

Yapım teknolojisinde izlenen yol genel hatlarıyla;

- 1) Süt 90-95 c'de 5 dk süre ile ısıtılma tabii tutulur.
- 2) Isıtılan süt inkübasyon derecesi olarak belirlenen 26-28 C kadar soğutulur.
- 3) Soğutulmuş süt, hava ile doyuruluncaya kadar karıştırılır. Maya üremesini arttırmak için.
- 4) Starter kültürleri katılarak 4,5-4,7 arasında pH değerleri sağlayıncaya kadar inkube edilir.
- 5) basınca dayanıklı özel kapaklı şişelere doldurulur.
- 6) Önce 20 C'de 2 saat tutulur. Sonra 4 C'de soğuk muhafazaya alınır.

Kımız Yapımında Kullanılan Starter Kültürler

Kımız yapımında kullanılan sterer kültürlerin bileşimi farklıdır. Stererlerin hemen hepsinde Lactobacillus bulgaricus ve candida cinsinden mayalar bulunur. Ayrıca Steptecoccus lactis, S. thermophilus ve Sachoromyces cinsinden mayalar bulunur. Aromayı kuvvetlendirmek amacıyla asetik asit bakterileride katılabilir.

KIMIZIN TEDAVİ EDİCİ ÖZELLİKLERİ

- Kımızda bulunan az miktardaki alkol, yürek damarları, sinir sistemleri ve soluk alma organlarını düzenler.
- Kımızın asitkarbonu ise sindirim yollarında ki hareket ve emme fonksiyonlarını destekler.
- Kımızın tuz terkininde ca bol olduğundan vücudumuzdaki tuz maddelerinin normal alış veriş etmeleride sağlanır.
- Kımız süt ekşisi fleru, bağırsak ve mide zehirleri ile zehirlenme durumlarında hem koruyucu hemde tedavi edici olmuştur.
- Albümin maddelerinin tam olarak alınmasını sağlar.