

MUZ KABUĞUNDAN SAĞLIKLI TARİFLER GIDA ATIĞINDAN DEĞERE: MUZ KABUĞUNDAN SAĞLIKLI TARİFLER



EDİTÖR:
Dr. Dyt. Mücahit MUSLU

YAZARLAR:
Dyt. Bürge KARATAŞ - Dyt. Hacer ATAKUL - Dyt. Ayşe Nur KARATAŞ

MUZ KABUĞUNDAN SAĞLIKLI TARİFLER

GIDA ATIĞINDAN DEĞERE: MUZ KABUĞUNDAN SAĞLIKLI TARİFLER



EDITÖR:
Dr. Dyt. Mücahit MUSLU

YAZARLAR:
Dyt. Bürge KARATAŞ - Dyt. Hacer ATAKUL - Dyt. Ayşe Nur KARATAŞ



© Copyright 2026

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

E-ISBN 978-625-362-060-8	Yayın Koordinatörü Yasin DİLMEN
Kitap Adı Gıda Atığından Değere Muz Kabuğundan Sağlıklı Tarifler	Sayfa ve Kapak Tasarımı Akademisyen Dizgi Ünitesi
Editör Mücahit MUSLU ORCID iD: 0000-0002-8761-5061	Yayıncı Sertifika No 47518
Yazarlar Bürge KARATAŞ ORCID iD:0009-0000-5944-6400 Hacer ATAKUL ORCID iD: 0009-0003-3177-9352 Ayşe Nur KARATAŞ ORCID iD: 0009-0002-8922-0714	Baskı ve Cilt Vadi Matbaa Bisac Code HEA046000 DOI 10.37609/akya.4184

Kütüphane Kimlik Kartı
Karataş, Bürge ...[ve başkaları].
Gıda Atığından Değere Muz Kabuğundan Sağlıklı Tarifler / Bürge Karataş, Hacer Atakul,
Ayşe Nur Karataş; ed. Mücahit Muslu.
Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2026.
58 s. ; 420x594 mm.
Kaynakça var.
ISBN 9786253620608

Bu rehber TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı tarafından desteklenmiş olup Kastamonu Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doktor Öğretim Üyesi Mücahit MUSLU akademik danışmanlığında Buse Şevval GÖÇMEN yürütücülüğünde gerçekleştirilen "Ketojenik Diyet Uygulamak Zorunda Olan Çocuk Hastalar İçin Ailelere Yönelik Standart Ketojenik Diyet Tarifleri e-Kataloğunun Geliştirilmesi" projesi kapsamında geliştirilmiştir.

GENEL DAĞITIM
Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A
Yenişehir / Ankara
Tel: 0312 431 16 33
siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

Gıda Atığından Değere: Muz Kabuğundan Sağlıklı Tarifler I

İÇİNDEKİLER

MUZ HAKKINDA BİLMEMİZ GEREKENLER	1
ÇORBALAR	7
YEMEKLER	11
MEZELER	17
KAHVALTILIKLAR	23
TATLILAR	28
TUZLULAR	37
ATIŞTIRMALIKLAR	42
İÇECEKLER	48
SEÇİLMİŞ KAYNAKLAR	54

SEÇİLMİŞ KAYNAKLAR

1. Abrams, R., & Abrams, V. (2019). Keto Diet For Dummies. John Wiley & Sons.
2. Alaca, G., Kaner, G., & Yurtdaş, G. (2022). Ketojenik diyetin dirençli epilepsi üzerine etkisine güncel bakış. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 7(1), 123-128.
3. Alharbi, A., & Al-Sowayan, N. S. (2020). The effect of ketogenic-diet on health. Food and Nutrition Sciences, 11(4), 301-313.
4. Caferoğlu, Z. (2019). Epilepside diyet tedavisine güncel yaklaşımlar. Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences, 4(3), 333-347.
5. Cervenka, M. C., Wood, S., Bagary, M., Balabanov, A., Bercovici, E., Brown, M. G., ... & Zupec-Kania, B. (2021). International recommendations for the management of adults treated with ketogenic diet therapies. Neurology: Clinical Practice, 11(5), 385-397.
6. Derseweh, N., & Lauritsen, W. (2020). The Vegan Ketogenic Diet Cookbook: 75 Satisfying High Fat, Low Carb, Dairy Free Recipes. Callisto Media, Inc.
7. Dressler, A., & Trimmel-Schwahofer, P. (2020). The ketogenic diet for infants: how long can you go?. Epilepsy Research, 164, 106339.
8. Fenton, C., Groveman, S., Chee, C. M., & Bergqvist, A. C. (2019). Benefits of a ketogenic teaching kitchen. Journal of Child Neurology, 34(14), 886-890.
9. Köken, M., & Öztürk, Y. E. Epilepsi hastalarında uygulanan ketojenik diyet çeşitleri ve etkinlikleri. Sağlık Akademisi Kastamonu, 8(2), 357-366.
10. Kutluay Merdol, T. (2019). Toplu Beslenme Servisi Yapılan Kurumlar İçin Standart Yemek Tarifeleri. Hatipoğlu Yayınevi. Ankara.
11. Masino, S. A. (Ed.). (2022). Ketogenic Diet and Metabolic Therapies: Expanded Roles in Health and Disease. Oxford University Press.
12. Mercola, J., & Evans, P. (2019). KetoFast Cookbook: Recipes for Intermittent Fasting and Timed Ketogenic Meals from a World-Class Doctor and an Internationally Renowned Chef. Hay House, Inc.
13. Muslu, M. (2022). A functional food discarded: Banana peel [Conference presentation]. International Conference on Multidisciplinary Studies-III, September 23–25, Ankara, Türkiye.
14. Özçelik Ersu, D., & Mücahit, M. (2023). Diyetisyenler için çocuklarda klinik değerlendirme ve yönetim. Ankara: Tıp Nobel Kitabevleri.
15. Santiworakul, C., Chomtho, K., & Chomtho, S. (2021). Growth and nutritional status of pediatric patients treated with the ketogenic diet. Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition, 30(2), 231-237.
16. Sourbron, J., Klinkenberg, S., van Kuijk, S. M., Lagae, L., Lambrechts, D., Braakman, H. M., & Majoie, M. (2020). Ketogenic diet for the treatment of pediatric epilepsy: review and meta-analysis. Child's Nervous System, 36, 1099-1109.
17. Şan, C. K., Muslu, M., & Gökçay, G. F. (2024). Ketogenic Diet Interventions in Inborn Errors of Metabolism: A Review Article. Clinical and Experimental Health Sciences, 14(1), 283-295.
18. Şener, N., & Akbulut, G. (2021). Dirençli epilepside erişkin uygulamaları ile birlikte ketojenik tıbbi beslenme tedavisine güncel yaklaşım. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 5(2), 431-441.
19. Wells, J., Swaminathan, A., Paseka, J., & Hanson, C. (2020). Efficacy and safety of a ketogenic diet in children and adolescents with refractory epilepsy—A review. Nutrients, 12(6), 1809.
20. Whiteley, V. J., Martin-McGill, K. J., Carroll, J. H., Taylor, H., Schoeler, N. E., & Ketogenic Dietitians Research Network (KDRN). (2020). Nice to know: impact of NICE guidelines on ketogenic diet services nationwide. Journal of Human Nutrition and Dietetics, 33(1), 98-105.

GIDA ATIGINDAN DEĞERE: MUZ KABUĞUNDAN SAĞLIKLI TARİFLER

akademisyen.com

ONLINE SİPARİŞ



Online Veri
Tabanımıza Erişim



AKADEMİSYEN YAYINEVİ
Halk Sokak No: 5/A Sıhhiye-Yenişehir/ANKARA
Tel: 0312 431 16 33 - 0312 432 21 84



akademisyenyayinevi



akademisyenktp