T.C. AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIĞI
AİLE VE TOPLUM HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

AİLE YAZILARI / 9

KÜNYE

T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü

Aile Yazıları / 9

Proje Koordinatörü
Mustafa Turğut

Proje Grubu
Dursun Ayan, Başak Olgun, Ercan Üçpınar

Editörler
Saim Sakaoğlu, Mehmet Açа, Pervin Ergun

Tasarım Uygulama
Mattek Matbaacılık

Dizgi ve Baskı Öncesi Hazırlık
Pervin Ergun, Dursun Ayan

Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 42

Birinci Baskı 2016, Ankara

ISBN: 978-605-4628-92-6

Kapak Resmi: Divriği Ulucami ve Darüşşifası Kapı Bezemesi

Baskı ve Cilt
Mattek Matbaacılık Basım Yayın Tan. Tic. San. Ltd. Şti.
Ağaç İşleri Sanayi Sit. 1354. Cadde 1362 Sokak
No: 35 İvedik/ANKARA
Tel:+90 312 433 23 10 Fax:+90 312 434 03 56

İletişim
Eskişehir Yolu Söğütözü Mahallesi 2177. Sokak
No: 10/A Kat: 24 Çankaya / Ankara
Tel: +90 312 705 55 13 Faks: +90 312 705 55 99
e-mail: arsopol@aile.gov.tr
www.aile.gov.tr

© 2016 Bu kitabın tüm yayın hakları saklıdır. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının izni olmaksızın tamamı veya herhangi bir bölümü herhangi bir biçimde, elektronik, mekanik, fotokopi, kayıt olarak çoğaltılamaz.

YAZARLAR

Aysun KILIÇARSLAN	*Öğr. Gör., Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği Öğretim Görevlisi.*
Ayşe DUVARCI	*Dr., Başkent Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü Öğretim Üyesi.*
Ebru BAYRAK	*Dr., Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Anabilim Dalı Öğretim Üyesi.*
Göksel Kemal GİRGİN	*Balıkesir Üniversitesi Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Yüksekokulu Araştırma Görevlisi.*
Hamiye DURAN	*Doç. Dr., Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği Bölümü Öğretim Üyesi.*
Hasan KÖKSAL	*Dr. Girne Amerikan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi*
H. Ahu KAHRAMAN	*Araş.Gör. Selçuk Üniversitesi Veteriner Fakültesi, Besin Hijyeni ve Teknolojisi Anabilim Dalı.*
Kadriye KAHRAMAN	*Gıda Teknik Öğretmeni .*
Meral TAŞLI	*Yiyecek İçecek Hizmetleri ve Besin Teknolojisi Öğretmeni.*
M. Alparslan KÜÇÜK	*Doç. Dr., Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Öğretim Üyesi.*
Nermin IŞIK	*Dr., Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği Öğretim Üyesi.*
Nimet BARI	*Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği Öğretim Görevlisi.*
Pervin ERGUN	*Doç. Dr. Gazi Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halk Bilimi Bölümü Öğretim Üyesi.*
Saim SAKAOĞLU	*Prof. Dr. Emekli Öğretim Üyesi.*
Semra KAYAARDI	*Prof. Dr. Celal Bayar Üniversitesi Muhendislik Fakültesi, Gıda Mühendisliği Bölümü.*
Ümit GÜRBÜZ	*Prof. Dr., Selçuk Üniversitesi Veteriner Fakültesi Besin Hijyeni ve Teknolojisi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi.*

İÇİNDEKİLER

SÖZLÜ BELLEĞE YANSIYAN TÜRK YEMEK KÜLTÜRÜ
Pervin ERGUN 1

TÜRKLERDE YEMEK GELENEKLERİ
Aysun KILIÇARSLAN 7

GEÇİŞ DÖNEMİ TÖRENLERİNDE YEMEK
Nermin IŞIK 9

HACI YEMEĞİ
Mehmet Alparslan KÜÇÜK 25

KUTSAL GÜNLERDE YAPILAN VEYA DAĞITILAN YİYECEK VE İÇECEKLERLE İLGİLİ UYGULAMALAR
Aysun KILIÇARSLAN 27

NEŞELİ GÜNLERDE YAPILAN YİYECEK VE İÇECEKLER
Nimet BARI 37

İSTEK-DİLEK SOFRALARI
Nimet BARI 39

TARHANA
Nimet BARI 41

SÜTTEN SOFRAYA BİR BAŞKA TARHANA HİKÂYESİ: AYDIN ÖRNEĞİ
Pervin ERGUN 47

YİYECEKLERİ KIŞA HAZIRLAMA VE SAKLAMA YÖNTEMLERİ
Kadriye KAHRAMAN 49

TÜRK KÜLTÜRÜNDE BİR DEĞER: PASTIRMA
Ümit GÜRBÜZ 81

LEZZETİN ZİRVESİNDE BİR ÜRÜN: SUCUK
Ümit GÜRBÜZ, H.Ahu KAHRAMAN, ... 85

KURUTULMUŞ ET
Ümit GÜRBÜZ, Semra KAYAARDI 95

SÜT VE GELENEKSEL SÜT ÜRÜNLERİ
Ebru BAYRAK 101

EKMEK
Meral TAŞLI 111

GIDA HİJYENİ VE ÖNEMİ
Göksel Kemal GİRGİN 131

YEMEK DUALARI
Hamiye DURAN 141

YEMEK DESTANLARI
Hamiye DURAN 147

KURUYEMİŞ ÇEREZLER
Ayşe DUVARCI 153

KAHVE SÖYLENCELERİ
Pervin ERGUN 157

TÜRK YEMEKLERİNDEN SEÇME TARİFLER
Nimet BARI, Pervin ERGUN, Hasan KÖKSAL 165

SALATALAR
Göksel Kemal GİRGİN 205

TATLILAR
Nimet BARI, Pervin ERGUN 227

SÖZLÜ BELLEĞE YANSIYAN TÜRK YEMEK KÜLTÜRÜ

Pervin ERGUN

Toplumların beslenme kültürleri ile geleneksel dünya görüşleri ve yaşayış biçimleri arasında önemli bir bağ vardır. Başlangıçta yaşamak için yemek şeklinde belleğe kaydedilen bu bağ, zaman içinde inanç, çevre, hayat tarzı çerçevesinde yemek için yaşamak felsefesini de içeren bir ince zevki ifade etmeye başlamıştır. Sosyal statü, iktidar ilişkileri, grup kimliğinin belirlenmesi, cins ve yaşlara göre seçim ve kutsal güçlerle iletişim aracı olarak görülen yemek (Goode 2009: 375-381), toplumlara göre belirlenen inançlar, ritüeller, gelenekler ve söz varlığının biçimlenmesinde önemli bir etken olmuştur. Oğuz'un deyimiyle "bizi diğerlerinden ayıran ortak bellek", "paylaşılan deneyim" ve "tarihsel süreklilik" (Oğuz 2007: 7) olarak nitelendirilebilecek olan yemek kültürü gerek uygulamada gerekse sözlü bellekte canlı bir şekilde yaşamaktadır. Ayrıca yemeğin evrenselleşmesi de söz konusudur. Türklerden küresel ortak belleğe aktarılan yiyeceklerin başında lokum, şiş kebap, rakı, Türk kahvesi gelmektedir ve bunlar somut olmayan kültürel miras olarak insanlığın ortak belleğinde (Oğuz 2013) yer almaktadır.

Jan Assman'ın 'iletişimsel bellek' dediği, insanların bireysel anıları ve 'kültürel bellek' olarak kavramsallaştırdığı sözlü gelenekler (2001: 59'dan Öztürk 2010: 13) içinde yemek kültürünün de önemli bir yeri vardır. Kültürel belleğin (Cogito 2007, Assmann 2001) iletişim çağını yaşadığı günümüzde bir taraftan hızlı bir küreselleşme yaşanırken diğer taraftan yereli "keşfetme" çabaları da dikkate değerdir. Günümüzde, insanoğlunun görülmeyeni keşfetme, bilinmeyen yerel lezzetleri tatma tutkusu sınır tanımadan devam etmektedir.

Dünyanın en zengin mutfaklarından biri olan Türk mutfağı, doğumdan ölüme kadar geçiş ritüellerinin ve hayata anlam katan diğer pek çok uygulamanın en önemli parçasını oluşturmaktadır. Kiler ve kırkambarın zenginliğinin yansıması olarak bu mutfakta, "tükenmez küpleri" ile mucize tatlar ortaya çıkarılmaktadır.

Türk mutfağı zenginliği kadar yaşı ile de önemlidir. Dünyanın en eski milletlerinden olan Türklerin yemekle ilgili ilk kayıtları milattan önceki Çin yıllıklarında kaydedilmeye başlanmıştır (Onat, Orsoy, Ercilasun 2004; Onat 2012).

Yemek kütürüyle ilgili tercihler, sözlü bellekte karşılığını bulmuştur. "İnsan ağzı yediğini, insan eğni giydiğini arar" (KK Dursun Ayan 1957) misali, sözlü bellekte geleneksel tatlar, kalıplaşmış sözlerle ebediliği yakalamıştır. Türk milleti evlenmek isteğini "pilava kaşık dikerek" ifade etmiş; yemin ederken "pilavdan dönenin kaşığı kırılsın", öğüt verirken "dayak bulursan kaç, yemek bulursan ye", "yemeğe küsülmez" diyerek, memnuniyetsizliğini ise "dil böreği surat aşı" ikram ederek belli etmiştir. Türk sözlü belleğinde yemek, "nasip, kısmet işi" olarak algılanmıştır: "Misafir on nasibiyle gelir; birini yer, dokuzunu bırakır", "misafir gelen eve Tanrı kutu gelir", "misafir umduğunu değil bulduğunu yer"; "davetsiz gelen mindersiz oturur"; "kimse kimsenin nasibini yiyemez"; "kimse nasibinden fazlasını yiyemez" vs.

Türk sözlü belleğinde yemek ve mutfak bazı kültürlerin aksine kutsal görülmektedir. Bu yüzden sofraya oturmak, yemek yemek ciddiyet gerektiren bir iş olarak algılanmıştır. Temizliğe oldukça dikkat edilen sofrada, yiyeceklerin kutsiyeti sözler ve davranışlarla belli edilmektedir. Sofraya oturuş şekli de saygı göstergesi olarak algılanmaktadır. Sofrada düzgün oturmak demek, ayaklarını uzatmamak, dik oturmak, kaykılmamak demektir. Ayrıca ekmeği ters koymak ve tek elle bölmek günah kabul edilmektedir. Yemeğe birlikte oturma, aile büyüğü ya da misafir yemeye başlamadan başlamama, besmeleyle başlama, yemek boyunca aşırı davranışlardan ve gülüşmelerden kaçınma sofraya saygının belli başlı kurallarıdır. Yemek bittiğinde sofranın çok çabuk toplanması gerekmektedir. Çünkü sofradaki yemek artıklarının ve ekmek kırıntılarının melekler tarafından titreşerek beklendiğine inanılmaktadır. Sofrada çok uzun süre oturulması ise "sarhoş sofrasına döndü" denilerek hoş karşılanmamaktadır. Sofrayla ilgili ciddiyet, bazen, yakın dostlar sofraya davet edilirken yerini şakalara bırakabilmektedir: "Buyrun sofraya; yarımı yemeyin, bütünü bölmeyin." şeklinde şaşırtma sözler kullanılarak ortam yumuşatılabilmektedir.

Savaşçı, göçebe bir kültür geleneği olarak Türkler, yemeği hızlı yeme alışkanlığı edinmişlerdir. Hatta geleneksel kültürde biri işe alınacağında önce yemeğe davet edilmektedir. Bu kişi yemeği hızlı yerse çalışkan anlamına gelmektedir. Bunun için ölçü, yemek yerken hızdan dolayı kulak arkasından kütürtü sesi gelmesidir. Yemeği yavaş yiyenlerin işlerinin de yavaş olacağı kanaati ile tercih edilmiştir. Bugün bu anlayış biraz değişmeye başlamış; yemeği yavaş yemenin, çok çiğnemenin sağlık açısından daha iyi olduğuna inanılmıştır.

Toplumların yiyecek alışkanlıkları onların geçmişinden izler barındırmaktadır. Genellikle canlı ve çiğ yenilen et türevleri, toplumların arkaik beslenme alışkanlıklarının göstergesidir. Örneğin Fransızların bazı deniz kabuklularını canlı yemesi, Avustralya yerlilerinin ağaç kurtlarını canlı yemeleri, Yemenlilerin canlı çekirge yemeleri, onların en eski yeme alışkanlıklarını göstermektedir. Türk kültüründe ise canlı hayvan yeme alışkanlığının izlerini sürememekle birlikte çiğ et yeme alışkanlıkları tespit edilebilen en eski yemek kültürünün izleri olarak kabul edilebilir. Üç kıtaya yayılmış, pek çok din ve kültürle karşılaşmış bir millet olarak Türkler, zengin çiğ et yeme kültürüne sahiptir.

Türk yemek kültürüne etki eden önemli bir faktör ipek yolu ve baharat yolu üzerinde konuşlanmış olmasıdır. Bir taraftan ipek yolu üzerinde kervancılar için hazır yemek kültürü gelişirken diğer tarafta baharat yolu üzerinde baharat kültürü gelişmiştir. Bu bağlamda Uygur ve Özbek mutfakları ve Anadolu'nun güneyi dikkati çekmektedir.

Anadolu'nun zengin ot kültürü yanında bütün Türk dünyasının ortak baskın lezzetleri olan pastırma, sucuk, et kurutmaları şeklinde çiğ et kültürü zenginleşerek varlığını devam ettirmiştir. Türk kültürünün bu bağlamda en arkaik yeme alışkanlıklarını ise bütün zenginliğiyle Yakut/Saha Türkleri sürdürmektedir. Bütün et ve sakatat çeşitlerinin çiğ olarak, büyük çoğunluğu dondurularak ya da çeşitli şekillerde terbiye edilerek tüketilen bu mutfak, dünya mutfakları arasında son yıllarda dikkat çekmeye başlamıştır.

Türk yemek kültüründen sözlü belleğe yansıyan en temel inanç yaratılışla ilgilidir. Halk arasında yaygın olarak bilinen bir mite göre önce yiyecek sonra ibadet yaratılmıştır. Dolayısıyla önce ocak sonra ibadethane yapıldığına inanılmaktadır. Bu nedenle ibadet saatlerinin yemek ile çakışması durumlarında geleneksel kültürde önce karnın doyurulmasına salık verilmiştir.[1] Belki de aç karınla ibadetin hakkıyla yerine getirilemeyeceği düşüncesi ile böyle bir uygulama yapılagelmiştir.

Yemek pişirmeye "besmele ile başlama", "el benim elim değil Fatma anamızın eli" deme (İslamiyet'ten önce ve bugünkü uzak Türk yurtlarında "Umay anamızın eli"); yemeği "sevgiyle" pişirme, her gün "misafir gelecekmiş gibi" hazırlık yapma, "misafir için kıyıda köşede yiyecek saklama" gibi adet ve uygulamalar bereket, kut göstergesi olarak Türk kültüründe bugün de yaşamaktadır. "Misafir on nasibiyle gelir, birini yer dokuzunu bırakır" atasözü bu düşünceyi doğrular niteliktedir. "Konuğu gelmeyen kara evler yıkılsa yeğ" (Ergin 1994: 74) diye beddua eden Korkut Ata gibi, konuksuz evlerin Tanrı tarafından da hoş görülmeyeceği inancı kültürümüzün yemek ve konuk ile ilgili ayrıcalıklı geleneklerindendir. Geleneksel Türk misafirperverliğinin en önemli bölümünü oluşturan yiyecek kültüründe bu nedenle can-ı yürekten ve adeta "ne ikram edeceğini şaşırma" halleri ve "Allah aşkına ye" vb. sözlerin bugünkü şartlarda aşırı bulunan halleri geçmişteki misafirlerin utangaçlıklarının giderilmesini sağlayan terbiye anlayışının gereği olarak yapılmaktadır.

"Her yiğidin bir yoğurt yiyişi vardır" atasözünde olduğu gibi Türk yemek kültürü gezgin bir kültür olarak tüm çeşitliliği ve samimiyeti içinde barındırır. Misafirlikte, yemekte çok utangaç, çok çekingen bir millet miyiz bilinmez bu hususun giderilmesi için bazı sözler sık sık dile getirilir. Bunun için misafir doymadan aile fertlerinden hiç kimse sofradan kalkmaz; doysa da az az yemeye devam eder. Günlük hayatta yemek yerken dökmemeye gayret edilmesine rağmen, misafir için bu kural geçerli değildir: "Allah aşkına, lütfen çekinmeyin. Döke döke yiyin. Dökülmeden karın doymaz" denilerek misafir rahat ettirilmeye çalışılır.

1 Bu mit, geleneğe uyarak dört yaş dört ay dört günlükken okuma yazma öğretilen (eski yazı), altı yaşında hatim indiren, 86 yaşında vefat edene kadar namazını hiç bırakmayan ve namazı vaktinde kılma hususunda çok hassas davranan babaannem-kaynak kişim Penbe Horasan tarafından, büyüklerinden duymuş olarak hayatı boyunca sık sık tekrar edilmiştir.

Her yemeğin olduğu gibi yemekle ilgili her sözün bellekte önemli bir izi vardır. Toplum, yemeklerin adları, tatları, onlarla ilgili kalıp ifadeler hakkında nasıl, nerede, ne zaman mutabakata varmaktadır? Bunları nasıl yaşatmaktadır? Bugün Türk milleti için pek bir anlam ifade etmiyor gibi görünen yiyecekle ilgili kalıp ifadelerin izi nereye kadar sürülebilir? Bu durumu bir örnekle izah edelim: Evde, misafirlikte ya da herhangi bir yerde (genellikle evde, dışarıda ise saygısızlık olmaması için belli edilmez), yemekler beğenilmemişse sıkça söylenen bir söz vardır. Akşam acıkmış bir şekilde eve gelen evin genellikle erkekleri[2] mutfakta ocağın üzerinde hazırlanmış yemek tencerelerinin kapaklarını "acaba yemekte ne var?" diyerek merakla açıp bakarlar veya sorarlar. Eğer tencerede et yemeklerinden biri varsa oh, ne âlâ. "Çok acıktım", denilip hemen sofraya oturulmak istenir. Et yemeği yoksa örneğin kabak, pırasa, karnabahar, kereviz nevinden bir yemek varsa "aman Allah'ım, aç kaldım; keşke dışarıda yeseydim! Yiyecek bir şey yok!" şeklinde serzenişte bulunulduğuna pek çokları şahittir. Yiyeceklerin çok çeşitli olması da bu sözün söylenmesine engel değildir. Evdeki kadın günlerinden sonra akşam eve gelen ailenin –genellikle erkekleri- yemek çeşitlerinin bolluğuna rağmen bu sözü yine de söyleyebilmektedir. Bazen on, on beş hatta yirmi ve daha fazla çeşit yiyeceğin sunulduğu bu günlerde genellikle et yemekleri ihmal edilmektedir. Hatta bu yemeklerden bazıları bu nedenle "yalancı", "sahte" gibi sıfatlar almaktadır. Örneğin yalancı sarma, yalancı dolma vs. Çünkü bu sözle bilinçaltında et kastedilmektedir. Etli bir yemek yoksa diğerleri teferruattan sayılmaktadır. Bütün Türk dünyasında yaygın bir şekilde yaşayan bu anlayış ve kalıp söz acaba belleklerde ne zaman genel kabule dönüşmüştür? Bunun tespiti oldukça zor görünmekle birlikte bir fikir vermesi açısından Amerika'da yaşayan ve Türklerin akrabası olarak kabul edilen Dene ve Na-Dene Kızılderilileri üzerine yapılan bir araştırmada şöyle bir anekdot kaydedilmiştir: Kanadalı antropolog Steward'ın 1952 yılı kışında Peel nehri Loucheuxlarından bir aile reisinden tespitlerine göre, bu aile reisi avda hastalanır; ailecek köye dönerler. Aile reisi sosyal yardım almak için resmi makamlara başvurur. Gerekçe olarak da " yiyecek bir şey yok!" der ve gider. Sosyal yardım görevlisi onun evine bol miktarda gıda yardımı gönderir. Ertesi gün yine gelir, aynı sözü söyler. Tekrar yiyecek gönderilir. Üçüncü gün tekrar gelip aynı şeyi söyleyince bilimsel araştırmaları için buraya gelip sosyal hizmet görevlisi olarak çalışan Steward'ın dikkatini çeker. Çünkü gönderilen yiyeceklerin o kadar kısa sürede bitmesi mümkün değildir. Aynı günlerde karaciğer kanseri bulgusuyla vefat eden adamla ilgili soruşturma başlatılır. Tercümana, bir aile iki gün üst üste iki büyük yardım aldığı halde nasıl yiyecek bir şeylerinin olmadığı sorulduğunda bunun anlamının yiyecek etlerinin olmadığı anlamına geldiği belirtilir (Steward 2000: 339). Sözün kökeni araştırılırken Kızılderililerin Cengiz Han'ın şerrinden kaçarak Bering Boğazından Amerika'ya geçen Türk atalara dayandırılır. Delil olarak da onların sözlü tarih anlatılarının yanında bugün Türk dünyasında sözün yaygın kullanımı gösterilir (Thomas 1927: cilt:37 s.147 ve cilt:40 s.35'ten Steward 2000: 339) . Bu durumda "Yiyecek bir şey yok!" söz kalıbının kökeni en az bin yıl öncesine gitmektedir. Türk milleti bu söz kalıbını ne zaman üretmiştir, üzerinde ne zaman mutabakata varmıştır da genel kabule dönüşmüştür? Üstelik bu tip söz kalıpları başka dillere çevrilirken de özgünlüğünü yitirmemektedir. Görüldüğü üzere Dene ve Na-Dene Kızılderililerinin yerel dildeki bu sözü İngilizceye aktarılmasına rağmen söz kalıbının izi rahatlıkla sürülebilmektedir.

Buradan çıkarılabilecek bir sonuç, en temel ihtiyaç olan yemek kültürü ile ilgili sözler muhtemelen sözlü belleklerin en arkaik izlerini taşımaktadır. Bu durumda Raglan'ın sözlü tarih ile ilgili şu teorisi tartışmalı duruma gelmektedir: "Bilinen geçmişe ilişkin olayların sıralanış hikâyesi" şeklinde algılanan tarih, kesin kronoloji olmadan var olamaz ve tarihin özü doğru sıralanmış olayların birbiriyle ilişkileridir. Kronoloji de, okuma yazmaya dayalı bir gerçektir ve en çok bilinen gerçekler bile 100-150 yıllık bir zamanda unutulurlar" (Raglan 2005:306 vd.). Her ne kadar Raglan'ın seçtiği örnekler ve Arslan'ın onu destekleyici örnekleri olan efe anlatıları (Arslan 2014) 100-150 yıl önceki olaylarla ilgili ve olaylara tanıklık edenlerin verilerine dayanan sözlü tarih anlatıları ise de sözlü belleğin daha eski tarihli olayları hatırlayamayacağı gerçeğini değiştirmez. Yukarıdaki örnek bunun açık bir kanıtıdır.

Türk sözlü belleğinde yaşayan dikkat çekici bir başka söz "Aaa! Turfanda çıkmış mı?" kalıbıdır. Onu en çok da "turfanda meyve, sebze" vb. şeklinde görmek mümkündür. Bugün için mevsimin ilk meyveleri anlamın-

2 Genellikle erkekler tarafından dile getirilen bu husus yemek ve cinsiyet ayrımı hakkında bir fikir vermektedir.

da söylenen bu söz, başlangıçta "Turfan şehrinde çıkmış mı" anlamında kullanılmaktadır. Çünkü Türklerin Doğu Türkistan'daki Turfan şehri iklim olarak erken yetiştirmeye müsaittir. Sebze ve meyveler ilk orada çıkmakta; oradan diğer Türk yurtlarına dağılmaktaydı. Turfan'dan uzaklaşalı yüzlerce yıl oldu; Türkiye'deki pek çok kişi bu kadim yurdu unuttu belki, ama sözlü belleklerde kalıp ifade yaşamaya devam etmektedir.

Turfanda yiyeceklerin ayrı bir yeme adabı vardır. Geleneksel kültürde mevsimin ilk meyvesinin yenilişi bir ritüele dönüştürülür. Bunun için abdestli iken söz konusu meyve ele alınır ve önce besmele çekilir. Sonra da "Ha ha ha diyelim; yılına kadar yiyelim; eski ağza yeni taam" şeklinde Türkçe dua edilip sevinç içinde yenilmeye özen gösterilir (KK P. Horasan, Selanik 1923; H. Bilgin, Kuyucak 1947). Bu sözün de yaşını bilmiyoruz fakat 1923 doğumlu olan babaannem ninelerinden öğrendiğini nakletmişti. Demek ki bizim tespitlerimize göre en az 200 yıldır kullanılmaktadır.

Türk kültüründe yiyeceklerle insan arasında sıkı bir bağ kurulmaktadır. "İnsanın kökü ekmek, ağacın kökü toprak" atasözünde olduğu gibi tarım toplumunun bariz izleri olarak halk muhayyilesinde insanın kökü ekmek görülmektedir. Hayvancı Türklerde de durum çok farklı değildir. "Mal canın yongası" derken genellikle hayvanlarının insanların vücudunun bir parçası gibi kabul edilmesi söz konusudur. Ayrıca yemek kapları da insanları ifade edebilmektedir. Birbirine uyumlu çiftler için sözlü bellekte "tencere yuvarlanmış, kapağını bulmuş" denmektedir. Mütevazı ailelerin yemek alışkanlığına ise "tencerede pişirip kapağında yemek" deyimi uygun görülmüştür.

Öğütlerde de durum farklı değildir. "Buğday ekmeğin yoksa buğday dilin ola." Bu öğütle ilgili bir anı anlatmak istiyorum. Bir arkadaşım ailesiyle birlikte arkadaşlarının evine yemeğe davet edilmişler. Yemekte sadece çorba varmış. Evin hanımı, çorbayı sunarken güler yüzle ve çok tatlı bir dille "şöyle uğraştım, böyle didindim, sizin için size layık, harika, muhteşem bir çorba pişirdim" diyerek gece boyunca çorbasını öve öve bitirememiş. Konuklar bu konuşmanın etkisinde o kadar kalmışlar ki dünyanın en harika yemeğini yemiş gibi hissetmişler; karınları çok güzel doymuş.

Neyse, yemek, sohbet derken güzel bir gecenin sonunda konuklar kalkıp evlerine gitmişler. Yolda giderken kocası hanımına demiş ki: "Ne muhteşem sofraydı. Ne harika çorbaydı. Filanca Hanım, hem çalışıyor, hem de bu kadar güzel sofralar hazırlayabiliyor." Hanımın o an aklı başına gelmiş. Kendisi her zaman tam tekmil sofralar hazırladığı halde kocası o güzelliğin farkında değilmiş. Hanım bu hususta biraz serzenişte (dil böreği, surat aşı) bulunmuş. Kocası da o güne kadar sıradan bir uygulama gibi gördüğü ve taltif etme gereği duymadığı eşinin hakikaten harika sofraları için teşekkür etmeye, övücü sözler söylemeye başlamış. Bu olaydan ve sözden anlaşıldığı üzere güzel sofra hazırlamak kadar, güzel sunabilmek, güzel sözlerle ikram edebilmek çok önemlidir.

Tabi bir de yenmesi imkânsız olmakla birlikte yenmeye maruz bırakılan yemekler vardır: "Dil böreği" ve "surat aşı" gibi. Üstüne bir de "papara" gelirse bu sofranın tadına doyum olmaz! Eşlerine iyi davranmayan, hoşnut edemeyen ya da herhangi bir olaydan/ihmalden dolayı eşini kıranlar akşam eve geldiklerinde böyle muhteşem(!) bir sofrayla karşılaşabilmektedirler. Bu sözlerden anlaşıldığı üzere kavga, azar, kem söz; sinirli, kızgın, üzgün, kırgın yüz ifadesi ve kötü beden dilini ifade eden bu yemek, hiç kimsenin yemeyi arzu etmediği bir yemektir. Sivas ve diğer bazı yörelerde bu söz "gaz yağıyla yağlamak, çakırdikeniyle dağlamak" sözüyle de ifade edilmektedir. (KK: Uzm. Dursun Ayan, Sivas 1957). Paparaya gelince; ikinci sözlü kültürde pek çok tarifinin bulunduğu papara, "köpek maması, tatsız tuzsuz yemek" gibi anlamlara gelmekle birlikte sözlü bellekte "azar işitmek" anlamında yerleşmiştir.

Yemek ile ilgili olarak "ev sahibi" kavramının sözlü bellekteki anlamına açıklık getirmekte fayda vardır. Geleneksel kültürde ev sahibi sözünden evin hanımı anlaşılmaktadır. Türk kültüründe evde ağırlanacak misafirlerle ilgili pek çok kural vardır. Zorunlu durumlar haricinde bu şartlara uymayan misafirler dışarıda ağırlanmaktadır. Genel kabule göre eve kabul edilen misafir ise ev sahibi hanımın onuruna bu davete teşrif etmektedir. Bu nedenle Türk hanımları "şeref" konuklarını güler yüzle karşılamayı ve en güzel şekilde ağırlamayı kendilerine "yüz akı" kabul etmektedir. Her ne kadar Dede Korkut Kitabı'nda "Oğul atadan görmeyince sofra çekmez" atasözü varsa da zaman içinde bu genel kabul kadın kimliği ile özdeşleşmiştir. "Kadın var arpa unundan aş yapar; kadın var buğday unundan keş yapar" atasözünde olduğu gibi yemek pişirmekte marifetli olan kadınlar övülmüştür. Güzel yemek yapan kadınların genellikle kullandıkları bir

söz vardır: "Elimin lezzeti". Böyle kadınlar, "Malzeme aynı malzeme/içinde hiçbir şey yok, tamamiyle elimin lezzeti" diyerek içinde övünç barındıran bir tevazunun sahibi olurlar.

Yemek ile ilgili olarak cimri ev sahipleri hakkında bir fıkra, gerekli hallerde anlatılmaktadır: "Eskiden cimri bir ev sahibine bir misafir gelmiş. Misafire ev sahibi "uykusuz musun, susuz musun" diye sorarak yemek ikram etmekten kaytarmak istemiş. Misafir de "çeşme başında uyudum" diyerek kanının aç olduğunu ima etmiş (KK: Uzm. Dursun Ayan, Sivas 1957). Aileler çocuklarına misafire yemek ikramı ile ilgili nasihat verirken genellikle bu fıkrayı anlatırlar; akasından da tembihlerler ki gelen her kim olursa olsun sormadan sofra hazırlığı yapsınlar. Ayrıca cimri ev sahipleri ile ilgili sözlü belleğe "ekmeği dizinde" ve "kaşıkla verip sapıyla çıkartır" (KK: Uzm. Dursun Ayan, Sivas 1957) sözleri yerleşmiştir.

Türk töresinde yemek ve sofra kültürü, hemen her sosyal olayla bütünleşerek ortaya çıkmaktadır. Doğum, sünnet, evlenme, yağmalı toylar, şölenler, imece toplantıları, ölüm, adak, dilekler için büyük sofralar kurulmakta; birlikte yenilip içilerek söz konusu durum ile ilgili topluca dualar edilmektedir. Böylece acılar paylaşılarak azalmakta, sevinçler paylaşılarak artmakta, dilekler Tanrı'ya ulaştırılmaktadır. Konuklara gerek acı gerekse sevinçli günlerde "dağ gibi et, göl gibi kımız" ikram etmek artık destan metinlerinde ya da Saha Sire gibi uzak Türk yurtlarında kalsa da zaman zaman diğer Türk yurtlarında buna yakın şölenlere rastlanmaktadır.

Yemek zamanları ile ilgili gelenek sabah, öğle ve akşam olmak üzere üç temel öğüne dayanmaktadır. Beden gücüne dayalı işlerin yoğunluğundan dolayı kahvaltıda güçlü yiyeceklerin yenmesine önem verilmektedir. "Tarhana aşı tarlaya kadar, bulgur aşı akşama kadar" sözüyle çabuk acıktırmayacak, çok enerji verecek yiyeceklere dikkat çekilmektedir.

Üç öğün haricinde "kuşluk" ve "yatsılık"/"yatgeberlik" öğünleri dikkati çekmektedir. Son yılların moda yemeği olan "branç"ın karşılığı "kuşluk", unutulmaktan dolayı boynu bükük kalmıştır. Yatsılık/yatgeberlik ise adı üzerinde gece yatmadan önce kurulan sofraya verilen addır. Adıyla müsemma olan bu yemek bazı aileler için elzem görülmektedir. Elzem görülmeyen ailelerde ise özellikle yatılı misafir geldiğinde yatsılık hazırlanması gelenektir. Misafir istemediğini ifade etse de kurulan bu sofra ile ilgili olarak "bizim buralarda geceler uzun olur; gece aç kalırsınız sonra" denilerek ısrar edilmektedir. Yatsılık/yatgeberlik özel bir hazırlık gerektirmez. Akşam yemeğinden kalanlar içinde yatsılığa uygun olanlar veya kalmamışsa kahvaltılık hazırlanarak geçiştirilen bir sofradır.

Yatsılık/yatgeberlik ile ilgili sözlü belleğe yansıyan bir fıkra şöyledir: "Eveli biri yatılı misafirliğe gitmiş. Alışkanlık gereği gecenin ilerleyen saatlerinde acıkmış; utandığı için de bunu doğrudan söyleyememiş: "Eskiden bizim oralarda yatsılık vardı, misafirler sohbet ederken yatsılık yerdi" demiş. Üşengeç/pinti ev sahibi de "Sizin oralardan bir rüzgâr esti, bizim buralarda yatsılığı kesti" demiş. Fıkranın bir benzeri de Nasrettin Hoca'ya mal edilmiştir: Nasreddin Hoca'ya misafir gelmiş. Hoca da elinden gelen ikramı yapmış. Tam yatılacağı sırada, misafir, makamla şarkıya benzeterek şöyle bir şey okumuş: "Bizim eller, bizim eller; yatarken üzüm yerler!" Bu saatte misafirin önüne üzüm çıkarmak istemeyen Hoca, şu cevabı vermiş: "Bizde öyle âdet yoktur. Saklarlar da güzün yerler." (Erişim tarihi: 13.03.2016 http://ekitap.kulturturizm.gov.tr/Eklenti/11450,fikralarpdf.pdf?0)

Türk yemek kültürünün demirbaşı ocaktır. Ocakla ilgili anlatılar yaratılışın başına dayandırılmaktadır. Aile ocağında her gün tencere kaynaması kut göstergesidir. Aile ocağı bir taraftan ata ruhlarının ziyaret ettiğine inanılan bir yer, diğer taraftan gelecek nesillerin, varlığın, bereketin temini olarak algılanmaktadır. Bu yüzden ocakla ilgili sözlü belleğe yansıyan çok büyük bir zenginlik vardır. Burada bu makalenin sınırlarını aşacağı için ocak ile ilgili sadece birkaç dua ve beddua sözüne yer verelim: Beddualar: "Allah ocaklardan ırak eyleye", "Dokuz ocaklara kül dök.", "Evin ocağın yıhılsın.", "Görüm seni, isli ocak üstüne hesret galasan.", "Kör olsun, ocağı batsın tütmesin.", "Ocağın batsın.", "Ocağın tütmeye.", "Ocağı sönesice.", "Ocağın bata da zırnan sallana.", "Ocağın sönsün.", "Ocağına incir dikilsin.", "Ocağında kül elene."vb. Dualar: "Ocağın şen ola.", "Ocağı tütesice.", "Ocağın odlu olsun, gazanın gaynar.", "Ocaktan duyandan Allah uzak etsin." vb. Gerek ritüel yemekler, gerekse günlük olsun aile ocağında yemeğin kaynaması kut ve aile saadetinin göstergesidir.

Türk yemek kültüründe misafiri evde ağırlamaya özel bir önem verilmektedir. Yemeklerin her aşamasını

evde hazırlama da bu işin önemli bir adabı olarak kabul edilmektedir. Bu durum gurbet ellere gidildiğinde ayrı bir önem kazanmaktadır. Başka kültürlerden dostlara geleneksel Türk yemekleri ya da yöresel lezzetler sunma ihtiyacı hissedildiğinde, uzun yıllar ihmal edilen, hor görülen lezzetler hatırlanmaya başlanmaktadır. Bu durum, annelere açılan telefonlar ya da bugün artık ikinci sözlü belleklere, internet anneye müracaat edilerek uygulanmaya çalışılmaktadır.

Medeni toplumlarda geleneksel tatları bilmek, uygulayabilmek ve gerektiği şekilde sunabilmek entelektüellik göstergesi olarak algılanmaktadır. Gerek evlerde gerekse geleneksel Türk yemeği hizmeti verilen mekânlarda "misafir"lere "özel", "kıymetli" olduklarını hissettirmek Türk kültür ve medeniyetinin göstergesidir. Küresel sermayenin tek tip beslenmeye yönelten imajından sıkılanlar, Türk sözlü belleğinin bu özel ilgisi karşısında elbette duyarsız kalmayacaktır.

Sonuç olarak Türk yemek kültüründen sözlü belleğe yansıyan bu sözler halk yaşamının ve hayat felsefesinin yüzlerce belki de binlerce yıllık köklerinin göstergesi olarak, üstlendiği pek çok anlam ve işlevle yaşamaktadır. Keşfedilmeyi bekleyen bu yemek zenginliği ehil ellerde hak ettiği zirveye çıkarılmalıdır.

KAYNAKLAR

Arslan, M. (2014). Sözlü tarih ve kültürel bellek aktarımı bağlamında denizli yöresi efe anlatıları. *Kültürümüzde efe* (içinde). (Edt: E. Gürsoy Naskali, H. O. Altun) ACTA TURCICA Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi Online Thematic Journal of Turkic Studies www.actaturcica.com Yıl VI, Sayı 2, Temmuz 2014. 15.02. 2016. http://actaturcica.com/_media/2014-07/vi_ii_13.pdf.

Assmann, J. (2001). *Kültürel Bellek- Eski Yüksek Kültürlerde Yazı, Hatırlama ve Politik Kimlik*. (A. Tekin, çev.). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Ergin, Muharrem. (1994). *Dede Korkut Kitabı I*. Ankara: TDK Yay.

Goode, J. (2009). Yemek. (F. Mormenekşe, çev.). *Halkbiliminde kuramlar ve yaklaşımlar 3.* (içinde). (Ö. Oğuz, S. Gürçayır, S. Çalış, Yay. Hz.). 375-381. Ankara: Geleneksel Yay.

Kaynak Kişi: Penbe Horasan, Selanik 1923, lise. Derleme tarihi: 1975-2005 yılları arasında pek çok defa.

Kaynak Kişi: Hatice Bilgin, Kuyucak 1947, ilkokul. Derleme tarihi: 05.03.2016

Kaynak Kişi: Uzm. Dursun Ayan, Sivas 1957, doktora. Derleme tarihi: 05.03.2016

Raglan, L. (2005). Tarih ve mit. (E. Ölçer Özünel, çev.) *Halkbiliminde kuramlar ve yaklaşımlar*-2. (içinde) s. 305-317. Ankara: Geleneksel Yayıncılık.

Steward, E. G. (2000). *Cengiz han'dan amerika'ya kaçan türkler*. (E. B. Özbilgen, çev.). İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yay.

Schudson, M. (2007). Kollektif bellekte çarpıtma dinamikleri. *Cogito.* Bellek: Öncesiz ve Sonrasız, Sayı 50, Bahar, s. 179-199. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Oğuz, M. Ö. (2007). Folklor: ortak bellek ve paylaşılan deneyim. *Millî Folklor.* S.74. s.5-8.

Oğuz, M. Ö. (2013). *Somut olmayan kültürel miras nedir?*, Ankara: Geleneksel Yayıncılık.

Onat, A., Orsoy, S., Ercilasun K. (2004). *Han Hanedanlığı Tarihi Hsiung-nu (Hun) Monografisi*. Ankara: TTK Yay.

Onat, A. (2012). *Han Hanedanı Tarihinde Batı Bölgeleri*. Ankara: TTK Yay.

Öztürk, S. (2010). Türkiye'de sözlü tarihten iletişim araştırmalarında yararlanma üzerine notlar. *Millî Folklor*, 2010, Yıl: 22, Sayı: 87. s.13-26.

http://ekitap.kulturturizm.gov.tr/Eklenti/11450,fikralarpdf.pdf?0. E. Tarihi: 13.03.2016

TÜRKLERDE YEMEK GELENEKLERİ

Aysun KILIÇARSLAN

1. Sofra Düzeni

Geleneksel yeme sisteminde, aile bireyleri bir arada yer sofrasında, tek kaptan yemek yerlerdi (Baysal 1993). Sulu yemekler ekmek yardımıyla elle yeneceğinden sofraya eller yıkanmadan oturulmazdı. Elleri yıkamak için el leğeni ve ibrik getirilerek önce küçüklerden başlanmak üzere eller yıkanırdı. El yıkamaya önce gençlerin başlaması yaşlıları sofrada bekletmemek için, hürmet icabıydı (D'Ohsson 2002).

Türk ev mimarisinde ayrı bir yemek salonu olmadığından öğün zamanı gelince bulunulan yere sofra kurularak yemek yenirdi (Halıcı 2009). Halının üzerine aile bireylerinin sayısına göre ayarlanmış, kalabalık ailelerde kumaşları birbirine ek yapıp, dikilerek büyütülmüş, halıya gelen kısmının arkasına, düğme, nakış vb. işaretler konularak aynı yönü kullanmak üzere hazırlanmış sofra bezi (sofra çiti) yere serilirdi. Geçmişten günümüze kadar sofra bezinin yere serilmesinin nedenlerinden biri temizliktir. İkinci nedeni ise, ekmek ve pirinç gibi temel besinlerimizin yere düşüp üzerine basılmasının günah sayılmasıdır.

Saraylarda, sofranın altına çepeçevre sırmalar ve pullarla işlenmiş bir yaygı, yere, halının üzerine yayılırdı (Saz 2008). Günümüzde kullanılan sofra bezleri ise, beyaz veya desenli, işlemeli, baskı desenli ya da yöresel dokuma sofra bezleridir.

Sofra bezinin üzerine yüksekliği sağlamak için genellikle tahtadan altı ya da dört ayaklı, açılıp kapanabilen "sofra altı", "sini altı", "sini ayağı" veya daire şeklinde kasnak konur, onun üzerine de sini yerleştirilirdi. Kırmalı sini altı veya ters çevrilmiş ufak bir masa, sehpa üzerine konulan yemek sinisi, yemeğe oturanların sayısına göre büyük veya küçük olurdu (Baysal 2002, Odabaşı 2001).

Siniler, bakır, pirinç, tahta gibi maddelerden yapıldığı gibi buğday ve çavdar sapından örülmüş siniler de kullanılırdı (Baysal 2002). Günümüzde kalaylı bakırdan yapılmış veya üstü çiçek desenli emaye, alüminyum siniler de kullanılmaktadır. Geçmişte de günümüzde de bazı evlerde sininin etrafına yer minderleri dizilerek sofraya oturulmaktadır.

Sininin kenarına tahta ya da madeni çorba kaşıkları zevke göre çorba tasını çevreleyecek biçimde veya tepsinin kenarına ters çevrilerek kişi sayısınca yerleştirilirdi (Halıcı 2009). Eskiden kaşıklar, tahtadan, bağadan, gümüşten; nadiren altından, sedeften, şimşirden yapılırdı. Kaşıklara yazılarla, çiçeklerle, mercan, sedef, fildişi, hatta mücevherlerle işlemeler yapılırdı. Çorba, pilav, sütlü tatlılar, yemek, hoşaf, çay ve kahve için ayrı ayrı büyüklükte ve biçimde kaşıklar yapılırdı (Araz 1999).

Peçeteler birer kişilik ise kaşıkların üzerine, uzun bütün ise sininin etrafında ya da küçük bir tepsi içinde sofraya yakın bir yerde bekletilir. Sıcak sabunlu su ile hazırlanmış, çiçek, özellikle gül kokusu serpilmiş el bezleri de aralarda elleri silmek için bulundurulur (Halıcı 2002).

Masa, sandalye, çatal, herkese ayrı tabak ayrı bardak usulü sarayda Abdülhamit döneminde başlamıştır. Fakat Anadolu'da halk ise çok uzun süre aynı tabaktan yeme ve aynı bardaktan içme alışkanlığına devam etmiştir. Evlerde yemek odası mobilyaları yine o dönemde kullanılmaya başlamıştır. Fakat küçük ve orta halli ailelerde ise basit şekliyle günümüzde de devam etmiştir.(Karay 2008). Bugün köy, kasaba ve şehirlerde yaşayan birçok ailenin evinde yemek masası vardır. Günümüzde aynı odada masa dururken yer sofrası düzeninin kullanılmasına devam edildiği yapmış olduğumuz araştırmalarda tespit edilmiştir.

2. Sofraya Oturma Düzeni

Sofra İslamiyet'te ve Türk geleneğinde kutsal sayılmıştır. Sofranın başköşesi ise en önemli makamdır (Cunbur 1982). Sofrada genel kural olarak ailenin büyüğü sofraya oturmadan diğer aile bireyleri sofraya oturmazdı. Geçmişte bazı yörelerde çocuklar büyüklerle aynı sofraya oturmazlardı. Erkeklerin sofrası ayrı, kadın ve çocukların sofrası ayrı kurulmaktaydı. Zamanla ev halkı hep birlikte sofraya oturmaya başladı, ancak sofrada bir düzen vardı. Bu düzene göre büyükler ve evin reisi odanın başköşesine, hizmet edecek kadın veya kızlar ise odanın kapıya yakın tarafına oturmaktaydı. Yakın geçmişe kadar evin gelini sofraya oturmaz, kayınpeder ve eşiyle birlikte yemek yemezdi. Kadınlar ve çocuklar birlikte ve erkeklerden ayrı

yemek yerlerdi. Günümüzde bu gelenek büyük ölçüde yıkılmış olmasına rağmen, az da olsa bu geleneği sürdüren aileler bulunmaktadır. Sofrada yer minderlerine oturulur ve sini etrafında diz çökülerek ya da bağdaş kurularak yenirdi (Tezcan 1982**).** Sofraya hanımlar ve gençler genellikle diz çökerek, büyükler bağdaş kurarak otururlardı (Baysal 2002).

Bazı yörelerde ise erkeklerin yediklerinden geriye ne arttıysa evdeki kadınlar onları yiyerek karınlarını doyururlardı.

Günümüzde birçok ailede yine yerde oturma düzeni kuralları geçerli olmakla birlikte çoğunlukla masada yeme düzenine geçilmiştir.

3. Servis

Türklerin sofrasında yemeğe çorbayla başlanır, sonra bir et veya etli sebze yemeği, bir pilav türü veya börekle devam edilir, zeytinyağlı sebze yemeği, tatlı ya da hoşafla tamamlanırdı. Bu liste kırsal kesimde bazen bir türe bile iniyordu (Araz 1999).

Servis ilk yemeğin (genellikle çorba) ortaya konulmasıyla başlar ve tek kaptan yenilir, ortadaki yemek bittiğinde sırasıyla diğer yemekler getirilirdi. Sininin uygun yerlerine turşu, salata küçük tabaklarla yerleştirilir, herkese ayrı su bardağı konulmazdı. Bardak sofranın bir kenarında testi ya da sürahi ile birlikte bekletilir, ayran varsa çukur bir kapta servis edilir herkes bu kaptan kaşıkla ayran içerdi ya da bazı yerlerde de herkese ayrı bardaklarda ikram edilirdi. Tatlı ya da hoşaf geldiğinde özel hoşaf kaşıkları getirilirdi. Yaşlı veya küçük çocuk varsa daha rahat yiyebilmeleri için ayrı bir tabak kullanılabilirdi (Halıcı 2009).

Sininin üzerine ekmek dilimleri yerleştirilir, diğer yemekler sofraya teker teker getirilir, biri bitince bir diğeri sofraya konulurdu. Bazı aileler yapılan yemekleri servis tabaklarına koyarak, sofranın yakınına getirip, yemekler bittikçe sırasıyla diğer tabakları koyarak servisi gerçekleştirirlerdi.

Bazı yörelerimizde ise, yapılan yemekleri her biri bir tabağa koyulup, hepsi sininin üzerine yerleştirilir, dileyen dilediği yemeği yiyerek karnını doyurur.

4. Yemek Görgüsü

Sofraya evin reisi veya büyüğünün yemeğin bereketinin artması düşüncesiyle seslice ''besmele" çekerek ilk lokmasını almasıyla herkes yemeğe başlar. Geçmişte yemek yerken hiç konuşulmaz, fazla gülünmez, kimse kimsenin lafını kesmez, gürültülü hareket yapılmazdı. Yemekte asla tartışılmaz, tartışma ortamı olsa bile susulur başka zamana bırakılırdı.

Sofrada herkes kendi önünden yer; kaşıkla tabağın diğer taraflarına dokunulmazdı. Yemeği beğenmemek, az bulmak ve bunu açıkça dile getirmek, tabaktaki yemeği, sünnetlemeden kalkmak, sofranın büyüğü kalkmadan sofradan kalkmak gibi davranışlar ayıp sayılırdı. Sofrada hastalık, ölüm, kaza gibi olumsuz haberler konuşulmazdı (Araz 1999).

Yemekten evvel ve sonra el yıkamak, sofrada mütevazı bir biçimde oturmak, ekmeği üç parmakla tutup parmakları yemeğe dokundurmadan yemek, ekmeği iki eliyle bölmek, ağzını şapırdatmamak, öksürmek aksırmak gerektiğinde yüzünü sofradan çevirmek, yalnız yememek, yemek esnasında lokma çiğnerken konuşmamak, ayakta ve yürürken yemek yememek, yemek hazım olmadan uyumamak, yemek yerken biri geldiğinde onu yemeğe davet etmek, aynı kaptan yenilen yemeğin ortasından veya iyi yerinden değil kendi önündeki kısımdan yemek, yemekte marul ve tere gibi yeşillikler bulundurmak, yemekten evvel ve sonra tuzla ağzı tuzlamak (Kut 1999) uyulması gereken kurallardır.

Sofrada elini yere koyarak yemek yiyen biri varsa, büyükler tarafından ''elini yere koyma iştahın kaçar, sofra sana beddua eder. Düzgün otur, düzgün ye ki sofra sana bedduacı olmasın" şeklinde uyarılmaktadır.

Yemek sağ elle yenmekte; meleklerin hesap günü sorgu suale sağ taraftan başlayacağı için sağ elle yemek yemenin makbul olduğuna inanılmaktadır.

"Çabuk yiyin, sofrayı melekler tutuyor, yavaş yerseniz kolları yorulacak" diyerek hızlı yeme alışkanlığı kazandırılmaktadır. Sol el ile yemek yerken sürekli eline vurup kaşığın sağ ele tutuşturulması ve onun da korkusundan sağ el ile yemek yiyip, sol el ile işlerini yapması ve yazı yazması geleneksel Türk sofrasındaki yeme adabına iyi bir örnektir.

Yemek sonunda aile büyüğü sofra duası yapar, Allah'a şükredilerek yemeğe son verilir.

GEÇİŞ DÖNEMİ TÖRENLERİNDE YEMEK

Nermin IŞIK

İnsanın doğumdan ölüme hayatın her alanında yiyecek ve yemekle ilişkisi vardır. Yemek yeme, önceleri sadece bir ihtiyaçken zamanla bir kültüre dönüşmüştür.

Türklerin ön tarihinden itibaren geçiş dönemleriyle ilgili birçok törene rastlanmaktadır. Yiyecek ve içecek ikramları ise her törenin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Her törenin muhteşem ziyafetlerle kutlandığı görülmektedir.

Eski Türklerin "yuğ" aşları; Bilge Kaan'ın kardeşi için ölü yemeği vermesi; Dedem Korkut'un doğum yemeği vermesi; Selçuklularda tahta çıkma yemekleri; Osmanlı saraylarında dillere destan sünnet düğünleri bunlardan bazılarıdır (Halıcı 1999).

İnsanı insan yapan değer, toplumsal bir takım olayları acısıyla, tatlısıyla, heyecanıyla, telaşıyla paylaşmayı gerektirir. Yüzyıllar boyunca şekillenerek atalarımızdan günümüze gelenek, görenek, töre, örf ve âdetlerimiz yöreden yöreye farklılık göstermekle birlikte bütün uygulamaların temeli aynıdır.

İnsanın yaşamında özel günlerin önemli bir yeri vardır. Bu bölümde, doğumdan ölüme kadar geçen süre içindeki aileye özgü özel günleri ele alan geçiş dönemlerinde ikram edilen yiyecek, içeceklerle ilgili uygulamalar yer almaktadır.

1. Doğum

Hayatın başlangıcı olan doğum, aileye yeni bireyin katıldığı gündür. Özellikle ilk doğumlar merakla beklenir, sevinçle karşılanır ve kutlanır. Yeni doğum yapan kadına lohusa denir. Türk kültüründe lohusa kadının maddi ve manevi zararlı etkilere duyarlı olduğu kabul edilir ve korunması gerektiğine inanılır. Bu nedenle lohusa kadının kötülüklerden korunması ve süt salgısının artırılarak bebeğin iyi beslenmesi konusunda bazı gelenekler oluşmuştur (Baysal 1990a, Baysal 1990b).

Annenin sütünün bol ve bereketli olması, bebeğin ağız tadıyla büyüyüp gelişmesi ve gelen konuklara ikram edilmesi amacıyla "**lohusa şerbeti**" hazırlanır. Türklerde geçiş dönemlerinde tatlı yenilmesi geleneği vardır. Hayatın başlangıcı olan doğumda da tatlı ikram edilir ve tatlı yenir. Tatlı bir yerde huzurlu yaşamı ifade etmektedir. Aynen "tatlı yiyelim, tatlı konuşalım" dediğimiz, sevdiklerimize "tatlım", "şekerim" şeklinde hitap ettiğimiz gibi. İnsana hayat veren anne onuruna hazırlanan lohusa şerbeti de tatlı bir içecektir (Baysal 1990a).

Lohusa şerbeti; kırmızı boyalı-baharatlı "lohusa şekeri", aktarlardan alınarak yapıldığı gibi evde toz şekerden şurup hazırlanarak boya karanfil ve kök tarçınla da hazırlanır. Bazı yörelerde kök zencefil ve havlıcan da konulur. Baharatlı ve boyalı lohusa şekerine "kızamık şekeri" de denir.

Servis edilirken üzerine Antakya ve Adana'da dövülmüş ceviz (Halıcı 1983), Erzincan'da ceviz veya fındık, Gaziantep'te yeşil fıstık serpilir ve "kahke" denilen özel bir çörekle ikram edilir (Baysal 1990a).

Balıkesir'de (Yıllık 1967), Adana'da, Denizli'de, İzmir'de, Muğla'da "kaynar", Antalya'da, Aydın'da, Burdur'da "bahar" (Halıcı 1981, Halıcı 1983), Karaman'da "gül şerbeti" (Bayraç, 2009, Karaman) olarak bilinen lohusa şerbeti, genellikle yazın soğuk, kışın sıcak olarak ikram edilir.

Lohusa ziyaretine, göz aydına gelen konuklara genellikle her bölgede lohusa şerbeti ikram edilmektedir. Rize'de pekmez ve bal, bazı yörelerde ise çay, kahve, çerez, lokum (Halıcı 1981, Halıcı 1983, Halıcı 1991, Halıcı 2001) ve sütlü kahve de (Bozdağ, 2008, Sakarya) ikram edilen yiyecek ve içeceklerdendir.

Diğer yörelerden farklı olarak Bitlis'te bebek kız ise "murtuğa" (unun yağla kavrulup, yumurta kırılmasıyla yapılan bir kahvaltılık), erkekse "şirin kayganak" ikram edilir (Yalçın 2010). Toplumumuzda kız ve erkek bebek ayrımı yiyeceklere kadar yansımıştır. Sivas'ta da benzer bir durum söz konusudur. Ziyarete gelen

konuklara lohusa şerbeti, börek gibi ikramlardan başka bebek kız ise helva erkek ise kaygana yapılır. Helva yapılmasının nedeni, "kız çocuk oldu diye üzülmeleri, onu ölü yerine koymalarıdır"(Üçer-vd. 2001). Kırklareli'de ise bebeğin doğduğu gün bütün komşulara çorba, etli pilav ve hoşaftan oluşan yemek verilir (Aybaş 2005). Afyon'da da benzer uygulamalar yapılır. Doğumda, misafirlere yakın akrabalar tarafından getirilen sıra yemekleri "takım" ikram edilir. Doğum takımında genellikle pirinç çorbası, tavuk, çörek, kaymak, paluze ve meyve bulunur (Baytok-vd. 2001).

Doğumu duyan konu komşu, akrabalar hemen göz aydına, hayırlı olsuna giderler. Lohusaya sütünün inmesine, bol akmasına yardımcı olacağı inanılan, çoğunlukla sıvı ve tatlı besinler götürülür. Sıvı besinlerin başında her yörede süt, çorba, özellikle un (herle) çorbası gelmekte, bazı yörelerde ağız (ineğin ilk sütü) ve hoşaf da götürülmektedir. Yiyeceklerden en göze çarpanları ise paluze, pelte, sütlaç başta olmak üzere sütlü tatlılar; bulamaç, hamur işleri, hamurlu tatlılar, kuymak, helva, lohusa böreği; bazı yörelerde ise güveç gibi yemekler de götürülen yiyeceklerdir.

Konya'da bebek görmeye, "oğul yasına gitme" denir. Bebeğin geldiğini duyan konu komşu hemen pirinç çorbası veya paluze yaparak getirirler (Halıcı 2005). Ankara'da ise süt ve süt çorbası, eğer bebek erkekse höşmerim (Sekmez, 2007, Ankara), Ayaş'ta loğusa böreği, siğer (güveç) ve höşmerim yapılıp götürülür (Doğruol 1996). Siirt'te de lohusa ziyaretine giden kız tarafı, çeşitli kuruyemişleri karıştırıp "batiye" denilen altı geniş, yukarı doğru daralan işli büyük bir bakır kap içine doldurup götürürler. Bu kuruyemişler, giden misafirlere ve komşulara dağıtılır (Işık, 1998). Doğum yapan kadına Erzurum'da akrabaları ve komşuları haftalarca yemek getirip, onu dinlendirirler (Taş 1991).

Yeni doğan bebeğe ilk önce pek çok yörede şekerli su-şerbet, bazı yörelerde ise bal veya tatlı verilir. Bayburt'ta, Trabzon'da (Halıcı 2001), Burdur'da ise anne sütü verilir (Halıcı 1983). Eskiden birçok yörede yeni doğan bebeğe üç ezan geçtikten sonra anne sütü verilirdi. Bazı yörelerde ise üç ezan geçtikten sonra Kuran açılır, Kuran okuyan birisi parmağını önce Kuran'ın yaprağına sonra bebeğin ağzına sürer. Daha sonra şekerli su ya da anne sütü verilerek bebeğin ağzı açılır (Halıcı 1981, Halıcı 2005). Karaman'da ise Kuran'a sürülen parmak bebeğin ağzına sürüldükten sonra Kuran'ın sayfasına su damlatılır, bu su bebeğin ağzına akıtılarak ağzı açılmış olur, sonra şekerli su verilir (Bayraç, 2009, Karaman; Işık, 2009, Karaman).

Bebeğe koyun gibi olsun diye Adıyaman'da koyun sütü; Mardin'de içini temizleyip sancısını alması için erimiş tereyağı-pekmez karışımı, bağırsakları temizlensin diye Diyarbakır ve Urfa'da tereyağı verilmektedir (Halıcı 1991).

Doğumdan sonra lohusaya içinin yarasını beresini alsın, sıcak tutsun, süt bol olsun diye ilk olarak çeşitli besinler yedirilip içirilir. Birçok yörede herle (heyre) çorbası başta olmak üzere çeşitli çorbalar (pirinç, mercimek, tarhana) süt ve helva verilmektedir.

Lohusa kadına ilk olarak çoğunlukla yedirilen yiyeceklerin Bingöl ve Kars'ta tereyağında kızartılmış ekmek ve bal, Kahramanmaraş'ta yağ-pekmez, Rize'de yağ-bal karışımı, Antakya'da yumurta sarısı, Antalya, Burdur ve Sinop'ta eritilmiş tereyağı; Gaziantep'te sütlü tatlı, Mardin'de un peltesi, Şanlıurfa'da küncü (yağ, susam, pekmez), Siirt'te rafadan yumurta, arkasından murtoğa (yağ, un, şeker), Malatya, Van ve Siirt dışındaki diğer Güneydoğu illerinde kuymak (Halıcı 1983, Halıcı 1991, Malatya 2000); Amasya, Tokat, Konya, Yozgat ve Kırıkkale'de tereyağında yumurta, Bayburt, Kastamonu ve Erzurum'da ise "hasuda" olduğu görülmektedir (Halıcı 2001, Halıcı 2005, İşbilen 1995, Bakır 2005; Özdemir, 2002, Erzurum). Lohusaya Çankırı'da ilk üç gün kavurma bulamacı, un çorbası ve helva yedirilmektedir (Üçok 2002).

Kayseri'de de lohusaya sütünün artması ve enerji vermesi amacıyla "yakı" denilen, tereyağı ile şekerli su kaynatılır, biraz soğuyunca içirilir (Yonguç 2007). Karaman'da da benzer bir uygulama görülmektedir. Yarasını beresini alsın, içini ısıtsın diye pekmez ısıtılır, içine biraz acı kırmızıbiber karıştırılarak lohusaya içirilmektedir (Bayraç, 2009, Karaman)

Görüldüğü gibi anneye çoğunlukla enerji değeri yüksek yağlı, unlu ve tatlı besinle yedirilmektedir.

Bebeğin sağ salim doğması, hayırlara vesile olması için bazı yörelerde doğumdan bir hafta sonra, bazı yörelerde kırkı çıkmadan önce, bazı yörelerde ise 40'ında mevlit okutulur. Misafirlere yörelere göre çeşitli

yemekler ya da pasta, börek, çörek, kurabiye, lohusa şerbeti, çay gibi yiyecek ve içecekler ikram edilir (Demir 2002, Işık -vd. 2005a, Balıkesir İl Yıllığı 1967, Güldemir 2007, Kazan 2005a). Doğumdan sonraki günlerde, aileye yeni katılan birey için yakın akrabalara çorba, ana yemek, pilav, salata ve tatlıdan oluşan "doğum yemeği" verilir (Dilbaz ve İncekara 2007).

Anadolu'da bebeği tuzlama âdeti de vardır. Bebek, teri kokmasın ve pişik olmasın diye doğumdan bir hafta sonra ya da 40'ı içinde tuzlanır. Bazı yörelerde tuzlandığı gün, tuzlayan ebe hanım ve akrabalara yemek verilir. Bu yemeğe Antalya'da "tuz yemeği"; Isparta'da "tuz aşı" daveti denir (Halıcı 1983).

Bebek doğduktan sonra 40. gün bebek ve anne yıkanarak kırkı çıkarılır. Bebeğin kırkı çıktığında, birçok yörede yemek verilir, buna Burdur'da "duz (tuz) aşı" (Kazan 2005a), Uşak –Sivaslı ilçesinde ise "doğdu töreni" denir. Doğdu töreni yemeği, her ailenin ilk bebeğine 40. günü babaanne ve dedesi tarafından verilir (Sabah Gazetesi 2007). Eskiden kırkıncı gün İzmir, Adana ve İçel'de kırk hamamı yapılırdı. Hamamda anne ve çocuk kırklanır, eğlenilir ve şerbet ikram edilirdi. Hamamdan sonra evde, çarşıdan alınan gözleme yenirdi. Adana ve İçel'de annenin vücuduna yedi türlü baharla karıştırılmış bal sürülür bir saat kadar bekletilip sonra yıkanır. Böylece lohusalık bitmiş oluyor. Kırkını çıkaran ebeye gerekli izzet ikram yapılırdı (Halıcı 1981, Halıcı 1983).

Kırkı çıkan bebek önce anneanneye, daha sonra yakın akraba ve komşulara götürülür. Her evden bebeğe yumurta verilir, "yumurta gibi ol" derler.

Bebek için yapılan törenlerden biri de "kütük atma" törenidir. Burdur'un kırsal kesiminde ailenin dünyaya gelen ilk erkek çocuğu için, ailenin soyadını sürdürecek bir erkek çocuğun dünyaya geldiğini haber vermek amacıyla kütük atma töreni yapılır. Bu törende davullar çalınır, eğlenilir, misafirlere bebeğin babası tarafından yemek ve çerez ikram edilir (Kazan 2005a).

2. Diş Buğdayı

Diş buğdayı; bebeğin ilk dişi çıktığında dişlerin kolay ve düzgün çıkması inancıyla düzenlenen törene denir. Dişin çıkması, artık bebeğin katı besinleri yiyebileceğinin bir işareti sayılır. Bu olayın kutlanması için buğday kaynatılır (Baysal 1990b).

Diş buğdayı; Doğu ve Güneydoğu'da, İç Anadolu, Karadeniz bölgelerinde "hedik"; Konya ve Karaman'da "bulgur"; Afyon ve Sakarya'da "gölle", Muğla Fethiye'de "köle-diritme", Antalya'da "diş dirgidi", "diş göllesi", diş börtmesi" ve Burdur'da ise "diş aşı","diş dirgidi" olarak bilinmektedir.

Diş bulguru için, buğday ve nohut kaynatılır. Bazı yörelerde fasulye de konur. Yöreye göre ceviz, fındık, fıstık, susam, haşhaş, kuru üzüm gibi çerezlerle birlikte tuz ya da şeker dökülerek yenir. Bulgur törenine, yakın akraba ve komşular davet edilir. Hep birlikte eğlenilir (Halıcı 1983, Halıcı 1991, Halıcı 2001, Halıcı 2005). Diş hediği Adıyaman'da diğer yörelerden farklı şekilde hazırlanmaktadır. Buğday ve nohut haşlanır, sıcakken üzerine yağda kavrulmuş, salçalı karışım dökülerek servis edilir (Halıcı 1991).

Diş buğdayının yanı sıra pasta, börek, çörek gibi hamur işleri de ikram edilir. Gelemeyen komşulara bir tabak bulgur gönderilir, komşular tabağı içine bir hediye koyarak geri gönderirler.

Bazı yörelerde bebeğin dişlerinin çabuk ve kolay çıkması için farklı uygulamalar yapılır. Konya'da sofra bezinin üzerine çocuk oturtulur, başından bir avuç bulgur saçılır. Çocuğun başında kalan bulgurlardan birkaç tanesi ipe dizilir. İğde çekirdeği veya dalından bir parça da araya geçirilir. Nazar boncuğu da takılarak çocuğun omzuna iğnelenir (Halıcı 2005, Üçer 2006). Bazı yörelerde haşlanmış buğdaydan 32 tanesi ipe dizilerek çocuğun omzuna iğnelenir (Halıcı 2001, Arslan 2007, Akkaş 2008)

Ankara ve Burdur çevresinde de en yaşlı kadın babaanne ya da anneanne "başın dişin kuvvetli olsun" der, çocuğun başından avuç avuç bulgur serper. Daha sonra bulgur çerezle birlikte ikram edilir (Kazan 2005a, Erdoğdu 1999).

Birçok yörede diş buğdayının yapıldığı gün, bir tepsi ya da yere serilen bir örtü üzerine kitap, kalem, makas, cetvel, ayna, Kuran, altın gibi eşyalar konur. Çocuk bunların yanına oturtulur. Hangi eşyaya ilk dokunur ya da alırsa ileride onunla ilgili bir mesleği seçeceğine inanılır. Bu gelenek günümüzde birçok yörede pek

uygulanmamaktadır.

Bazı yörelerde buğday pişirme âdeti yoktur. Bartın'da çocuğun dişini ilk gören, dişi sert ve sağlam olsun diye bakır tas veya maşrapa hediye etmektedir (Halıcı 2001). Ege yöresinde dişini ilk gören bebeğe çamaşır (atlet vb.) alır. (Ergun, 2010, Aydın) Kastamonu'da da buğday pişirilmez ancak çocuğun dişi çıktığında annesi çörek yapar, çöreklerden birinin içine bir boncuk koyar. Boncuk kimin çöreğinde çıkarsa çocuğa bir hediye alır (Halıcı 2001). Benzer bir uygulama da Sinop'ta yapılmaktadır. Çocuğun dişi çıkınca ocaktaki köz içine çörek gömülerek pişirilir, 7 kişiye dağıtılır (Öztürk 2004).

3. Adım Çöreği-Peksimeti

Adım atmaya başlayan çocuklar için yapılan bir kutlamadır.

Çocuk ilk adımını attığında ya da adım atmaya başladığında annesi, çörek, peksimet, kurabiye ya da lokma yapar, birinin içine madeni para koyar, pişirir. Çörek ya da kurabiyeler, eşe dosta, komşulara dağıtılır. Para kime çıkarsa çocuğa uygun bir hediye alır (Işık vd. 2005a, Aybaş 2005, Arslan 2007; Zengin, 2001, Edirne). Ancak Fethiye'de çöreğinde para çıkan kişi çocuğun ilk ayakkabısını alır. Yörede uygulanan bu gelenek, muhacirlerden geçmiştir (Kuyucak 2004). Trabzon'da ise çocuk ilk adımını attığında, çabuk yürümesi için lokma yapılıp dağıtılır (Aygün, 2001, Trabzon).

Bu kutlama yörelere göre farklı adla bilinmektedir. Muğla/Fethiye'de "köstek çöreği", Bursa ve Edirne'de "adım çöreği", Tekirdağ'da "adım peksimeti", "adım turtası", "adım papası", Kırklareli'nde ise "tay" veya "adım çöreği" denir.

Malatya'da "tuzağı" adı verilen farklı bir uygulama yapılmaktadır. Çocuk ilk yürümeye başladığında tuzağı kesilir. Tuzak kesileceği gün yakın akrabalar çağrılır. Çocuk bir kalbur içine oturtulur, etrafına fındık, fıstık, dut kurusu, kuru üzüm, leblebi gibi çerezler konur. Çocuğun ayak parmaklarına ip bağlanır. Büyük çocukların ikisi yarışır ve ilk gelen ipi koparır. Böylece tuzağın kesildiğine, çocuğun düşmeden rahat yürüyeceğine inanılır. Çocuk kalburdan çıkarılır. Çerezler orada bulunanlara dağıtılır. Yarışta birinci gelene daha fazla çerez verilir (Sağır 2007).

4. Sünnet

Sünnet, erkek çocuğun hayatında en önemli günlerden biridir. Genellikle yaz aylarında yapılmaktadır. Sünnet düğününde ailenin sosyo-ekonomik ve kültürel durumuna göre çeşitli kutlamalar yapılır.

Sünnet, birçok yörede düğünlerde olduğu gibi bir gece öncesi kına gecesi de kutlanarak yemekli veya yemeksiz yapılır. İsteyen mevlit okutur. Genellikle sünnet töreni için özel bir yemek olmayıp, düğün yemekleri yapıldığı gibi ailenin ekonomik durumuna göre istenilen yemekler yapılmaktadır. Ancak Gaziantep'te sünnet töreni yapılmaz, bebek 7 günlükken sünnet edilmektedir (Halıcı 1991). Sünnet düğünü, davetli sayısına göre düğün salonlarında ya da evlerde kutlanır. Kırsal kesimde genellikle yemekli; şehirlerde ise salonlarda yapılır, kuru pasta, meşrubat ve çerez ikram edilir. Ailenin ekonomik durumuna göre yemekli de yapılır.

Yemekli sünnet düğününde en az 3 kaptan oluşan yemek yapılır. Yörelere göre değişmekle beraber bu yemeklerden biri etli, tavuklu ya da kuru baklagiller (nohut, kuru fasulye), yahni ya da kavurma, etli patlıcan ya da patates; ikincisi etli ya da etsiz pilav (çoğunlukla pirinç pilavı) veya keşkek; diğeri ise salata-turşu, hoşaf ve tatlıdır. Bazı yörelerde bu yemeklerin yanına çorba, börek ve sarma-dolma da eklenmektedir. Çorbaların en çok yapılanları yoğurtlu (toyga-yayla) çorba, bamya, düğün, mercimek çorbalarıdır. Helva (özellikle irmik), baklava ve zerde sıklıkla yapılan tatlılardandır. İçeceklerden de en çok ayran ikram edilmektedir (Baysal 1990b, Halıcı 1981, Halıcı 1983, Dilbaz vd. 2007, Işık 1998).

Tören yemeklerinde pilav, özel yemeklerden biridir. Bazı yörelerde verilen yemeğin adı "pilav dökme" olarak tabir edilir. Sünnet düğününde de pilav dökülür, yapılan yemekler misafirlere ikram edilir(Halıcı, 1990). Amasya'da mutlaka etli pilav bulunur. Bazı yörelerde sünnetten bir gün önce yapılan kına gecesinde çocuğun baş ve işaret parmağına kına yakılır. Bursa'da kına gecesinde çerez, pasta, cevizli lokum, meyve suyu ikram edilmektedir (Işık -vd. 2005a).

Son yıllarda bazı yörelerde ekonomiklik ve daha az zahmetli olması nedeniyle etli ekmek-pide veya lahmacun, ayran ya da pilav-döner yahut kavurmalı pilav ve ayran sünnet yemeği olarak ikram edilmektedir (Üçer 2006, Atılgan 1995, Bayraç, 2009, Karaman; Erdoğan, 2009, Eskişehir).

Eskiden sünnet düğünü yemekli yapılırken, günümüzde özellikle büyük şehirlerde yemek ikramının azaldığı, hatta tamamen terk edildiği; yerine pasta ve meşrubat ikramının arttığı görülmektedir (Halıcı 2001).

Sünnet çocuğuna, yarayı azdırır düşüncesiyle ekşi yedirilmez. Çorba, yeşil fasulye, bulgur pilavı gibi yemekler verilir (Güldemir 2007).

5. Askere Uğurlama

Askerlik her Türk gencinin yapması gereken kutsal bir görevdir. Askerlik çağına gelmiş gençlerin bu kutsal görevi yerine getirmeleri hem aileleri hem de kendisi için gurur verici bir olaydır. Sevinç ve hüznün bir arada yaşandığı bu dönemde yörelere göre farklı uygulamalar yapılmaktadır.

Askere gidecek genci hısım akrabaları yemeğe davet eder. Bu davette ailenin ekonomik durumuna ve yörelere göre çorba, etli yemek, börek, pilav, sarma-dolma, tatlı gibi yemekler hazırlanır. Çoğunlukla askere gidecek gencin sevdiği yemekler yapılır.

Birçok yörede askere gidecek gençlerin ailesi, asker yemeği verirler. Bu yemeğe askerin yakın arkadaşları ve gençler davet edilir. Yemekler yenir, eğlenilir. Bazı yörelerde yemekten önce mevlit okuturlar. Asker gencin eline, gitmeden bir gün önce kına yakılır. Misafirlere çerez, kurabiye, akıtma ikram edilir (Işık 1998, Halıcı 2001, Işık -vd. 2005a, Işık vd. 2005b). Davul-zurna eşliğinde delikanlı askere uğurlanır.

Bazı yörelerde farklı adetler dikkat çekicidir. Şanlıurfa'da külünçe, ağzı açık ve yumuk gibi hamur işi yiyecekler yapılır. Askere gidecek gence ısırtılarak evin bir yerine asılır. Askerin mektupları üstüne biriktirilir. Asker dönüşü bu mektuplar yakılarak üzerinde yağda yumurta pişirilip askere yedirilmektedir. Külünçeden de bir parça yedirilir, kalanı kurda kuşa yem olarak dışarıya konur (Halıcı 1991).

Bazı yörelerde de asker gence ekmek ya da simit ısırtılır. Annesi bu ekmeği asker dönünceye kadar saklar, dönünce o ekmekten bir parça yedirir. Kalanı kurda kuşa verilir (Halıcı 2001, Halıcı 2005; Yiğit, 2006, Ankara).

Askere uğurlamada konu komşu, hısım akrabalar çamaşır, vb. hediyeler getirdikleri gibi en çok harçlık verirler. Bazı yörelerde askere yolluk olarak kurabiye, çörek, börek gibi yiyecekler götürülür. Asker dönünce de hoş geldin ziyaretleri başlar. Sağ salim döndü diye bazı aileler mevlit okutur, yemek verirler.

6. Söz Kesme

Söz kesimi evliliğe giden yolun başlangıcıdır. Oğlan evi kızı isterler, olumlu cevap verildikten sonra "söz kesme" için gün belirlenir. Belirlenen günde oğlan evinin büyükleri hediyelerle kız evine giderler. Misafirlere, "tatlı yiyelim, tatlı konuşalım" deyişine uygun olarak, lokum-bisküvi, şekerleme, şerbet, kahve - çay, tatlı (genellikle baklava, bazı yerlerde künefe, sarığıburma, helva gibi tatlılar) ve börek ikram edilir (Baysal 1990b). Son zamanlarda çikolata, pasta ve çay da ikramlarda yerini almıştır. Eskiden oğlan evinin getirdiği malzemelerle yemekler hazırlanır, birlikte yenirdi. Günümüzde bazı yörelerde de yemekli yapılmaktadır (Halıcı 1991).

Söz kesmede ikram edilecek yiyecekler (şeker, çay, kahve, bisküvi, lokum, vb.) oğlan evi tarafından karşılanır. Kız evinde su ve şekerle şerbet hazırlanır. Bir sürahiye hazırlanan şerbetten doldurulur, kırmızı kreplerle süslenerek damada gönderilir.

Söz kesildiğinde genellikle şerbet ve kahve içildiği için "söz kesme"; Konya'da "şerbet içme"; Kırıkkale'de "şerbet içme gecesi"; Burdur'da "eh kavesi (kahvesi)- he kavesi"; Sivas'ta "kahvesi içilmek"; Adana, Ankara ve Eskişehir'de "ağız tadı", Bingöl'de "kahve içme töreni", Karaman'da lokum-bisküvi dağıtıldığı için "lokum" ve Mersin'de "tatlı yeme" olarak ifade edilmektedir (Halıcı 1983, Halıcı 2005, Kazan 2005a, Polatlı İl Yıllığı 1987, Bakır 2005, Bingöl İL Yıllığı 1973; Bayraç, 2009, Karaman; Erdoğan 2009, Eskişehir; Keser, 2010, Mersin).

Bazı yörelerde araya soğukluk girmesin diye "sıcak şerbet", gülsün, mutlu olsun diye "gül şerbeti" ikram edilir (Halıcı 1981, Halıcı 2005). Söz kesmede birçok yörede kahve ikramı yapılırken, bazı yerlerde yapılmaz. Kahvenin kara ve acı lezzette olması, iyiliğe gelmeyeceğine inanılması nedeniyle "kara kahve" yapılmaz diye ifade edilmiştir (Arabacı, 2010, Aydı).

Söz kesildikten sonra birçok yörede aileler arasında (önce kız evi sonra oğlan evi) karşılıklı dürü, bohça ya da sini denilen hediyeler götürülür. Buna Konya'da mübarek gezmesi ve şerbet dürüsü, yoklama gibi âdetler örnek verilebilir.

6.1. Mübarek Gezmesi

Söz kesildikten sonra, önce kız evi sonra oğlan evi karşılıklı "mübarek gezmesi" yapılır. Mübarekte aileler hediyelerin yanı sıra bir tepsi baklava, sacarası, höşmerim, un kurabiyesi veya kutu şekeri ağız tadı olarak götürürler. Misafirlere kahve, süt, şeker, gevrek ikram edilir (Halıcı 2005).

6.2. Şerbet Dürüsü, Yoklama

Mübarekten sonra kız evi oğlan evine şerbet dürüsü götürür. Dürüde hediyelerden başka damada, içine her türlü çerez, şeker, meyve konup al krep, kurdelelerle süslenen çetnevir sinisi de gönderilir. Dürü başına gelenlere oğlan evinde kara yemek takımı yemekleri ikram edilir. Kara yemek takımında her yiyecek maddesinin sofrada üç defa yer alması gerekir. Üç et, üç hamur işi, üç tatlı, üç sebze gibi. Bir hafta sonra da oğlan evi kız evine dürü götürür. Bu dürüye "yoklama" denir. Yoklamada kız evi de yoklama başına gelenlere kara yemek takımı hazırlar (Halıcı 2005).

7. Nişan

Söz kesmeden sonra nişan töreni yapılır. Nişan kız evinde veya dışarıda herhangi bir düğün salonunda yapılabilir. Son zamanlarda nişan çoğunlukla salonlarda yapılmaktadır. Salonda yapılan nişanlarda daha çok yaş pasta, kuru pasta ve meşrubat ikram edilmektedir. Nişanı, yemekli ya da kokteyl ile kutlayan aileler de vardır.

Evde yapılan nişan töreninde ikram için oğlan evinden şeker, lokum, çikolata, çerez, baklava ve kadayıf gibi tatlılar ve kahve gönderilir. Kız evinde şekerle şerbet yapılarak ikram edilir. Bazı yörelerde nişan törenine "şerbet içme", ağzımız ballı olsun anlamında "bal merasimi" de denir (Akkaş 2008, Bakır 2005).

Söz kesmede şeker-lokum gibi tatlı yeme ve şerbet içme ile amaçlanan "tatlılık isteği", "ağız tadı" nişanda da kendini göstermektedir.

Ekonomik durumu iyi olan aileler kız evine koyun, kuzu, keçi gibi hayvanları gönderirler. Bu hayvanlar kesilerek etinden yahni, pilav, keşkek, kebap, ayrıca börek, sarma-dolma, vb. yörelere göre çeşitli yemekler pişirilerek ikram edilir. Tatlı olarak ise en sık baklava ve helva yapılmaktadır (Baysal 1990b). Çankırı'nın bir köyünde buğday ve pestille yapılan "göğlü aş" nişanda ikram edilen ilginç bir yemektir (Nahya 1982).

Eskiden nişana damat gitmezdi. Damada, selâfon kâğıtla sarılmış, ağzı krep vb. ile süslü bir şekilde bağlanmış bir sürahi şerbet, diğer hediyelerle birlikte oğlan evine gönderilirdi (Bingöl İl Yıllığı 1973, Halıcı 1983, Üçer 2006, Yılmaz 1996).

Sinop ve Rize'de eskiden, nişanda süt ikram edilmesi diğer yörelerde rastlanmayan ilginç bir özellik olarak görülmektedir (Halıcı 2001). Trabzon'da ise nişanda "gelini ortak etme" geleneği vardır. Gelin kız sağ kolunun altında Kuran-ı Kerim, sol kolunun altında da ekmekle konukların önüne çıkarılır. Ekmek dilimlenerek törende bulunan misafirlere dağıtılır (Aygün, 2001, Trabzon).

Bazı yörelerde de nişanlanan kızın başında "nöbet şekeri" kırılarak şifa ve uğur getirmesi için misafirlere dağıtma geleneği vardır (Halıcı 1981). Kayseri'de ise söz kesmeye "küçük kahve", nişana da "büyük kahve" denir. Nişan töreninde bulunan 7'den 70'e herkese kahve ikram edilmektedir (Yonguç 2007).

Günümüzde nişan genellikle düğün salonlarında yapılmaktadır. Ailenin ekonomik durumuna göre değişmekle beraber yemek yerine yaş pasta, kuru pasta; şerbet yerine ise meşrubat ikram edilmektedir. Evlerde yapıldığında misafirlere çay, kahve, şeker ya da çikolata, pasta, börek, çörek, kurabiye verilmektedir.

Nişandan sonra kız evi oğlan evine nişan karşılığı olarak "dürü", "bohça", "sini" ya da "tepsi" denilen hediyelerle birlikte bir sini baklava, bir sini etli-tavuklu pilav ya da kuzu dolması, börek vb. götürürler. Bir hafta sonra da oğlan evi, boşalan sinilere tatlı, çerez gibi yiyeceklerle doldurarak kız evine götürür. Böylece aileler birbirlerini daha iyi tanır ve kaynaşırlar.

Antalya'da eskiden nişanlı kızı hamama götürme âdeti vardı. Gece yapılan nişan hamamında her çeşit yemekler yapılırdı. Kuzudan tutun, oruklar, tatlılar, baklavalar, meyveler hazırlanır, hamama götürülüp kapıdan tutulurdu (Halıcı 1983).

8. Nikâh

Nikâh eskiden kapı arkasında yapıldığı için birçok yerde ikram yapılmazdı. Ancak bazı yörelerde kahve, şeker, lokum ikramı yapılmaktadır (Halıcı 1981, Halıcı 1983, Halıcı 1991, Afyon İl Yıllığı 1967, Erzincan Yıllık 1973, Halıcı 2005). Bazı yerlerde nikâh yemeği verilmektedir. Uşakta nikâh yemeği için oğlan evi masraf görür, kız evi de yemekleri hazırlar. Fide çorbası, çerpleme et, kıymalı bamya, pilav yanında keşkek, üzüm hoşafı ve helvadan oluşan davet yemekleri yapılır (Halıcı 1981). Eskişehir-Sivrihisar'da da nohutlu bulgur pilavı ve helvadan oluşan nikâh aşı yapılır (Çakırel 1995). Çankırı'da ise şerbet ikram edilirdi. Kalan şerbet akrabalara dağıtılırdı (Üçok 2002).

Eskiden nikâh evlerde kıyıldığı için, bu nedenle şeker, şerbet, lokum, kahve ikram edilirdi. Günümüzde ise nikâh salonlarda yapılmakta ve özel olarak süslü bir şekilde hazırlanmış minik kutularda şeker ya da çikolata ve kolonya ikram edilmektedir.

Nikâhta dağıtılan lokum vb. yiyeceklerden yiyenlerin baş ağrısı vb. gibi hastalıklara yakalanmayacağına inanılmaktadır. (Ergun, 2010, Aydın)

9. Düğün Hamamı

9.1. Gelin Hamamı

Evlenecek kız ve erkek için ayrı ayrı hamam eğlencesi düzenlenirdi. Gelin adayı düğünden birkaç gün önce akrabaları ve arkadaşlarıyla hamama gider, eğlence yaparlardı. Düğün hamamı masrafını oğlan evi karşılar ve ailenin varlığına göre ikramda bulunulur. Bu ikramlar hamamda verildiği gibi evde davet yemekleri verilerek de yapılır.

Hamamda ikram etmek için, kolay taşınabilen, sulu olmayan yemekler götürülür. Yörelere göre değişmekle beraber genellikle hamamda börek, çörek türleri, sarma ve dolmalar, köfteler, kebaplar, mevsime göre meyveler, ayran, şerbet, limonata gibi yiyecek ve içecekler yenir, içilir, eğlenilir.

Denizli'de her evlilikle ilgili törende yapıldığı gibi hamamda da soğukluk olmasın diye soğuk ikramdan kaçınılmakta, sıcak ikramlarda bulunulmaktadır (Halıcı 1981). Bazı yörelerde eskiden çoğunlukla meyve ikramı yapılırken günümüzde meşrubata dönüştüğü görülmektedir (Halıcı 2001).

Günümüzde gelin hamamı geleneği pek çok yörede uygulanmamaktadır.

Eskiden Sivas'ta nişan töreninden sonra oğlan evi kız evinin hanımlarını birbirleriyle tanışma ve akraba ziyaretlerinin başlatılması amacıyla "ayak açma hamamı" adı verilen hamama davet ederlerdi. Bu hamamda da gelin hamamında olduğu gibi şerbet ya da gazoz, mevsim meyveleri ikram edilirdi (Üçer 2006). Urfa'da da evliliğin 15. günü gelin davetli ve akrabalarla birlikte hamama götürülür. Hamamda "hamam hediği" ikram edilir (Urfa İl Yıllığı 1988).

9.2. Güvey (Damat) Hamamı: Düğün günü damat ve arkadaşları hamama gider, yer içer eğlenirler. Hamamda börek, çörek, şerbet gibi yiyecek ve içecekler ikram edilir. Damat tıraşından sonra yemek yenir. Bazı yörelerde düğünün ertesi günü damadı arkadaşları hamama götürür. Sonra bir arkadaşı yemeğe davet eder.

10. Çeyiz Asma

Eskiden düğünden bir hafta önce, çeyizler, bazı yörelerde kız evinde bazı yörelerde oğlan evinde asılırdı. Kız evinde asılan çeyizler, düğünden 2-3 gün önce ya da düğün günü, kızın diğer eşyalarıyla birlikte oğlan

evine götürülür ve eve yerleştirilir. Çeyiz asmaya bazı yerlerde "çeyiz serme" ya da "ev serme" de denilmektedir.

Çeyiz sermeye gelenlere oğlan evinde, yörelere ve ailenin sosyo-ekonomik durumuna göre çeşitli yemekler verildiği gibi, çay, kahve, börek, çörek, çerez, meyve ikram edilirdi.

Yörelere göre farklı uygulamalar da yapılmaktadır. Denizli'de lokum, şeker, çerez ikram edilir. Gelin ayrı eve alınıyorsa kebap, pide; evin içine alınıyorsa keşkek, aşure, dolmalar yapılırdı (Halıcı 1981). Antalya'da ise sabah gidilirse yemek, öğleden sonra gidilirse çerez ikram edilmektedir (Halıcı 1983).

Günümüzde çeyiz asılmaz, düğünden 7-10 gün önce kızın çeyizi oğlan evine götürülerek ev döşenir, eşyalar yerleştirilir. Eşyaları yerleştirenlere oğlan evinin hazırladığı yemek ya da çay, pasta, börek, kurabiye gibi yiyecekler ikram edildiği gibi, pratikliği açısından etli ekmek-kıymalı ya da peynirli pide ile ayran veya meşrubat ikram edilmektedir. Çeyiz görmeye gelenlere kahve, lokum, şeker gibi yiyecekler ikram edilmektedir.

Karaman'da düğünden sonraki ilk Cuma günü çeyiz görmeye gidilir. Buna "Cuma'sı" denilmektedir. O gün isteyen herkes çeyiz görmeye gelir, hemen dönerler. Yakın akrabalara yemek, çay ikram edilirdi. Günümüzde ise pey uygulanmamaktadır (Bayraç, 2009, Karaman).

11. Kına Gecesi

Düğünden bir gün önce kız evinde düzenlenen kına gecesi çeşitli eğlencelerle kutlanmaktadır. Birçok yörede oğlan kınası için erkekler oğlan evinde toplanır, yemekli, içkili eğlenceler düzenlenir.

Kına gecesinde, malzemesi genellikle oğlan evinden gönderilen, 3-4 kaptan oluşan yemek ikram edilir. Bu yemekler yörelere göre değişmekle beraber, çorba, pilav, yahni gibi et yemekleri, keşkek, su böreği, sarmalar, kıymalı ya da tahinli-haşhaşlı pide gibi yemekler hazırlanır. Tatlılardan koz helva, irmik helvası, baklava verildiği gibi, hoşaf, zerde veya sütlü tatlılar da ikram edilir.

Kına yakıldıktan sonra oğlan evinin getirdiği, fındık, fıstık, leblebi, üzüm gibi yiyeceklerden oluşan çerez, meyve; ağız tatlılığı için şeker, lokum, şerbet gibi tatlılar ve kına dağıtılmaktadır. İzmir'de her ikramdan sonra sabaha karşı lokma döktürtme âdeti görülmektedir. Ayrıca gelinin başında İzmir'de löbet (nöbet) şekeri, Muğla'da bir tepsi içinde şeker (Halıcı 1981), Zonguldak Devrek'te de (Nahya 1982) ekmek kırılır-parçalanır, oradaki misafirlere dağıtılır. Nişanda yapılan bu gelenek aynı amaçla kına gecesinde de yapılmaktadır.

Afyon'da kına gecesinde çok misafir varsa pilav veya takım yemekleri, misafir sayısı az ise iki yemek bir tatlı sırasıyla devam eden "sıra yemekleri" ikram edilir (Halıcı 1981). Bazı yörelerde farklı âdetler görülmektedir. Çanakkale'de şarkı-türkü söyleyip oynayarak ev ev dolaşıp toplanan çerezle kız evine gidilerek eğlenilir (Çanakkale İl Yıllığı 1973). Karaman'da kınadan sonra geç saatte güle oynaya oğlan evine çerez almaya gidilir. Sonra oğlan evi de, kız evine aynı şekilde çerez almaya gelirler (Bayraç, 2009, Karaman). Bazı yörelerde de gelin kızın arkadaşları oğlan evine gidip tavuk isterler, alınan tavuk kız evinde pişirilip birlikte yenilir (Baysal 1990b). Aynı şekilde oğlan tarafı da kız evinden tavuk alıp pişirip yerler.

Bilecik'te kına gecesinde "damat haklama" denilen âdet vardır. Gelinin arkadaşları geç saatte damattan tavuk, çerez, içecek gibi bahşiş almaya giderler (Doğan, 2003, Bilecik). Bitlis'te kına gecesi için kız evinde "ciğer tablemesi" (ciğer köftesi) yapılır. Kız annesinin, yanan ciğerini tablediği, dövünerek susturduğuna işaret bir yemek nazarı ile yapıldığı belirtilmiştir (Demiroğlu, 2003, Bitlis).

Oğlan kınası da aynı gün, bazı yörelerde bir gün önce oğlan evinde yapılır. Damadın arkadaşları, akrabaları çağrılır, genellikle yemekli, içkili olur, geç vakte kadar yer, içer eğlenirler. Kız evinden gönderilen çetnevir (çerez) yenir. Oğlan kınasına Konya'da ve Isparta'da "samah", Urfa'da "asbab gecesi", Isparta Yalvaç'ta ise "maşala" denilmektedir (Halıcı 2005, Halıcı 1983, Urfa Yıllık 1988, Saygın 2008).

Zonguldak'ta "helva gecesi" denilen bir uygulama görülmektedir. Kına gecesinden bir gün önce oğlan evinde kızın helvası karılırdı. Gelin hariç herkes eğlenirdi. Geç vakit helvadan toplar yapılıp her gelene verilirdi. Helva gecesine gelenlerin de tavuk getirdikleri belirtilmiştir (Özyalçın 1995).

Günümüzde kına gecesi birçok yerde salonda yapılmakta, çerez, kuru pasta, meşrubat gibi yiyecekler ikram edilmektedir. Yemek ikramının azaldığı, şerbetin yerini meşrubatın aldığı görülmektedir.

12. Düğün

Kına gecesinden sonraki gün düğün töreni yapılır. Yeni bir ailenin oluşumu olan düğünler bir coşku ve sevinçle kutlanmaktadır.

Düğüne davet, günümüzde davetiye kartı ile yapılırken, eskiden "okuntu" adı verilen çeşitli yiyecek maddeleri ile yapılırdı. Bazı yörelerde düğün hediyesine de "okuntu" denilmektedir. Okuntu olarak Yozgat'ta un, çerez, kaz, tavuk, vb. hediyeler konu komşuya dağıtılarak düğüne çağrılır. Yakın akrabalara ise canlı hayvan okuntu olarak gönderilirdi (Yozgat İl Yıllığı 1973). Aynı şekilde Trabzon'da da önemli kişiler ve yakın akrabalar tavukla, diğerleri önem ve ekonomik durumuna göre tek ya da çift çörek ve şekerle düğüne davet edilirdi (Trabzon İl Yıllığı 1973). Düğün daveti için Rize'de "lokum" adı verilen kurabiyeler (Rize İl Yıllığı 1998), Bilecik-Bözüyük'ün bazı köylerinde ise "yanık ekmek" (Engin, 2005, Bilecik) yapılıp fakir bir kadına dağıttırılır. Düğüne başlarken Bolu'da "ekmek atımı" denilen gözleme (Bolu İl Yıllığı 1998), Tekirdağ'da ise "kolaç" adı verilen poğaça (Aslan 2007), Sakarya'da "kına ekmeği" denilen küçük ekmekler (Dikmen, 2007, Sakarya) yapılıp dağıtma geleneği görülmektedir. Bolu, Gerede'de un helvası yapılır, bakır çanağa basılır ve yakınlığa göre 3-5 metre basma konularak kınaya davet edilmek istenenlere yollanırdı. Alanlar da çanak gelmiş diyerek icap ederlerdi (Güneş, 2010, Bolu).

Günümüzde her ne kadar davetiye ile çağrı yapılsa da, bazı köylerde şeker dağıtılarak düğüne davet geleneği sürdürülmektedir.

Eskiden düğünler 3 gün sürer ve birçok yörede Cuma günü başlar ve Pazar günü gelinin oğlan evine getirilmesiyle sona ererdi. Düğün evinin belirlenmesi için birçok yörede köy ve kasabada bayrak kaldırılır. Bunun için bayrak dikme yemeği hazırlanır. Cuma namazından sonra cemaat ve imamla birlikte düğün evine gidilir. "Bayrak yemeği", "bayrak pilavı" denilen yemek yendikten sonra dualarla bayrak kaldırılır (Kırıkkale İl Yıllığı 1995). Buna bazı yörelerde "bayrak dikme" denir (İçel İl Yıllığı 1973, Halıcı 1992).

Kına gecesinde olduğu gibi düğünde de davetlilere yemek ikram edilir. Düğünde yapılan yemeklerin başında etli ya da sade pilav, özellikle pirinç pilavı, etli-nohutlu yahniler ve keşkek gelmektedir. Bu yemeklerin yanı sıra etli bamya, patates, kuru fasulye, sarma ve dolmalar, güveç ve börek çeşitlerinin yapıldığı görülmektedir. Düğünde en çok yoğurt (toyga), düğün, arpa şehriye, mercimek ve pirinç çorbası yapılmaktadır.

Tatlılardan en yaygın olanları helva, baklava, zerde ve hoşaftır. Sütlaç, kadayıf diğer düğün tatlılarındandır.

Türk yemekleri arasında en yaygın yemeklerden biri olan pilav, helvada olduğu gibi aynı zamanda bir tören yemeğidir (Oğuz, 1976). Bazı yörelerde düğünlerde verilen yemeğe "pilav", "pilav dökme" gibi adlar verilmiştir (Halıcı 1981, Halıcı 2005).

Konya'da düğün pilavında yaz ve kış aynı menü yer alır. Yüzyıllardan beri süregelen düğün pilavında; toyga çorbası, ortalı pilav (bütümetli pilav), irmik helvası, bamya çorbası, etli pilav, zerde ve söz kesen denilen hoşaf bulunmaktadır. Menüde iki yemek (tuzlu) bir tatlı sırasıyla her yiyecek sofrada iki defa yer almaktadır (Halıcı 2005).

Konya'da olduğu gibi bazı yörelerde de yazın ve kışın değişmeyen kurallaşmış düğün yemeklerinin hazırlandığı görülmektedir. Kütahya'da kız evinde "yengelik", oğlan evinde de "güvey salma" , "gelin alıcı" denilen yoğurtlu çorba, güveç eti, zerdeli pilav ve hoşaftan oluşan yemekler hazırlanır (Halıcı 1981).

Günümüzde düğünler çoğunlukla salonlarda ve bir gecede kutlanmakta, ikramlarda da değişiklikler görülmektedir. Ailenin sosyo-ekonomik durumuna göre yemek verilmekte ya da kuru pasta, düğün pastası, çerez ve meşrubat ikram edilmektedir.

Bazı aileler kıymalı pide (etli ekmek) ya da lahmacun, ayran ikram ederken, kokteyl ile kutlayan aileler de vardır. Kokteyllerde içecek olarak alkollü içki, meşrubat, yiyecek olarak küçük dilimlemiş börekler, sigara, muska böreği, küçük köfteler, peynir, zeytin ezmesi, sebzeler ve yumurtayla yapılan kanepeler yer almak-

tadır. Döner, pilav, çeşitli tatlı ve meyveler de kokteyllerde ikram edilmektedir.

Gelin oğlan evine gelince damatla bir odaya alınıp şerbet ikram edilir. Bazı yörelerde ikram edilen şerbet yarıya kadar içilince, gelin damada, damat da geline vererek kalan yarısı içilir. Bu da evlilik hayatı boyunca acı ve tatlı günlerin birlikte paylaşılacağını ifade etmektedir.

Sivas'ta düğün akşamı, yeni gelin oğlan evine getirildiği akşam, akrabalar ve hocalar çağrılarak yemek yenir. Topluca yenen bu yemeğe "baba canı" ya da "can görme" bazı yörelerde "baba ekmeği" denirdi. Bu yemeğin bir amacı da ölülerin, geçmişlerin ruhunu şâd etmektir (Üçer 2006).

Düğünde yapılan âdetlerden biri de, kız evi tarafından sadece gelin ve damadın yemesi için hazırlanan yemeklerin, gelin evden çıktıktan sonra arkasından yengelerle damat evine gönderilmesidir. Gerdek gecesi için hazırlanan bu yemeklerin başında tavuk gelmektedir. Bazı yörelerde fırında kuzu, kuzu dolma, kapama da yapılmaktadır. Pilav, çeşitli yöresel börek ve çörekler tavuğun yanı sıra gönderilen yemeklerdendir. Çankırı'da, "dövüşgen olur" düşüncesiyle hindi dolması yerine kuzu dolması gönderilmektedir (Üçok 2002). Tatlılardan en çok baklava gönderilmektedir. Helva, un kurabiyesi ve şerbet de gönderilen tatlılardandır. Gerdek gecesi için hazırlanan yemek çeşitleri fazla değildir ve hemen hemen her yörede benzerlik göstermektedir.

Eskiden bazı yörelerde tatlı, börek, çörek gibi yiyecekler kız evinden oğlan evine gönderilen gelinin çeyiz eşyalarının yanında ya da sandığında gönderilirdi. Karaman'ın bazı köylerinde, gelin acıktığında yesin diye, sandığına "bidik" (bir tür börek- hamur işi) ve kuru üzüm konurdu (Işık, 2009, Karaman).

Gerdek gecesinde gelin ve damat için hazırlanan sofraya bazı yörelerde "honça" denir. Tokat'ta "honça"ya düğün yemekleri ve her türlü çerez konur. En az yirmi çeşit olacağı söylenir (Halıcı 2001). Konya-Sille'de ise yenildiği zaman şekli bozulacak yiyecekler konur. Gelin ve damat bu sofradan sadece üçer tane zeytini çiğnemeden yutar, birer kaşık bal yiyebilirlerdi. Şekilleri bozulacağı için diğer yemeklere katiyen dokunulmazdı (Halıcı 1992).

13. Yüz Açımı/Duvak

Düğünün ertesi günü yani gerdek gecesinden sonraki gün oğlan evinde kadınlar ve gençler arasında yüz açımı töreni yapılır. Yüz açımına akraba ve komşular davet edilir. Bu törene kız evi çağrılmaz. Bazı yerlerde kızın akrabaları gider, ama annesi gitmez. Gelinin saçı yapılır, gelinliği giydirilir. Çalgılı bir eğlence şeklinde olup; gülünür, eğlenilir ya da dualı, mevlitli olur.

Yüz açımı, bazı yörelerde farklı adlarla bilinmektedir. Buna göre, yüz açımı ; "gelin paçası" (Tekirdağ); "paça"-"paça günü"(Bursa-Bolu); "duvak"-"duvak günü" (Bartın-Burdur-Bolu-Urfa-Zonguldak-Ege); "cuması"-"zerde" (Trabzon); "baş bağlama" (Tokat); "gelin yanı" (Burdur); "kız arkacı" (Bolu); "velime" (Amasya, Kahramanmaraş), "semet" (Sinop) ve "gılıvan" (Aydın) olarak tabir edilmektedir.

Yüz açımında ikram edilen özel bir yiyecek olmayıp, yörelere göre çeşitli yemekler hazırlanır, bazı yörelerde düğünden kalan yemekler, tavuklu pilav, et, hamur işleri ya da çerez ikram edilir. Ayrıca bisküvi, pasta, lokma, baklava, helva, lokum, şeker gibi tatlılar verilmektedir. Çay, kahve, limonata, meşrubat da ikram edilen içeceklerdendir (Halıcı 2001, Halıcı 2005, Halıcı 2002, Işık -vd. 2005a, Kutun 1996, Urfa İl Yıllığı 1988, Trabzon İl Yıllığı 1973).

Yüz açımı günü bazı yörelerde farklı uygulamalar görülmektedir. Sivas'ta düğün sonrasının iyi haberi sonunda kız evi damada ağız tatlılığı olarak bir tepsi baklava ya da hurma gönderir. Böylece "ağzınız tatlı, eviniz kutlu olsun" dilekleri iletilmiş olur (Üçer 2006). Aynı uygulama Karaman'da da görülmektedir. Kızın annesi oğlan evine bir tepsi baklava gönderir. Gelin bütün elbiselerini giyer ve oynar, eğlenirler. Misafirlere, kız evinden gönderilen baklava ikram edilir (Bayraç, 2009, Karaman). Bilecik'te de düğünden 2-3 gün sonra "fındık düğünü" denilen gelin oynatma yapılır. Bir nevi küçük düğün olup, misafirlere kuruyemiş, kuru meyvelerden oluşan çerez ikram edilir (Güldemir 2007).

Eskiden Erzincan'da yüz açımında gelini görmeye gelen komşular yüz görümlüğü olarak su böreği, kete, lokum, baklava gibi yiyecekler hazırlayıp getirirlerdi (Doğan, 2008, Erzincan). Yalvaç'ta ise gelinin akrabaları tavuklu pilav yapıp oğlan evine götürürler, orada yer içer eğlenirler (Saygın 2008).

Eskiden Nevşehir'de yüz açımı günü "kâkül kesme" töreni yapılırdı. Oğlan evinde kadınlar toplanır, gelinin kâkülünü keserler. Bu tören genç kızların kadınlığa geçişinin başlangıcı olarak kabul edilir. Bu törende oynanır, eğlenilir. Ailenin ekonomik durumuna göre misafirlere çorba, yahni, pilav, bamya, tatlıdan oluşan yemekler ve meyve ikram edilirdi (Narin 2001). Burdur'da ise yüz açımı günü akşam yemekten sonra kız evine el öpmeye gidilirdi. Gelinin ve damadın yakınlarıyla birlikte çerez yenir. Buna "gelin çerezi" denirdi (Kazan 2005a).

Günümüzde pek çok yörede yüz açımı töreni uygulanmamaktadır.

14. Düğün Haftası

Düğünden sonraki hafta aileler arasında karşılıklı davetler başlar. Önce kız evi oğlan evini, bir hafta sonra da oğlan evi kız evini yemeğe davet eder. Kız evi daveti bazı yörelerde düğünden 2-3 gün sonra veya düğünden sonraki ilk perşembe akşamı ya da bir iki hafta sonra yapılır.

Bu davetlerde her zaman pişirilmeyen, yapımı özel beceri ve uzun zaman gerektiren, yörelere özgü özel yemekler hazırlanır. Davet sofrasında yemek, çorba ile başlar. Sonra et yemeği gelir, arkasından etli ya da etsiz pilav, su böreği, yaprak sarması ikram edilir. En son hoşaf ve tatlı sunulur. Tatlı olarak en çok baklava, helva, sütlaç yapılmaktadır. Bazı yörelerde tatlıdan sonra, yenen ağır yemeklerin sindirimini kolaylaştırdığına inanılan bamya çorbası ikram edilir. Edirne'de damat için diğer yemeklerin yanında özellikle "damat paçası" denilen yemek de hazırlanır.

Kız evinin yaptığı bu yemek davetine Sivas'ta "baba evi", "konukluk yemeği", Burdur'da "koltuk dürümü", "gelin daveti" Eskişehir-Sivrihisar'da "ana okuması", Bilecik ve Kayseri'de "kız ardı", Afyon'da "el öpme daveti", Trabzon'da "yediye", Isparta ve Ordu'da "yedi daveti", Kastamonu'da "evirlik" , Sakarya'da "enişte daveti" ve Sinop'ta "yumurta yeme" denir.

Düğün haftasında bazı yörelerde farklı adetler görülmektedir. Bitlis'te düğünden sonra gelin bir hafta hiç temizlik işi yapmaz, 7. gün kızını ilk defa görecek olan annesi helva pişirir, oğlanın annesi de çerez alarak gelinle beraber bir türbeye giderler. Türbede helvayı yerler, çerezi de oradakilere dağıtırlar. Düğünün 40. gününde ise kız evi eş dost, akrabalarıyla oğlan evine giderler. Eskiden yemek verilirken, günümüzde çay ve pastalı ikramlar yapılmaktadır. Gelin, 40. gününden sonra ilk defa baba evine ziyarete gitmektedir(Demiroğlu, 2003, Bitlis). Düğünden bir hafta sonra Uşak'ta "7 hamamı" yapılır. Yedi hamamında kız evi oğlan evine börek göndermektedir(Halıcı 1981).

Malatya'da düğünden 3 gün sonra kız evi oğlan evine katmer gönderir. Erzincan'da ise düğünden bir hafta sonra kız evi oğlan evine bir tepsi baklava, bir tepsi su böreği gönderir. Bir hafta sonra gelin ve damat tepsileri çeşitli hediyelerle geri getirirler (Sağır 2007; Doğan, 2008, Erzincan). Aynı gelenek "yoklama" adı ile Erzurum'da da görülmektedir (Özdemir, 2002, Erzurum).

Sivas'ta da günümüzde terk edilen, eskiden uygulanan "peştamal hamamı" geleneği vardı. Düğünden 15 gün sonra kayınvalide gelinine hamamda peştamal armağan ederdi. Bunun amacı gelinin, ailenin kadınları arasına karışarak bir mesleğe geçer gibi peştamal kuşanmasıydı. Bu hamamda misafirlere meyve, şerbet, gazoz ikram edilirdi (Üçer 2006).

Düğün haftasında yapılan davetlerle ilgili Konya'da kız evi davetinde başka yörelerde rastlanmayan "artık yemeğe gitme" geleneği görülmektedir.

Düğünden sonraki ilk perşembe günü kız evi oğlan evini, akrabalarını, gelin ve damatla birlikte yemeğe davet eder. Bu davette kara yemek takımı yemekleri yapılır. Kara yemek takımında her yiyecek maddesinin sofrada üç defa yer alması gerekir. Üç et, üç hamur işi ya da tahıl, üç tatlı, üç sebze gibi. Burada hoşaf söz kesendir. Misafirler hoşafı gördüklerinde sofraya başka yemek gelmeyeceğini anlarlar.

Kız evi davetinin ertesi günü oğlan evi kız evine "dünkü zahmetle ne yaptınız" diye tekrar yemeğe yani "artık yemeğe" giderler. Bu defa sadece ev halkı gider, kalan yemekler yenir ve dönülür. Oğlan evi bu ziyareti mutlaka yapmalıdır; yoksa gücendi veya beğenmedi sanılır. Tabii kız evi ilave yemekler de hazırlayarak

dünürlerini ağırlarlar. Bir iki hafta sonra da oğlan evi kız evini davet eder, kara yemek takımı yapılır, ancak kız evi ertesi gün artık yemeğe gitmez (Halıcı 2005).

15. Ölüm

İnsanlar doğar, büyür ve ölür. Bu tabiatın, insan hayatının kaçınılmaz bir gerçeğidir. Acı haber tez yayılır derler, haberi alan konu-komşu, hısım-akrabalar kısa zamanda cenaze olan eve giderek, acıyı paylaşırlar. Paylaştıkça sevinçler çoğalır, acılar azalırmış.

Ölüm olayında hemen hemen her yörede en çok dağıtılan yiyecek helvadır. Genellikle irmik ve un helvası yapılır. Bazı yörelerde kara helva denilen pekmezli un helvası yapılmaktadır. Bazı yörelerde ise tahin helvası satın alınarak ekmekle birlikte dağıtılır.

Cenazenin gömüldüğü gün birçok yörede en çok helva (un, irmik) pişirilip gelenlere verilir. Helva, ekmek arasına ya da yufka-pideye sarılarak mezarlıkta da dağıtılır. Eve gelenlere, herkese verilir. İlk gün yapılan helvaya Diyarbakır'da "kazma helvası" denir (Halıcı 1991). Artvin'de ise her cuma günü helva-ekmek dağıtılır. Mezara da götürülüp oradakilere verilir (Halıcı 2001).

Bazı yörelerde cenaze defnedildikten sonra mezarlıktan dönenlere ve mezar kazan erkeklere ölü evinde komşular tarafından hazırlanan yemek verilir. Niğde'de mezar kazanlara verilen yemeğe "kazma takırtısı" denilmektedir.

Helva karıp ekmek arasında dağıtma geleneği bazı yörelerde ölümün üçüncü günü, bazı yörelerde de yedinci günü yapılmaktadır. Yağ kokutma âdeti için pişi, lokma, gözleme, börek gibi yağda kızaran yiyecekler de üçünde ya da yedisinde dağıtılmaktadır. Karaman'da pişi ve helva, ölümden sonraki ilk cuma (Cuması denir) (Bayraç, 2009, Karaman), Yozgat'ta ise ilk perşembe yapılıp dağıtılır (İşbilen 1995).

Başsağlığına gelenlere şeker, lokum, çeşitli hamur tatlıları ve limonata, şerbet, çay gibi içecekler ikram edilir. Burdur'da cenazenin gömüldüğü gün başsağlığına gelenlere susamlı çörek, hamursuz ya da beyaz peynir, tahin helvası dağıtılır (Kazan, 2005b).

Ölümün 40. veya 52. günü, bazı yörelerde 7. günü yemekli mevlit okutulur. Yemek olarak genellikle düğün yemekleri yapılmaktadır. Yemek yapılmazsa pişi, lokma, ekmek arasında helva, yufkaya sarılmış tavuklu pilav, zerde dağıtılır. Bazı yörelerde ise 52. günü günahları hafiflesin diye helva karılıp dağıtılır, yemek yapılmaz. Bazı aileler hem yapımı ve servisi kolay, hem de daha ekonomik olan etli ekmek-pide, ayran ya da etli pilav, ayran ikram etmeyi tercih etmektedirler. Mevlitte şeker, lokum, şerbet, limonata da dağıtılır. Bilecik'te mevlitte karabiberli koyu şerbet dağıtma geleneği vardır (Doğan, 2003, Bilecik).

Eskiden beri yapılagelen güzel âdetlerimizden birisi de ölü evine yemek götürmedir. Ölü evinde, genellikle 7-10 gün, bazı yörelerde 3 gün, bazı yörelerde ise 1 ay yemek pişirilmez. Konu-komşu, hısım akraba birbiriyle anlaşarak sabah, öğle, akşam yemeklerini hazırlayıp ölü evine götürürler. Bu gelenek sosyal dayanışmanın güzel bir uygulaması olarak birçok yerde devam etmektedir. Burdur'da ilk gün akşam yemeğini cenaze sahibi verir, diğer günler komşular, akrabalar yemek getirirler. Taziye yemeğine halk arasında "eza yemeği", "taze" denilmektedir(Kazan, 2005b).

Ölü evine götürülen yemekler yörelere ve yakınlığa göre değişmektedir. Ölen kişinin yakınları takım yemekleri, ince yemekler gönderirken, uzaklar bir tepsi börek ya da bir tepsi baklava veya başka tatlılar gönderirler. Ölen kişinin sevdiği yemekler de yapılır. Yemek olarak çorba, etli bir yemek (kebap, tava, güveç, yahni gibi), pilav, salata ve tatlı (helva, hoşaf, hamurlu tatlı ya da sütlü tatlı) götürülür. Yemek yapamayanlar bir tepsi börek ya da tatlı veya bir paket çay, şeker, makarna vb. yiyecekler götürürler.

Birçok yörede "tatlı acıyı alır" düşüncesiyle ölü evine tatlı götürülür. Ancak Aydın'da, Kütahya'da (Halıcı 1981) ve Sivas-Divriği'de (Üçer 2006) "acıya tatlı gitmez" derler, bu nedenle ölü evine tatlı götürülmez.

Bu konuda bazı yörelerde farklı uygulamalar görülmektedir. Erzurum'da cenaze evine yemek götürecek kişi yemekten önce evinde bir cezve kahve pişirip, bir tepsiye 5-6 fincanla birlikte ölü evine götürüp ikram eder. Bu ikramın anlamı kahveyi getiren evden yemek gelecek demektir. Yemek gönderemeyenler ise üç günden sonra kete, çörek, çay, şeker gibi yiyecekler gönderir, buna "yoklama" denir (Özdemir, 2002, Erzurum). Yoklama âdeti, Sivas'ta da "yoklatma" tabiriyle aynı şekilde görülmektedir (Üçer 2006). Ankara Ayaş'ta ise ölü evine götürülen yemeklere "kıt aşı" denilmektedir (Doğruol 1996).

Siirt'te ise ölümden sonraki cumadan başlamak üzere üç Cuma kadın ve erkekler ayrı ayrı mezarlığa giderek ekmek, helva, pasta, kurabiye ve meyve dağıtırlar. Bu yiyecekler eş, dost ve akrabalar tarafından hazırlanarak Perşembe günü ölü evine götürülür (Siirt İl Yıllığı 1988).

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynaklar

Afyonkarahisar il yıllığı, (1967). Afyonkarahisar: Afyonkarahisar Valiliği Yayınları.

Akkaş, Z. (2008). *Niğde mutfak kültürü ve yemekleri. Selçuk Üniversitesi*, Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Arslan, Ö. (2007). *Tekirdağ ili hayrabolu ilçesi lahana köyü mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi, Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Atılgan, N. (1995). *Akşehir yöresi yemekleri üzerine bir araştırma*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği ABD Lisans Tezi. Konya.

Aybaş, A. (2005). *Kırklareli mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Bakır, M. (2005). *Kırıkkale mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Balıkesir il yıllığı. (1967). Balıkesir: Balıkesir Valiliği Yayınları.

Baysal, A. (1990a). Loğusa şerbeti. *III. Milletlerarası yemek kongresi 7-12 Eylül 1990*. s.103-106. Ankara: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

Baysal, A. (1990b). *Beslenme kültürümüz*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yay.

Baytok, A., Ermen, A., Gürel, N., Dalkıranoğlu, A., Güney, H., Töre, H. (2001). *Afyonkarahisar mutfağı*. Ankara: Afyon Kocatepe Üniversitesi Yayınları, Uyum Ajans.

Bingöl il yıllığı. (1973). Bingöl: Bingöl Valiliği Yay.

Bolu il yıllığı. (1998). Bolu: Bolu Valiliği Yay.

Çakırel, H. (1995), *Eskişehir-Sivrihisar yemekleri üzerine bir araştırma*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği ABD Lisans Tezi.

Çanakkale il yıllığı. (1973). Çanakkale: Çanakkale Valiliği Yay.

Demir, T. (2002). Van yemekleri. *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar*. s.165-202. Ankara: Türk Halk Kültürü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.

Dilbaz, D., İncekara, H. İ. (2007). *Karaman yemekleri*. Karaman: İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayınları.

Doğruol, H. (1996). Ayaş (merkez ilçe) geleneksel halk mutfağı ve yemekleri üzerine bir deneme. *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar*. s. 5-47. Ankara: Türk Halk Kültürü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.

Erdoğdu, Ş. (1999). *Ankaram*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Erzincan il yıllığı. (1973). Erzincan: Erzincan Valiliği Yayınları.

Halıcı, F. (1990). Söğüt'te osmanlı imparatorluğu'nun kuruluş törenleri toplu yemeği. *III. Milletlerarası Yemek Kongresi 7-12 Eylül 1990*. s. 137-143. Ankara: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

Halıcı, N. (1981). *Ege bölgesi yemekleri*. Ankara: Güven Matbaası.

Halıcı, N. (1983). *Akdeniz bölgesi yemekleri*. Konya: Arı Basımevi.

Halıcı, N. (1991). *Güney doğu anadolu bölgesi yemekleri*. Konya: Arı Ofset Matbaacılık.

Halıcı, N. (1992). Sille'de özel gün yemekleri. *IV. Milletlerarası türk halk kültürü kongresi bildirileri*. s. 103-109. Ankara: Feryal Matbaası.

Halıcı, N. (1999). *Siniden tepsiye klasik türk mutfağı*. İstanbul: Numune Matbaacılık Ltd. Şti.

Halıcı, N. (2001). *Karadeniz bölgesi yemekleri*. Ankara: Gür-Ay Ofset Matbaacılık San.

Halıcı, N. (2002). Türk halk mutfağı. *Yemek kitabı*. s. 233-260. İstanbul: Kitabevi Yay.

Halıcı, N. (2005). *Konya yemek kültürü ve konya yemekleri*. İstanbul: Rûmi Yayınları.

Güldemir, O. (2007). *Bilecik mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Işık, M. A. (1998). Siirt mutfak kültürü ve yemekleri. *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar*. s. 77-109. Ankara: Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.

Işık, N., Barı, N., Özdoğan, Y. (2005a), Bursa mutfak kültürü. *II. Bursa halk kültürü sempozyumu bildiri kitabı*. Cilt: III. s. 1057-1077. Bursa: Uludağ Üniversitesi Yayınları.

Işık, N., Barı, N., Bayrak, E., Kesmen, G. (2005b). Burdur'un yeşilova ilçesi ışıklar köyünün mutfak kültürü. *1. Burdur sempozyumu bildirileri*, 16-19 Kasım 2005. Cilt: 1. s. 93-106. Burdur: Mehmet Akif Ersoy Fakülte Kitapevi Baskı Merkezi.

İçel il yıllığı. (1975). İçel: İçel Valiliği Yayınları.

İşbilen, N. (1995). *Yozgat yöresi yemekleri üzerine bir araştırma*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği ABD Lisans Tezi. Konya.

Kazan, Ş. (2005a). Burdur'da hayatın çeşitli sayfaları ile ilgili dini-manevi inançlar, adetler ve büyüsel pratikler. *1. Burdur sempozyumu bildirileri*, 16-19 Kasım 2005. Cilt 2. s.1493-1521. Burdur: Mehmet Akif Ersoy Fakülte Kitapevi Baskı Merkezi.

Kazan, Ş. (2005b). Budur'da ölümle ilgili inançlar, uygulamalar ve mezar taşlarının dili. *1. Burdur sempozyumu bildirileri*, 16-19 Kasım 2005. Cilt 2. s. 1523-1538. Burdur: Mehmet Akif Ersoy Fakülte Kitapevi Baskı Merkezi.

Kırıkkale il yıllığı. (1995). Kırıkkale: Kırıkkale Valilii Yay.

Kutun, N. (1996). *Sinop'un yöresel yemekleri üzerine bir araştırma*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği ABD Lisans Tezi. Konya.

Kuyucak, M. (2004). *Muğla ili fethiye ilçesi mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Nahya, Z. (1982). Özel gün yemekleri. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. s.189-197. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.

Narin, Y. (2001). *Nevşehir mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Malatya. (2000). Ankara: Kültür Ofset Ltd. Şt.

Oğuz, B. (1976). *Türkiye halkının kültür kökenleri 1. Beslenme teknikleri*. İstanbul: İstanbul Matbaası.

Öztürk, B. (2004). *Sinop ili türkeli ilçesi güzelkent beldesi mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Özyalçın, A. (1995). *Zonguldak ili yöresel yemekleri üzerine bir araştırma*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi, Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği ABD Lisans Tezi. Konya.

Polatlı ilçe yıllığı. (1987).

Rize il yıllığı. (1998). Rize: Rize Valiliği Yay.

Sabah gazetesi. (2007). Doğumdan ölüme, yüz yıllık kutlamalar. *Yaşam Pazar Eki*. 3 Haziran 2007.

Sağır, A. (2007). *Malatya mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Saygın N. (2008). *Isparta ili yalvaç ilçesi mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Siirt il yıllığı. (1988). Siirt: Siirt Valiliği Yay.

Taş, H. (1991). Halkbilimi açısından erzurum'da yemek geleneği ve uygulamaları. *Türk halk kültüründen derlemeler*. s. 131-142.Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları.

Trabzon il yıllığı. (1973). Trabzon: Trabzon Valiliği Yay.

Urfa il yıllığı. (1988). Urfa: Urfa Valiliği Yay.

Üçer, M., Pekşen, F. (2001). *Divriği'de mutfak kültürü*. Sivas: Sivas Hizmet Vakfı Yayınları.

Üçer, M. (2006). *Anamın aşı tandırın başı sivas mutfağı*. İstanbul: Kitabevi.

Üçok, H. H. (2002), *Çankırı tarihi ve halkiyatı*. Ankara: Okuyan Adam Yayınları.

Yalçın, A. (2010). *Bitlis mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Yılmaz, H. (1996). Kayseri ili develi ilçesi geleneksel mutfağından örnekler. *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar*. s. 100-129. Ankara: Türk Halk Kültürü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.

Yonkuç, A. (2007). *Kayseri mutfak kültürü ve yemekleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme ABD Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Yozgat il yıllığı. (1973). Ankara: Ayyıldız Matbaası A.Ş.

Sözlü Kaynaklar

Adı - Soyadı	Doğum Tarihi	Mesleği	Görüşme tarihi	Yöre
1- Arabacı, Müzeyyen	1936	Ev hanımı	2010	Toygar Köyü/Nazilli/Aydın
2- Aygün, Kıymet	1953	Ev hanımı	2001	Trabzon
3- Bayraç, Hatice	1957	Ev hanımı	2009	Karaman
4- Bozdağ, Hatun	1929	Ev hanımı	2008	Geyve /Sakarya
5- Demiroğlu, Berfin	1951	Ev hanımı	2003	Bitlis
6- Dikmen, Gülnur	1963	Ev hanımı	2007	Sakarya
7- Doğan, Nefise	1944	Ev hanımı	2003	Bozüyük/Bilecik
8- Doğan, Hatice	1948	Ev hanımı	2008	Erzincan
9- Engin, Emine	1941	Ev hanımı	2005	Bozüyük/Bilecik
10- Erdoğan, Müberra	1967	Ev hanımı	2009	Eskişehir
11- Güneş, Şerife	1945	Ev hanımı	2010	Gerede/Bolu
12- Işık, Zeliha	1933	Ev hanımı	2009	Karaman
13- Keser, Miyase	1945	Ev hanımı	2010	Silifke / Mersin
14-Özdemir, Safiye	1950	Ev hanımı	2002	Erzurum
15- Sekmez, Makbule	1950	Ev hanımı	2007	Ankara
16- Yiğit, Hasibe	1941	Ev hanımı	2006	Ankara
17- Zengin, Hatice	1956	Ev hanımı	2001	Uzunköprü/ Edirne
18- Pervin Ergun	1967	Ö. Üyesi	2010	Kuyucak/Aydın

HACI YEMEĞİ

Mehmet Alparslan KÜÇÜK

İslam'da ibadet; şekle ve zamana bağlı olanlar ile şekle ve zamana bağlı olmayanlar şeklinde iki biçimde değerlendirilmektedir. Şekle ve zamana bağlı ibadetler, "İslâm'ın binası" hadisinde Hz. Muhammed tarafından açıklanmıştır. Müslümanlar, bu hadiste belirtilen esasları aynı zamanda "İslâm'ın beş şartı" olarak öğrenmiş ve kabul etmiştir. İslâm'ın beş şartından ilki, Allah'a ve Peygamberine şehadettir(Kelime-i Şehadet). Bu imanın özü, İslâm'ın da başlangıç noktasıdır. Bu şart yerine getirilmedikçe, ötekileri yapmanın önemi yoktur. İslâm'ın şartlarının geri kalan maddeleri dört büyük şeklî ibadeti açıklamaktadır. Bunlar; namaz, oruç, zekât ve hacdır.

İslam'ın beş temel esasından olan hac, kelime olarak, "kastetmek, yöneltmek, ziyaret etmek" gibi anlamlara gelmektedir. Terim olarak ise hac; genel olarak, dinî mecburiyet veya mucize elde etmek gayesiyle, dinen kutsal sayılan yerlere sevap kazanmak gayesiyle yapılan ziyarettir.

Hac; zengin ve sağlıklı Müslüman'ın hayatında bir defa yapacağı malî ve bedenî ibadettir. Bu ibadette; İslam'ın çıktığı ve çeşitli gelişmeler geçirdiği mübarek yerlerdeki bütün İslamî hatıralar manen yaşanmakta ve dinî bir görev huzur içinde yerine getirilmektedir.

İslam'da hac; aynı zamanda dünyanın her tarafından gelen Müslümanlar için bir Şûra/ Danışma Toplantısı, bir Kongre mahiyeti de taşımaktadır. Bir kurtuluş vasıtası, temizlenme vesilesi ve bir ibadet töreni olarak haccın insan hayatında ayrı bir yeri ve önemi vardır.

İslam'da dini vazifesini yerine getirmek için Hacca giden Müslümanlara "hacı" denilmektedir. Hacı adayı kefen gibi "ihram" giyerek Yüce Allah'a "Lebbeyk, Allahümme Leb beyk."(=Buyur Rabbim, sen ecelle, kefenle çağırmadan, ben ihramla huzuruna geldim) demişçesine manevî bir havaya girmektedir. Müslüman hacı; en sevdiklerini Allah'a ibadet, onun rızasını kazanma gayesi ile bir müddet için geride bırakmış ve "ihram şartları" içinde bir "veli hayatı"na kavuşma gayreti içerisinde olmaktadır (Küçük-vd. 2009: 467-469).

İnsanlar, yaratılışının bir gereği olarak toplum içerisinde birlikte yaşama duygusu içerisindedir. Bu duygu çerçevesinde de dertlerini ve mallarını paylaşma, yardımlaşma ve kaynaşma isteğindedir. İslam'ın diğer şartlarında olduğu gibi hac ibadeti de toplumsal/sosyal isteğin doyurulmasını ve giderilmesini sağlamaktadır. Bu dayanışmanın, kaynaşmanın, paylaşmanın en büyük ve en güzel örneğini de; hacı adaylarının hacca gitmeden önce veya hacdan geldikten sonra verdikleri yemek oluşturmaktadır. Bu yemeğe, genel olarak "hacı yemeği" denilmektedir. "Yemek yedirmek ve güzel söz, haccın güzel olmasına sebeptir" ve "Hayırlınız, yemek yedirendir." hadisleri de hacı yemeğinin önemine ve gerekliliğine güzel bir cevap/ karşılık olmalıdır.

Hacı yemeği, çok eski dönemlerden beri devam eden bir gelenektir. Çünkü cahiliye döneminde bu geleneği devam ettirmek için halktan vergiler de alınmıştır. Ancak daha sonra bu işi zenginler üstlenmiştir. Hatta ilk defa deve etinden yemek yaptırıp hacılara dağıtan kişinin de Amr Bin Luhay olduğu söylenmektedir. Peygamberimiz Hz. Muhammed'in dedesi Abdulmuttalib'in devesinin sütünü bal ile karıştırarak zemzem suyu ile birlikte hacı adaylarına dağıttığı da rivayet edilmektedir. Bu işlem daha sonra bir gelenek olarak Peygamberimizin ölümünden sonra da devam etmiştir (Özaydın 1996: 14).

Hacılar için Hacı yemekleri öz itibariyle aynı olmakla birlikte teferruatta bazı farklılıklara sahiptir. Türkler/ Türk milleti, diğer ibadetlerde olduğu gibi, hac ibadetine de hacı yemeğine de farklı bir anlam yüklemiş ve önem vermiştir. Hacı yemeği, zaman zaman ve yer yer çok görkemli bir hal almış ve rekabet noktasına kadar varmıştır. Bunun yanında teker teker olduğu gibi üç dört hacı adayının/hacının birlikte mevlit okuttukları, yakınlara, komşulara, eşe ve dosta yemek verdikleri de olmaktadır. Yemek, haccın koşullarından olmamakla birlikte, hacının eş, dost ve yakınlarına, onların zahmetlerinden dolayı bir teşekkür niteliğinde veya hacı adaylarının yolculuğunun kazasız belasız geçmesi için verilmektedir. Hacı adaylarının Hacca git-

meden önce helallik almak amacıyla yemek verdikleri de bilinmektedir (http:// www. bayburtgundem.com).

Hacı yemeği, hacca gitmeye karar vermiş ve gitmesi kesinleşmiş hacı adayları tarafından verilen bir yemektir. Bu yemek için öncelikle duyuru yapılmaktadır. Bu duyuru, telefon, gazete ilanları veya diğer iletişim araçları ile de gerçekleştirilebilmektedir.

Hacı yemeği, yakınlara, hısım ve akrabalar başta olmak üzere komşulara ve tanıdıklara verilmektedir. Bunun amacı; hem hacca gidecek kişinin duyurulması hem helâllik alınması hem küslerin barışması hem de malından fedakârlıktır. Hacca gitmeden önce bu uygulamayı yapamayanlar, hacdan döndükten sonra aynı amaçlarla hacı yemeği vermektedir. Günümüzde bu uygulama, bazı kesimlerde ve yörelerde devam etse de büyük yerleşim yerlerinde faklı uygulamalar ile yerine getirilmektedir. Hacı yemeğinde dua edilir, hacca gideceğe/gideceklere hayır duada bulunulur, hakların helâl edilmesi istenir ve kazasız belâsız gidip gelmesi temennisinde bulunulur. Yemekte bulunanlar, âminler ve haklarını helâl ettiklerini belirtir ifadeler ile duaya katılırlar. Bu yemek, kırgınlıkların ve küskünlüklerin giderilmesi için de fırsat bilinmektedir.

KAYNAKLAR

Özaydın, A. (1996). İslam'da hac. *Diyanet islam ansiklopedisi*. (14). s.386-389. İstanbul.

Küçük, A., Tümer, G., Küçük, M. A. (2009). *Dinler tarihi*. Ankara: Berikan Yayınevi.

Küçük, A. (1991). *İslâm ve Günümüz Meseleleri*. Ankara.

http:// www. bayburtgundem.com/12.04.2010.

KUTSAL GÜNLERDE YAPILAN VEYA DAĞITILAN YİYECEK VE İÇECEKLERLE İLGİLİ UYGULAMALAR

Aysun KILIÇARSLAN

1. Ramazanda İftar ve Sahur Yemekleri

Ramazan ayının yaklaşmasıyla sosyal yaşamda bir farklılık göze çarpar. Ramazan ve arkasından gelen bayram için evlerimizde badanalar, temizlikler yapılır; her türlü eksiklikler Ramazan girmeden tamamlanmaya çalışılır. Bütün bunlar, bir ibadet ayı olan Ramazan'da orucu ve ibadetleri rahatça yerine getirmek amacıyla yapılır (Doğanbey, 1990).

Ramazanın ön hazırlıkları arasında yiyecek-içecek alışverişi ve bunların hazırlıkları geniş yer tutar. Mutfak ve kilerdeki bütün malzemeler gözden geçirilerek eksikler tamamlanır. Hanımlarımız evlerde erişte, şehriye, kuskus, reçel, şurup vb. yiyecek maddelerini hazırlarlar. Ramazan hazırlıkları Anadolu'da İMECE usulü, yardımlaşılarak yapılır. Her gün bir evin işi komşularla birleşerek bitirilir.

Ramazanda iftar ve sahur olmak üzere iki öğün yemek yenir. Sahur orucun öncesinde, iftar oruç müddetinin sonunda yenilen yemeklerdir. Bu öğünler olağan günlerden daha itinalı şekilde hazırlanır ve bayram havası içinde yenilir.

Sık sık akraba ve dostlar davet edilir. Her ailenin bütçesine göre iftar sofraları her gün bir ziyafet sofrası havasını taşır. Klasik Türk mutfağının çorba, et yemeği, börek, sebze yemeği, tatlı sırasından oluşan günlük yemek listesi çeşitli eklerle zenginleşir.

İftariyelikler, bu zenginleşmenin başında yer alan iftar sofrasının girişini teşkil eden hafif yemeklerdir. Uzun bir süreyi içine alan oruç sonucu boş kalan mideyi fazla yormamak amacıyla hazırlanır. Öyle ki, bazı ailelerde iftariyelikler yenildikten sonra namaz kılınıp sonra yemeğe başlama alışkanlığı vardır. Bu da aynı amaca dayanır. Sağlık dışında, iftariyeliklerin diğer bir özelliği sofrada güzellik ve renk armonisi sağlamalarıdır.

Dalından yeni kopmuş havasında hazırlanışı incirden, zencefile kadar uzanan reçeller; zevkli şekillerde kesilmiş ve düzenlenmiş peynirler, yağlar; limon dilimleriyle süslenmiş, kekikle tatlandırılmış zeytin türleri; asma yaprakları arasında düzenlenmiş pastırmalar, ızgara sucuklar; çeşitli meyve ve salatalık; sebzeler, zevkle düzenlenmiş simit türleri ve pideler, çeşitli renklerdeki şerbetler, orucu açmak için baş yere sahip hurma ve tuz ile iftariyelikler gerçekten göze hitap ederek iştah açmaya yarayan yiyeceklerdir.

İftariyelikler yer sofrasında, iftar sinisinin içine peçete ve kaşıkları serbest bırakacak küçüklükteki bir sini içinde hazırlanarak getirilir, yenir ve sinisiyle kaldırılır. Bu, küçük tabaklardaki iftariyeliklerin toparlanmasının zaman almasını önler. Günümüzde, iftariyelikler masaya sini içinde olduğu gibi ayrı ayrı da konularak düzenlenebilmektedir. Sonra çorbadan başlamak suretiyle iftar yemekleri servisi başlar.

İftariyelikler ailenin zevkine göre zenginleşmekle beraber genellikle et grubu, meyve-sebze grubu, tahıl grubu ve yağ, şeker grubundan oluşmaktadır.

Et grubu: yumurta, sucuk, pastırma

Süt grubu: peynir türleri, yoğurt, ılık süt

Meyve-sebze grubu: çeşitli meyveler, salatalık sebzeler

Tahıl grubu: çeşitli pideler, simit, kandil simidi, küçük börekler

Yağ-şeker grubu: kaymak, tereyağı, çeşitli reçel, marmelat, murabba türleri, bal ve pekmezdir (Doğanbey 1990).

Ramazan çerçevesinde gelişen mutfak kültürümüzün önemli bir bölümünü ramazan hazırlıkları oluşturur. Bugünkü gibi her mevsimde bütün sebze, meyve, kuru yiyeceklerin bulunmadığı eski ramazanlarda iftar

ve sahurda yenilecek yemeklerin malzemesi ucuz ve bol bulunduğu mevsimlerde ramazan ayı için özel olarak hazırlanır ya da satın alınırdı.

Halk arasında ramazanlık ya da ramazaniyelik olarak adlandırılan; önceden toplu olarak satın alınan, üretilip hazırlanan bu yiyecekler özellikle kış aylarına rastlayan ramazanlarda önem kazanırdı.

Geleneksel mutfağımızda başlı başına bir zenginlik gösteren ramazan hazırlıkları şunlardır:

Pastırma, sucuk, kavurma vb. et mamulleri; yeşil fasulye, patlıcan, kırmızıbiber kurutmaları; çeşitli turşular; peynir, yağ türleri; başta tarhana olmak üzere çorbalıklar; reçel, pestil ve marmelat çeşitleri; vişne, zerdali, erik vb. hoşaflıklar; bulgur, erişte, pirinç ve makarnalar; domates ve biber salçaları; kuru yufkalar vb. ekmek çeşitlerinin hazırlanması (Toygar 2008).

Ramazanlar hangi mevsime gelirse gelsin bereket ve bolluğu her zaman görülmektedir. Çeşitli iftariyelikler, mevsimin sebze ve meyveleri, tatlılar ve güllaç, pastırma birçok yörede bu ayın değişmez yiyecekleridir. Ekmekler de ayrı bir nefaset ve lezzette olarak, özel, yumurtalı pideler, açık ekmek olarak söylenen pide çeşitleriyle ramazanın özelliğidir (Üçer 1993).

Ramazan ayının toplumumuzun yaşamında önemli bir yeri vardır. Her istenen şey, istendiği anda yenemediği için sahur ve iftar yemeklerine ayrı bir özen gösterilir. Sahur normal kahvaltıdan daha zengindir. Çayın yanında börek, çörek, katmer, peynir, zeytin, yumurta yer aldığı gibi etli yemekler ve pilavlar da yenebilir. Pilav ve böreğin yanında eskiden pekmezle yapılan hoşaf içilirken, günümüzde bunun yerini çay almıştır.

İftar yemekleri de diğer günlerin akşam yemeklerinden daha zengindir. Oruç, genellikle zeytin, hurma veya su ile açılır. İlk kap çorbadır. Sebzeli, mercimekli, yoğurtlu çorbalar sıkça yapılır. Arkasından etli sebze yemeği ve onun arkasından da pilav gelir. Normal günlerde bulgur pilavı ve erişte yapılır. Peynirli, sebzeli ve kıymalı börekler de iftar yemeklerinde daha sık yer alır. Böreğin bir kısmı sahur için de saklanır. En son yenen tatlıdır. İftar için ailenin imkânlarına göre değişik türde tatlılar hazırlanır (Baysal 2002).

Bazı İllerimizde Ramazanda İftar ve Sahur Yemekleri ve Gelenekleri

Sivas'ta, çörekler ve horoz şekerleri, küçük çocukları sevindirmek, oruç tutanlara iftarlık olarak verilen en eski günlerin anısını taşıyan eğlenceliklerdir. Sivas'ta ramazanda oruca kalkılan ilk gece sahur yemeği olarak mercimekli bulgur pilavı pişirilir ve bu yemeğin ramazan boyunca tespih çektiğine inanılır (Üçer 1993).

Eskiden Burdur'da sahur ("erce"ye kalkmak) vakitlerinde katmerler yapılır; çay ve peynirle yenilir içilirdi. Sahurda komşuların kapısı çalınır ve bu katmerler ikram edilirdi (Işık vd. 2005:150).

Giresun'da mısır ekmeği her zaman bulunur. Ayrıca özellikle pirinçli, şekerli yufka böreği (çökelekli, üzüm kurusu ile de hazırlanabilen) erik ya da elma kurusu hoşafıyla birlikte sahurda tüketilir. İftar yemeğinde ise, yufka üzerine şekerli yoğurt ve kızdırılmış tereyağı dökülen siron, (her gün) karalâhana çorbası, karalâhana sarması (mısır yarmasıyla), tuzlu taze fasulye diblesi (pirinçli), kış kabağı kızartması, baldıran otundan yapılan dible veya çorba dönüşümlü olarak yapılan yemeklerdir (Selime Aydın, 2010, Giresun).

Ordu, Fatsa'da ''öğmeç''denilen yiyecek, bayat ekmek yağda kavrularak yapılır; sahurda tüketilir. Ayrıca bu yörede karalâhana çorbasına, pancar çorbası denir ve iftarda mutlaka yapılan çorbalar arasındadır (Makbule Özcan, 2010, Fatsa).

Erzurum'da sahurda, sütlü hamurdan ince yufka açılır, içine bal ya da kaymak denen çok yağlı peynirden konarak yenir (Selma Çiftçioğlu, 2010, Erzurum).

Bursa Mustafakemalpaşa'da, ramazanın ilk günü yeşil mercimek yemeği yapıp dağıtmak adettendir, bereket getirdiğine inanılır.

Kayseri'de ve Çorum'da her iftar sofrasında mantı mutlaka bulunur (Fatma Gündoğdu, 2010, Kayseri), (İtibar Yiğiterol, 2010, Çorum), (Makbule Gümüş, 2010, Çorum).

Konya'da hanımlar, sahur ve iftar sofrasına sunacakları yemeklerin hazırlığını ramazan ayına haftalar kala yapmaya başlar. Sahur vaktinde, yakın zamana kadar erişte ve yufkalarla birlikte hoşaf tüketilirken şimdilerde bu tür sofraların yerini daha hafif olduğu gerekçesiyle kahvaltılar almaya başlamıştır. Oruçlarını, özel iftar köftesi, hurma, zeytin, sucuk, pastırma, kaymak, bal, tereyağı, reçel, peynir ve tahin ile sıcak pide gibi yiyeceklerin bulunduğu iftariyeliklerle açan Konyalılar, mideye fazla yüklenmeden namazlarını kılarlar. Bu arada iftariyelik sinisi kaldırılmakta ve namazdan sonra ana yemeğe geçilmektedir. Yoğurt çorbası ile başlayan ramazan sofrası Konya'ya özgü et yemekleri ile devam etmektedir. Bunlardan en çok bilineni ''orta" olarak adlandırılan fırında pişirilen patlıcan üzerine koyun kaburgası oluşturur. Et yemeğinin ardından sofraya ev yapımı baklava gelmektedir. Ramazanda başka bir seçenek ise düğün yemeği menüsüdür. Yoğurt çorbası, etli pilav, irmik helvası, bamya çorbası, son olarak yine etli pilav ve zerdeden oluşmaktadır (Usluer 2009).

Aydın'da ramazan gelmeden 2-3 gün önce yufkalar yapılır, yığılır. Sahur ve iftarda bu yufkalardan hazırlanmış börekler, tepside mangal üzerinde pişirilerek(çökelekli, ısırgan otlu, patatesli, ıspanaklı) yenir. Ayrıca paşa böreğinin yufkası da önceden hazırlanıp bol zeytinyağında kızartılır. Bir ay süreyle bekletilebilir. Kullanılacağı zaman bol kaynar suda haşlanır. Her böreğin arasına kıymalı iç serpilir. Küçük bir tepside 10 dakika fırınlanır, üzerine sarımsaklı yoğurt ve kırmızıbiberli tereyağı dökülerek yenir (Hatice Baykal, 2010, Aydın-Sultanhisar; Lütfiye Soley, 2010, Aydın-Sultanhisar).

Gaziantep'te, ramazanda her akşam eve hazmı kolaylaştırması için meyan şerbeti alınır. Her iftarda oruç, kahvaltılıklarla ve çayla açılır. Akşam namazı kılındıktan sonra yemeğe geçilir. Ramazan ayı boyunca her akşam çiğ köfte yapılır (Berrin Özkirişçi, 2010, Gaziantep; Şenel Külahçı, 2010, Gaziantep).

Tokat'ta ve Zile'de her ramazanda ve bayramda mutlaka yapılan, sütle yoğrulmuş mayalı hamur, cevizli veya haşhaşlı iç, küçük pasta tabağı kadar açılan hamura konulur. Yirmi kat'a kadar üst üste hazırlanır. Küçük tepsi boyutunda oklavayla açılıp 10 ar cm şerit halinde kesilir ve bükülür. Tepsiye uzunlamasına yerleştirilir ve tepside mayalandıktan sonra üzerine yağ, yumurta, yoğurt karışımı sürülüp pişirilir (Emine Baykal, 2010, Tokat).

Batı Trakya'da ve balkanlarda da zengin iftar ve sahur sofraları kurulur. Sahur sofralarının zenginliği içinde dikkati çeken tatar böreğidir. Makarna hamurunun üçgen üçgen kesilip makarna gibi pişirilmesi ve üzerine yoğurt dökülmesiyle oluşan yemek, sahur sofralarının vazgeçilmezidir (Pervin Ergun, 2010, Kuyucak/Aydın)

2. Ramazan Bayramı

Ramazan bayramı, halk arasında yaygın kullanımı ile Şeker Bayramı; ramazan ayında oruç tutarak Allah'ın rızasını kazanmaktan doğan sevincin ifadesidir. Ramazan Bayramının amaçları arasında dargın olanları barıştırmak, kırgın olanları birbiriyle kaynaştırmak, dost ve akrabalık duygularını güçlendirmek de vardır (Kamil Toygar 2008).

Ramazan Bayramı, bayram namazının kılınmasından sonra başlamaktadır. Erkekler, bayram namazını kılarlar. Köylerde, bayram namazından çıkan cemaat, topluca köy mezarlığına giderek dua eder. Topluca yapılan duanın ve ziyaretin ardından buraya gelen kişiler yol boyunca sıraya dizilerek bayramlaşır (Işık- vd. 2005).

Geleneği devam ettiren bazı büyük şehirlerde, mahallelerdeki camilerde, bayram namazının kılınmasından sonra cemaat, cami içerisinde tek sıra halinde dizilerek birbirlerinin bayramlarını kutlarlar.

Erkekler namazdayken evde hanımlar kahvaltı hazırlarlar. Geleneği sürdüren ailelerde, bayram namazından sonra, bayramlıklarını giydikten sonra aile büyüklerinin evinde toplanılır, bayramlaşılır ve kahvaltıya hep birlikte oturulur.

Ramazan bayramında ziyarete giderken şeker-lokum götürülür ve gelen konuklara mutlaka şeker ve şekerle birlikte kahve ikram edilir. İkram için önceden tatlı hazırlama geleneği vardır. Tatlıların başlıcaları; kalburabastı, baklava, şöbiyet ve kadayıftır (Baysal 2002).

Bunların dışında bayram süresince yenmek üzere yapılan fakat her gün yapılmayan ağır yemekler de şunlardır; tavuk ya da hindi dolması suyuna çorba ve pilav, güveç, etli nohut, buğday, et fasulye karışımı yapılan keşkek, çeşitli börekler (Nahya 1982).

Ramazan bayramında nişanlı kıza çamaşır, şeker gelir. Kız da oğlana şeker gönderir (Halıcı 1981).

Bazı İllerimizde Ramazan Bayramında Yapılan Yemek Hazırlıkları ve Gelenekleri

Ramazan bayramında birçok yöremizde bazen benzer bazen de farklı hazırlıklar yapılır. Hazırlanan yiyeceklerin bölgelere göre farklılaşması ve bunun gelenek olarak devam etmesi Türk yemek kültürünün bir özelliğidir. Daha önce yapılan çalışmalarda da bu farklılıkların birçoğu ortaya konmuştur. Bazı il, kasaba ve köylerde yapılan bayram hazırlıkları ile ilgili kaynaklardan faydalanarak ve mülakat yaparak derlenen bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

Aydın'da, Ramazan bayramında kahvaltıda yemek için etli börek yapılır. Hazırlanan hamurun içine çok küçük doğranmış yağsız sinirsiz biftek veya dana eti, maya, maydanoz, karabiber, un su tuz ile yoğrulup mayalanan hamur çay tabağı büyüklüğünde yassıltılarak hazırlanır, bol zeytinyağında kızartılır. Etin olmadığı zamanlarda aynı hamura bal kabağı rendesi veya doğranmış ısırgan otu konularak da yapılan bir börektir (Hatice Baykal, 2010, Aydın-Sultanhisar).

İzmir'de, bayramda tatlı keşkek, pekmez ile yapılır. Ispanaklı kol böreği de yapılır (Özlem Çetinkaya, 2010, İzmir).

Manisa'da, Kalburabastı veya kadayıf tatlısı yapılır. Bayram gününde, mezarlıkta şeker veya bisküvi dağıtılır (Hatice İşbilen, 2010, Manisa).

Uşak'ta erkekler bayram namazından geldikten sonra ev ahalisi ile bayramlaşılır ve yemeğe oturulur. Yemekte celpleme et (ev yapımı salça "nerdek" ile terbiye edilmiş koyun ya da erkeç etinden yapılan yemek), pilav ve güllaç yenilir. Yemekten sonra çay içilerek aile içinde sohbet edilir. Bazen et yerine celpleme (salçalı) tavuk da yapılır. Ziyarete gelenler için ise ev yapımı baklava çeşitleri yapılır (İbrahim Dülger, 2010, Uşak.)

Afyonkarahisar'da, bayram için, düğülü yaprak sarması, bütün et, patlıcan musakka, bamya yemeği ve baklava hazırlanır (Mehmet Tunç, 2010, Afyon).

Ankara'da, yarmalı yoğurt çorbası, etli tirit, yaprak sarması, mevsimine göre kabak tatlısı veya baklava yapılır. Kayısı hoşafı da mutlaka sofrada bulunur (Bahar Uğurlu Şimşek, 2010, Ankara).

Niğde-Bor'da, Ramazan ve Kurban Bayramında ilk yemek olarak bamya çorbası yapılır. Tatlı yerine incir ve kayısı dolması, köfter tatlısı (üzüm suyu ve nişasta ile kavrularak) yapılır (Şükran Gültekin, 2010, Bor).

Çorum'da, bayram namazından sonra kahvaltı, aile büyüklerinin evinde yapılır. Her bayram, yoğurt çorbası, kırmızı et ile yapılan yahni, kıymalı su böreği, sade pirinç pilavı, çorum baklavası (cevizli gül burma), gazete baklavası ya da kadayıf yapılır. Gelen misafirlere böreğin yanında kadayıf veya baklava ikram edilir (Perihan Köse, 2010, Çorum).

Kayseri'de, bayram namazı sonrası eve gelinir. O sabah, kahvaltıda mutlaka nohut yahni ve pilav yenir. Nohut yahni yemeğinin kokusunun arşa ulaştığı ve çok sevap olduğu inancı yaygındır. Ayrıca tandır böreği, içli kete, zeytinyağlı yaprak sarması, sütlaç ve baklava da yapılır (Fatma Gündoğdu, 2010, Kayseri).

Sivas'ta, bayram çorbası, tatlı ve sulu olan, diğer adıyla üzümlü çorbadır. Bayramların en rağbette olan tatlısı hurmadır (kalburabastı). Ayrıca baklava, sarığıburma ve Kırım baklavası da yapılabilmektedir. Sivas'ta bayramların klasik yemeği yaprak sarmasıdır. Sebzeli et yemeği, pirinç pilavı, yazın pancar çorbası, kışın peskütan çorbası, sütlaç, bayramlarda pişen diğer yemeklerdir.

Yas bayramı olarak nitelenen ve aileden birinin ölümünden sonra gelen ilk bayram, ramazan veya kurban bayramında gelen misafirlere acı kahve sunulması geleneği ise devam etmektedir (Üçer 1993).

Bolu'nun Yeniçağa ilçesinde, sütlü olarak hazırlanmış çorba, dondurulup üzerine karanfil serpilerek ikram edilir. Ayrıca ilçede her evde aynı yemekler yapılır. Bunlar, tavuk etiyle yapılmış bamya yemeği, etsiz nohut ya da fasulye yemeği, zeytinyağlı yaprak sarması, ev baklavası. Bu yörede bayram için börek yapılmıyor (Durkadın Özçiftçi, 2010, Bolu- Yeniçağa).

Bolu- Mengen'de, sütlü pirinç çorbası, ovmaç çorbası, kıymalı alt üst böreği, Etli patates yemeği, dolma, pilav, hoşaf, baklava yapılır (Elvide Sezen, 2010, Bolu-Mengen).

Ordu-Fatsa'nın Kaya Köyü'nde, Ramazan Bayramının ilk günü börek günü olarak kutlanır. Bütün köyün hanımları yufka böreği yapar, kutlama yerine getirirler. Köyün ahalisi ile birlikte yerler. O gün köyün ağası seçilir. Bu uygulama 2-3 senedir farklı yapılmaya başlanmıştır. Yeni uygulamaya göre aşçılar keşkek, etli patates yemeği, pirinç pilavı, üzüm hoşafı ve tulumba tatlısı yapıyor. Köyde masalar kuruluyor, yemek isteyen herkes yiyebiliyor (Hatice Işık, 2010, Fatsa).

Giresun'un Espiye ilçesinde, bayramda, lahanalı yarma yemeği (çorba gibi) etli karalâhana sarması veya yarmalı lahana sarması, acılı fasulye turşusu kavurması sulu olursa içine mısır ekmeği doğranarak yenir. Kiraz turşusu kavurması, taflan, peynirli maydanozlu su böreği, şekerli ve pirinçli yufka böreği, burma börek içine şeker ve fındık serpilir; şerbetsiz kuru yenir. Fındıklı ve cevizli baklava yapılır (Selime Aydın, 2010, Giresun).

Tokat'ta, bayram sarması içlik bakla, yeşil mercimek, yarma buğday, yarılmış nohut akşamdan ıslatılır, içine biraz bulgur ilave edilir. Yeşil soğan, maydanoz, karabiber, dereotu, tuz ve tereyağıyla karıştırılır. Yapraklar üçe veya dörde bölünerek sarılır. Tencerenin altına kaburgalar yerleştirilip, sarmalar sımsıkı döşenir. Üstüne başka bir tencerede kuru soğan küçük doğranır, biraz domates salçasıyla kavrulur, su ilave edip dolmaların üzerine tuzla birlikte boşaltılır. Üzerine ağırlık konularak ağır ateşte uzun süre pişirilir. Yoğurtla servis yapılır. Tokat ve Zile'de mayalı sütlü cevizli haşhaşlı çörek de mutlaka yapılır (Emine Baykal, 2010, Zile).

Siirt'te, bayramlarda keçi ya da koyun alınıp kesilir ve kazanlarda pişirilir. Yanına pirinç pilavı yapılır. Sarma ve çok sert ama tatlı bir ekmek de yapılır. Bayram günü veya arife günü biraz bayram şekeri ve yapılmış ekmeklerden bir miktar mezarlık ziyaret ederken götürülür, dağıtılır (Bedriye Gökçe, 2010, Siirt).

Erzurum'da, ayran aşı, bamya yemeği, kuru dut hoşafı, cevizli ev baklavası, tandır ketesi, su böreği, yaprak sarması, kadayıf dolması veya demir tatlısı yapılır (Selma Çiftçioğlu, 2010, Erzurum), (Güler Alay, 2010, Erzurum).

Arnavutluk'tan göç eden Türklerde, soğan et yahnisi, sarma, etli pilav, yoğurtlu börek, tez pişti tatlısı yapılır. Bayramda gelen misafirlere şekerin yanında leblebi ikram edilir (Hatice Bilasa, 2010, Arnavutluk). Bayramlarda mutlaka pırasalı Arnavut böreği yapılır. Mişoriz (sacda tavuklu pilav), fligo (kaygana) sacda pişirilir. Tatlı olarak baklava yapılır (Gülizar Kosovaeri Yedek, 2010, Piriştina).

Selanik'ten göç eden Türklerde, pirinç çorbası, sarma veya dolma, sacda közde pişirilen naneli, tavuklu pilav, mayalı nohut ekmeği, tatlı olarak baklava yapılır (Pakize Yıldırım, 2010, Ankara).

3. Kurban Bayramı

Ramazan Bayramından iki ay on gün sonra kutlanan bu dini bayramın ana amacı, fakir halkın et yemesini sağlamaktır. İbrahim Peygamber'in oğlu İsmail'i Tanrı'ya kurban edeceği sırada gökten inen koç kurban edilmiş ve ondan sonra bu olay her yıl kutlanagelmiştir. Bu bayramda kurban kesileceği için genellikle çok çeşitli yemek hazırlığı yapılmaz.

Kurban bayramında, sabah camide namaz kılındıktan sonra cemaatle bayramlaşılır. Namazdan sonra kurban kesecek olanlar, çukur kazıp kurbanlıklarını hazırlarlar. Kurban kesildikten sonra, yedi eve pay edilerek dağıtılır. Geri kalan et, dost ve akrabalarla birlikte yemek için eve getirilir. Kurban kesimi için acele edilir, çünkü et pişene kadar bir şey yenmez ve ilk kurban etiyle kahvaltı yapılır. Genellikle, ilk gün kurban etinden kavurma yapıp yemek en yaygın gelenektir. Kavurmanın yanı sıra başka yemekler de yapılmaktadır.

Gaziantep'te yuvarlama, kahvaltı yerine bayram yemeği olarak, Şanlıurfa'da üzmeli pilav mutlaka yapılmaktadır. Güneydoğu Anadolu bölgesinde mutlaka zerde yapılmakta, hem yenilmekte hem de misafire ikram edilmektedir. Diyarbakır'da karaş, Mardin'de sütlaç da yapılabilmektedir (Halıcı 1999).

Mumbar dolması Gaziantep'te özellikle yapılan yemektir. Kurbanın kuyruk yağından hemen helva yapılmakta ve ilk yemekte de yenmektedir. Bu tatlının dışında gerdan tatlısı, zerde bu bayram için yapılan tatlılar arasında başta gelmektedir (Nahya 1982).

Kurban etinin bir kısmı kıyma haline getirilip yemek, köfte ve dolmalarda kullanmak üzere buzdolabında saklanır. Kelle ve paçalar ütülenir, işkembe temizlenir, bayramda veya bayramdan sonra pişirilerek tüketi-

lir. Bazı şehirlerde kurban etinden şiş kebap, et ızgaraları vb. hazırlanmaktadır. Kurban Bayramında, Ramazan Bayramında olduğu gibi yemek hazırlıkları yine yapılır. Çorbalar, sarmalar, börekler ve tatlılar önceden hazırlanır. Bayramda büyükler ziyaret edilir, elleri öpülür. Küçüklere harçlık verilir. Dost ve akrabalar ziyaret edilip bayramlaşılır. Bayramda ziyarete gelenlere, şeker, lokum, çikolata, kolonya, kahve, çay, meşrubat, tatlı ikram edilir. Ayrıca hazırlanan sarma ve börekler, bir parça kurban etinin yanında ikram edilir. Bazı yörelerde, kurbanlık koyun maddi durumun el verdiği ölçüde süslenerek nişanlı kıza gönderilir.

Esas olan kesilen kurbanın etinden yapılan yemeklerdir. Bazı yörelerimizde kurbanı kesen kişi kurbanın böbreklerini ya da ciğerini mutlaka yemektedir (Nahya 1982).

4. Mevlit Kandili

Miladi takvime göre Hz. Muhammed'in doğum günü olan 20 Nisan'da Müslümanlar tarafından mevlit kandili kutlanır. Mevlit kandilinde isteyenler oruç tutar. Aile büyükleri, dost ve akrabaların kandilleri kutlanır. Kuran okunur, namaz kılınır, dua edilir. Genellikle birçok yörede un veya irmik helvası, lokma tatlısı, pişi, şebit, kandil simidi, bazı yörelerde de ağzı açık, bükme, susamlı helva, aşure, bazlama, börek, haşhaşlı ekmek yapılıp dağıtılmaktadır.

Zonguldak, Devrek'te cevizli yufka böreği pişirilip cami önünde dağıtılmaktadır (Nahya 1982).

Burdur'da, arife günleri veya kandil geceleri sevabı ölülerin ruhlarına bağışlanmak üzere çocuklara şeker, gofret, lokum, helva dağıtılır (Işık-vd. 2005).

Afyonkarahisar'da, çarşıdan tıkır helva veya susam helvası alınır ve dağıtılır. Nişanlı varsa her kandilde hediyeleşme olur. Oğlan evi hediyesiyle kız evine tıkır helva ve susamlı helva, kız evi de hediyesiyle oğlan evine ağzı açık yapar. Yatsı namazından sonra camilerde şerbet dağıtılır (Mehmet Tunç, 2010, Afyon).

Adıyaman, Mardin, Siirt, Gaziantep, Şanlıurfa'da fakire yemek verme âdeti bulunmaktadır. Günümüzde Diyarbakır'da zingil veya lokma; Siirt'te yemek yapılmazsa ekmek, helva; Şanlıurfa'da aya köfte, semsek, bulamaç, ağzı açık, ağzı yumuk, lahmacun veya şıllık dağıtılmaktadır. Gaziantep'te yazsa şerbet zebil (parasız hayır için dağıtım) olmakta, kışsa yemek dağıtılmaktadır. (Halıcı 1999.)

5. Regaip Kandili (İlk Namaz)

Üç ayların birincisi olan Recep ayının ilk Cuma gecesine Regaip gecesi denir. Bu geceye Regaip gecesi ismini meleklerin verdiğine inanılmaktadır. Allah'ü Teâlâ bu gecede müminlere ihsanlar yapar, bu geceye hürmet edenleri affeder.

İlk Namaz, İslam dinince kutsal olan üç ayların ilk ikisi olan Recep ve Şaban aylarının Konya merkezindeki adıdır. İlk Namaz Recep, Orta Namaz da Şaban ayıdır.

Namaz ve şivlilik Konya'ya özgü bir adettir. Namaz büyükleri, özellikle de Konyalı kadınları ilgilendiren; şivlilik ise büyüklerden çok Konyalı çocuklara ait geleneklerdendir.

Regaip Kandilinin gündüzü Şivlilik günüdür. Konyalılar birkaç gün önceden çocuklara verecekleri hediyeleri, fenerleri alıp hazırlarlar. Kutlama iki aşamada yapılır. Bir gün önceki akşam fener alayı düzenlenir, ertesi gün de şivlilik kutlanır. Çocuklar akşam ellerinde fenerlerle sokağa çıkarlar. Gruplar halinde gezerler. Mahallelerde büyük ateşler yakıp üzerinden atlar ve çevresinde oynarlar. Ertesi gün ise daha heyecanlıdır. Çocuklar ellerine torbalar alıp, gruplar halinde kapı kapı dolaşarak şekerleme, çikolata, kuruyemiş vs. toplarlar. Bu sırada bir de tekerleme söylerler;

"Şivli şivli şişirdi, erken kalkan pişirdi,

İki çörek bir börek, bize şivlilik gerek"

Ayrıca Şivlilik gününde Konyalı hanımlar "bişi" denilen, mayalı hamurun yağda kızartılmasıyla yapılmış çörekleri yapıp komşularına dağıtırlar.

Regaip gecesinde mevlit okutmak gelenektir. Bu gecenin hürmetine helva yapılarak dağıtılır.

6. Berat Kandili

Üç aylardan ikincisi olan Şaban ayının on dördüncü gününü on beşinci gününe bağlayan geceye Berat Gecesi denir. Berat gecesi Kur'an-ı Kerim'in Levh-i Mahfuz'dan dünya semasına toptan indirildiği gecedir.

Berat Kandilinde pide, pişi ve helva yapılıp dağıtılması geleneği vardır.

7. Miraç Kandili

Miraç Kandili, üç ayların birincisi olan Recep ayının yirmi yedinci gecesidir. Hz. Muhammed'in Mekke'deki Mescid-i Haram'dan, Kudüs'teki Mescid-i Aksa'ya götürülerek, oradan da gökleri aşarak Allah katına ulaştığı bu geceye Miraç gecesi denir.

Hz. Muhammed'in Miraç'ta kendisine sunulan şarap, bal ve süt dolu üç bardaktan süt bardağını tercih ederek, sütü içtiğine inanılmaktadır. Bu sebeple Anadolu'da çoğu yerde bu gecede süt içme ve dağıtma geleneği vardır. Konya'da bu geceye "süt gecesi" de denilmektedir.

Antalya halkının inancına göre, Peygamberimiz Miraca çıkarken evinde kabak dışında yiyecek yokmuş. Bu sebeple Miraca çıkmadan önce kabak yemiştir. Bu nedenle Miraç kandilinde kabak tatlısı yapılarak dağıtılır. Ayrıca Miraç Kandilinde pide dağıtmak ve helva karıp dağıtmak geleneklerimiz arasındadır.

Mardin'de beyaz şeyler pişirilip yenmesi ve dağıtılması (pirinç pilavı, sütlaç, muhallebi vb. gibi) sevap sayılmaktadır (Halıcı 1999).

8. Kadir Gecesi

Kadir gecesi, Kur'an-ı Kerim'in indirilmeye başlandığı Ramazan ayının yirmi yedinci gecesi olup, dinimizde en kutsal ve faziletli gece olarak kabul edilmektedir.

Sivas'ta Kadir gecesi ramazan içinde olduğundan o gece sahur yemeği olarak bişi yapılır, bunun için mayalı yoğrulan hamur yağda kızartılır. Eskiden bişi yapan kadınlar, bir tane de gilik yapar bunu kızarttıktan sonra bir çiviye takarlardı. O sene içinde yağmur yağmazsa kurumuş olan gilik bir kaba konan su içine bırakılır ve yağmurun yağacağına inanılır. ''Yarabbi, gökten rahmetini, yerden bereketini esirgeme" duasını da beraberinde yaparlardı (Üçer 1993).

Kadir gecesinde bütün gün ve gece ibadet edilmesi uygun olduğu için genellikle yiyecek yapılıp dağıtma âdeti yoktur. Buna karşılık bazı yörelerde lokma, helva ve aşure yapılarak dağıtılmaktadır.

9. Aşure Günü (On Muharrem)

İslam dininde yemeklere ilişkin en belirgin örneklerden birisi de ''Aşure"dir. Aşure, Hicri yılın ilk ayı olan Muharrem ayının onuncu günü anlamındadır. Aşurenin dinsel niteliğine ilişkin halk arasında çeşitli söylentiler şunlardır:

Hz. Âdem'in günahından dolayı tövbenin bugün kabul olunduğu, Hz. İbrahim'in bugün ateşten kurtulduğu, Yakup Peygamber'in oğlu Yusuf'a bugün kavuştuğu, İbrahim Peygamber'in bugün doğduğu, Eyüp Peygamber'in bugün şifaya kavuştuğu, İsa Peygamber'in bugün göğe çekildiği, Nuh'un bindiği geminin tufan bitip sular çekilince Cudi dağına yine bugün oturmuş olduğu inanışları gibi. Yine inanışa göre Nuh, gemide kalan çeşitli erzaktan tatlı bir çorba pişirilmesini söylemiş, tufandan kurtulanlar o günü kutlayarak bayram etmişler ve yapılan bu tatlı çorbadan yemişlerdir.

Müslümanlar, Muharremin 10. günü aşure yapıp konu komşuya dağıtırlar. Hz. Muhammed'in torunlarından Hüseyin, Kerbela'da yine Muharrem ayının 10. günü şehit edilmiştir. İşte zamanla aşure, onun ve onunla birlikte Kerbela'da ölenlerin ruhu için pişirilip dağıtılmaktadır. Aşure; su, buğday, şeker, susam, nohut, bakla, fasulye, üzüm, fıstık, incir, pirinç, kestane, ceviz, nar gibi genel olarak on iki tür yiyecek maddesinden yapılır.

Özellikle kurban kesenlerin aşure pişirmesi gerektiğine inanılmaktadır. İçine konan malzemeler ilden ile yöreden yöreye değişiklik arz eder. Bazı yörelerimizde kurbanın kuyruk yağından, Zonguldak Devrek ilçe-

sinde ise etinden bir parça saklanarak aşure pişirilirken içine atılır. Denizli'de aşure pişirildiğinde, yanında keşkek de pişirilip dağıtılmaktadır (Nahya 1981).

Gaziantep'te, aşure yapıp dağıtacak kadar malzemesi olmasa bile kahve cezvesinde bile mutlaka pişirilir. Kahramanmaraş'ta da cezvede pişirip damın başına dökmek sevaptır. Antakya'da, hem tatlı hem de etli aşure yapılır, dağıtılır (Halıcı 1983).

Tokat ve Gümüşhane'de en az yedi, Artvin'de on üç kapıya dağıtılır. Giresun, Samsun ve Sinop'ta, aşure pişirirken abdest alıp Yasin okunur. Tokat'ta kızı olan aşure pişirir, pişirmezse ''domuz başı kaynar'' derler (Halıcı 2001).

Aşure günü Uşak'ta ''Üç Tencere Daveti'' yapılmakta, bu davette çorba, et ve pilav yendikten sonra arkasından aşure ikram edilmektedir (Halıcı 1981).

Aşure, Muharrem ayının dışında da yapılan bir tatlı türümüzdür. Trakya'da gerdeğin ertesi günü oğlan evinde verilen ''Güvey Yemeği''nde aşure mutlaka bulunur (Nahya 1982).

Sivas'ta, bolluk ve bereket için, pişirilen aşureden bir miktar da evin etrafına serperler ve kızı olanların mutlaka aşure pişirmesini önerirler. Aşure pişiremeyenler ise muharrem ayında veya on muharrem olarak bilinen aşure gününde kesme çorbası pişirirler ve bundan da bir miktar evin etrafına dökerler. Aksi halde evin tıstan böceği (karafatma) ile dolacağına inanılır (Üçer 1993).

Burdur'da, Muharrem ayında aşure; yedi çeşit yiyecek ve hatta kurban etinden bir parça katılarak pişirilirse, o evde bereket olacağına inanılır (Işık-vd. 2005).

Günümüzde aşure 15 veya daha fazla malzeme çeşidinin birlikte pişirilmesi ile hazırlanır. Aşure'nin temel bileşenleri, buğday yarması, kuru fasulye, nohut, kuru meyveler, şeker, fındık, fıstık, ceviz gibi sert kabuklu meyvelerdir. Aroma artırıcı olarak portakal ve limon kabuğu rendesi ve gül suyu kullanılır. Görünümünü güzelleştirmek için de kâselere boşalttıktan sonra üzerine ceviz ve nar taneleri serpilir. Beyaz fasulye ve nohut yanında kuru bakla ve kuru börülce de katılabilir. Bazı yörelerimizde dövme yerine dövmeyle karışık pirinç kullanılmaktadır. Badem, fındık, kuş üzümü ile zenginleştirilir. Bazı yörelerde ise şeker yerine pekmez konur. Çorum yöresinde"pekmezli hedik" denen bu karışıma Gaziantep'te anason eklenir. Bazı yörelerde ise içine damla sakızı katılır (Yücecan 1994).

10. Mevlit Okutma

Berikan Yayınevi Süleyman Çelebi'nin ''Vesiletü'n- Necat'' adlı mevlidi Türk-İslam âleminde altı asırdan bu yana yaşatılan, okuyan ve dinleyen bütün insanlara huzur veren, dini-tasavvufi Türk edebiyatının son derece önemli bir dil ve edebiyat yadigârıdır.

Mevlit, bir manası itibarıyla ''Hz. Muhammed'in doğumunu kutlamak üzere yapılan tören'' anlamındadır.

Bu manasıyla halka mal olan mevlit törenlerinin ilk örneğine H. 604 (M. 1207-1208) Erbil'de rastlamaktayız. Atabeğ Muzaffereddin Gökbörü tarafından düzenlenen Mevlit törenlerine bir değil, birçok memleket halkının katıldığı bilinmektedir.

Erbil'de Mevlit şenlikleri, Hz. Muhammed'in asıl doğum gününden çok önceleri başlardı. İki gün öncesinden, sığır ve koyunlar şehrin meydanlarında özel bir törenle kurban edilirdi. Kurban etlerinden yapılan çeşitli yemekler halka dağıtılırdı. Peygamber'in doğduğu gece dini ve sosyal yapılı büyük merasimler yapılırdı.

Mevlit, dini ve edebi karakterinden ziyade etrafında teşekkül eden bir takım halkbilimi uygulamaları vesilesiyle önem kazanmış ve günümüze kadar bütün canlılığıyla yaşanmıştır.

Mevlit merasimleri Osmanlı döneminde Peygamberimizin doğum günü olan Rebiyülevvel ayının 12. gecesinde devlet merasimi (Mevlit alayı) ile yapılırdı. Tarihi vesikaların haber verdiğine göre bu merasimler III. Murat devrinden (1588'den itibaren) beri görülmektedir. Ekseriya Sultanahmet Camiinde yapılırdı.

Mevlit vesilesiyle, katılanlara yemek ikram edilmektedir. Bu ikram bazı yörelerde mevlit öncesinde, bazı yörelerde ise mevlit sonunda olmaktadır. Bu yemekler günlük yemeklerden farklı olarak daha seçkin ve

hususi bir mahiyet taşımaktadır. Genellikle, çorba, pilav, keşkek, kebap, kavurma, yoğurt, ayran, hoşaf, helva, gibi çeşitler 9 ila 12'şer kişilik yer sofralarında ikram edilir. Mevlit sahibinin mali durumuna göre bir veya birden fazla erkeç, koç kesilir. Yemek sonunda yemek duası yapmak adettendir.

Mevlitlerde yemek dışında şerbet, şeker, lokum, hurma, süt gibi başka ikramlar da yapılmaktadır. Anadolu'nun bazı yörelerinde görüldüğü gibi kuru üzüm, çörek, helva cinsi yiyecekler de dağıtılmaktadır.

Mevlit merasimlerinin son halkası olan yemek faslı, şehirleşmenin getirdiği yeni hayat tarzı ve ekonomik sebeplerle günümüzde basitleştirilmiş, içinde akide şekeri ve lokum bulunan Mevlit şekeri ikramı şekline dönüşmüştür (Güzel 1990).

KAYNAKLAR

Yazılık Kaynaklar

Araz, N. (1999). *Tatlı tatlı yiyelim, tatlı tatlı konuşalım, eskimeyen tatlar, türk mutfak kültürü*. (Ed. Pekin, E., Sümer, A.) İstanbul: Vehbi Koç Vakfı Yay.

Baysal, A. (2002). *Beslenme kültürümüz*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.

Cumbur, M. (1982). Mevlana'nın mesnevisinde ve divan-ı kebir'inde yemekler. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.

Doğanbey, N. (1990). İftariyelikler. *Üçüncü milletlerarası yemek kongresi*. s. 177-179. Konya: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

D'ohsson, I. M., Koz, M. S. (2002). Umumiyetle yiyecekler. *Yemek kitabı*. *Tarih-Halkbilimi-Edebiyat*, I. Cilt, İstanbul: Kitabevi Yay.

Güzel, A. (1990). Türk kültüründe mevlid ve yoğ gelenekleri etrafında teşekkül eden folklorik unsurlar. *Üçüncü milletlerarası yemek kongresi*. Konya: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

Halıcı, N. (2009). *Türk mutfağı*. İstanbul: Oğlak Yayıncılık.

Halıcı, N. (1991). *Güneydoğu anadolu bölgesi yemekleri*. Konya: Arı Ofset Matbaacılık.

Halıcı, N. (2001). *Karadeniz bölgesi yemekleri*. Konya: Gür-Ay Ofset Matbaacılık.

Halıcı, N. (1981). *Ege bölgesi yemekleri*. Ankara: Konya Kültür ve Turizm Vakfı.

Halıcı, N. (1983). *Akdeniz bölgesi yemekleri*. Konya: Konya Turizm Derneği, Arı Basımevi.

Işık, N., Barı, N., Bayrak, E., Kesmen, G. (2005). Burdur'un yeşilova ilçesi ışıklar köyü'nün mutfak küktürü. *1. Burdur sempozyumu 16-19 Kasım 2005*. Cilt 1, s. 93-106. Burdur: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Rektörlüğü Sempozyum Dizisi.

Karay, R. H. (2008), Yemek sofrası. *Yemek kitabı*. (Koz, M. S., hz.), s. 233-241. İstanbul: Kitabevi Yay.

Kut, G. (1999). Türklerde yeme içme geleneği ve kaynakları. *Eskimeyen tatlar: Türk Mutfak Kültürü*. İstanbul: Vehbi Koç Vakfı Yay.

Nahya, Z. (1982). Özel gün yemekleri. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları, Ankara Üniversitesi Basımevi.

Odabaşı, A. Sefa. (2001). *Konya mutfak kültürü*. Konya: Konya Ticaret Odası Kültür ve Eğitim Yayınları.

Saz, L., Koz, M. S. (2002). Haremde yemekler. *Yemek kitabı. Tarih-halkbilimi-edebiyat*, I. Cilt, İstanbul: Kitabevi Yay.

Tezcan, M. (1997). Yemek kültürü üzerine dinsel etkiler. *Türk mutfağı üzerine araştırmalar*. Ankara: Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtım Vakfı Yay.

Tezcan, M. (1982). Türklerde yemek yeme alışkanlıkları ve buna ilişkin davranış kalıpları. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. s. 124-127. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.

Toygar, K. (2008). Ramazan yemekleri ve mutfak kültürü. *Yemek kitabı. Tarih-halkbilimi-edebiyat*. I. Cilt. İstanbul: Kitabevi Yay.

Üçer, M. (1993). Sivas'ta özel gün yemek ve yiyecekleri. *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar*. s. 73-79. Ankara: Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.

Yücesan, S. (1994). Aşure. *Beşinci milletlerarası yemek kongresi*. s. 321-329. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları.

Usluer, N. (2009). *Konya yöresel kültürü ve özellikleri*. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Dönem Sonu Tez Çalışması. Konya.

Sözlü Kaynaklar

AYDIN, Selime, Okuma yazması yok, 1945 (Yaş:65), Giresun, Ev hanımı
ALAY, Güler, lise mezunu, 1955 (Yaş:55), Erzurum, Ev hanımı
BAYKAL, Emine, Okuma yazması yok, 1929 (Yaş: 81), Tokat-Zile, Ev hanımı
BAYKAL, Hatice, Üniversite mezunu, Emekli Öğretmen, 1953 (Yaş:57), Aydın-Sultanhisar
BİLASA, Hatice, İlkokul mezunu, 1953 (Yaş:57), Arnavutluk, Ev hanımı
ÇETİNKAYA, Özlem, Üniversite öğrencisi, 1989 (Yaş:21), İzmir
ÇİFTÇİOĞLU, Selma, İlkokul mezunu, 1959 (Yaş:51), Erzurum, Ev hanımı
GÖKÇE, Bedriye, Okuryazar, 1960 (Yaş:50), Siirt, Ev hanımı
GÜLTEKİN, Şükran, Yüksek Okul mezunu, 1954 (Yaş:56), Niğde-Bor, Ev hanımı
GÜMÜŞ, Makbule, İlkokul mezunu, 1947 (Yaş:63), Çorum, Ev hanımı
GÜNDOĞDU, Fatma, İlkokul mezunu, 1959 (Yaş:51), Erzurum, ev hanımı
IŞIK, Hatice, Ortaokul mezunu, 1970 (Yaş:40), Fatsa, Ev hanımı
İŞBİLEN, Hatice, Ortaokul mezunu, 1928 (Yaş:82), Manisa, Ev hanımı
KOSOVAERİ, YEDEK, Gülizar, İlkokul mezunu, 1953 (Yaş:57), Priştina, Ev hanımı
KÖSE, Perihan, İlkokul mezunu, 1968 (Yaş:42), Çorum, Ev hanımı
KÜLAHÇI, Şenel, Lise mezunu, 1948 (Yaş:62), Gaziantep, Ev hanımı
ÖZCAN, Makbule, İlkokul mezunu, 1952 (Yaş:58), Fatsa, Ev Hanımı
ÖZÇİTÇİ, Durkadın, Okuma yazması yok, 1930 (Yaş:80), Bolu-Yeniçağa, Ev hanımı
ÖZKİRİŞÇİ, Berrin, Üniversite mezunu, 1958 (Yaş:52), Gaziantep, Ev hanımı
SEZEN, Elvide, İlkokul mezunu, 1934 (Yaş:76), Bolu-Mengen, Ev hanımı
SOLEY, Lütfiye, Ortaokul mezunu, 1936 (Yaş:74), Aydın-Sultanhisar, Ev hanımı
ŞİMŞEK, UĞURLU, Bahar, İlkokul mezunu, 1955 (Yaş:55), Ankara, Ev hanımı
TUNÇ, Mehmet, Üniversite öğrencisi, 1988 (Yaş:22), Afyon
YILDIRIM, Pakize, Lise mezunu, 1953 (Yaş:57), Ankara, Ev hanımı
YİĞİTEROL, İtibar, Okuma yazması yok, 1950 (Yaş:64), Çorum, Ev hanımı
DÜLGER, İbrahim, Doç. Dr. Öğretim Üyesi, 1964, (Yaş:46), Uşak
ERGUN, Pervin, Öğretim Üyesi, 1967, Kuyucak.

NEŞELİ GÜNLERDE YAPILAN YİYECEK VE İÇECEKLER

Nimet BARI

1. Hıdrellez

Hızır ve İlyas'ın her bahar başlangıcında buluştuklarına inanılan, miladi takvime göre 6 Mayıs'ta kutlanan gündür. Ülkemizin hemen her yöresinde ve Türk dünyasında kutlama şekli yörelere göre küçük değişiklikler gösterse de genelde birbirine benzer şekilde kutlanmaktadır.

Bu günde, dileklerin kabul edileceğine inanılır. 5 Mayıs akşamı dilekler yazılır, çizilir, dualar edilir. Yazılan dilekler kırmızı bir beze sarılıp gece gül dalına asılır. Sabah namazı vakti, gün doğmadan geri alınır. Sabahleyin piknik yiyecekleri hazırlanır ve mesire yerlerine gidilir. Yörelere göre değişmek üzere pişi, börek, çörek, sarma, dolma, kuruyemiş gibi yiyecekler götürülür. Soğan kabuğuyla haşlanarak boyanmış yumurta bu günün özel bir yiyeceğidir.

Değişik yörelerde hıdrellez için yapılan özel yiyecekler vardır. Bunlardan bazılarını şöyle sıralayabiliriz:

Çanakkale'de oğlak dolması, Antalya'da saç kebabı, Gaziantep'te kebap ve dolma, Trabzon'da lahana sarması, yufka böreği, Kütahya Simav'da ahlat, armut ve elma turşusu, Konya'da bulgur, çetnevir, yumurta ve meyve, Kastamonu'da helva yapılır. Malatya'da ise Hıdrellez haşılı denilen tarhana, bulgur ve un karışımı bir aş yapılır, komşularla yenilir.

Hekimhan, Darende ve Akçadağ ilçelerinde hıdrelleze hayfene denir. Bu ilçelerde ve köylerde çocuklar evleri ve köyleri dolaşarak yiyecek toplarlar. Bu yiyecekleri bir su başına götürerek pişirirler. Bu etkinlik yörede 'hayfene' adıyla bilinir(Çalık, 2007, Trabzon; Tuncay, 2003, Kastamonu; Tülü, 2007, Kütahya; Elgün, 2003, Konya; Gönültaş, 2004, Malatya)

Sivas'ta ise hıdrellez 'Eğrilce' olarak bilinir. Eğrilce denilmesinin sebebi yaşlı kadınlar hıdrellez günü fasulye ekerler. Fasulye dikerken,'Bize gelecek eğrilik fasulyeye gelsin', derler. Böylece doğacak çocukların, kuzuların sakat olmayacağına inanırlar. Ayrıca hanımlar o gün ev işi yapmazlar, çamaşır yıkamazlar. Komşu ve akrabalarla kırlara gidip eğlenirler (Küpeli 2009).

2. Sultan Nevruz (Nevruz Macunu)

Baharın başlangıcı ve yeni bir gün olarak bilinen 21 Mart, Türklerde eskiden beri kutlanagelmiştir. Genellikle kutlama şekli kırlara pikniğe gitme, yeme içme ve eğlenceler düzenleme şeklindedir. Sofrada haşlanmış yumurta bulundurmak gelenekseldir. Erzurum'da 'yumurta bayramı 'adıyla da anılmaktadır.(İnce, 2006, Erzurum) Halk arasındaki yaygın inanışlardan bazıları da; o gün beyaz giyinmek, beyaz başörtüsü örtmek, süt, yoğurt gibi beyaz yiyeceklerle, soğan, sarımsak, simit, sucuk, susam, salata, gibi ' S' harfiyle başlayan yiyecekleri tüketmenin uğur ve bereket getireceğine inanılmaktadır(Küpeli, 2006, Kastamonu).

Nevruzda yumurtalar soğan kabuğuyla haşlanır boyanır. Boyanan yumurtalar, ateşin etrafında çocuklar ve gençler tarafından vuruşturularak yarışmalar yapılır.

Adıyaman'da bu güne 'sultan navrızı' ya da 'sehre' denir. Eskiden çiğ köfte, kavrulmuş nohut, pekmezli tablama, kavurmalı köfte, yarpız, çıldırım, gazayağı, ebegömeci gibi otlardan yapılan manca(salata)lar ayranla birlikte yenirdi ve nevruzun vazgeçilmez yiyecekleriydi(Bal, 2005, Adıyaman). Günümüzde nevruz kutlamaları benzer alışkanlıklarla devam etmektedir.

3. Arafalık

Genellikle Erzurum yöresinde görülen bir gelenektir. Ramazan bayramının arifesinde(yani bir gün önce) çocuklar yakın çevredeki evleri dolaşarak bayramlaşırlar. Şeker ve çikolata toplarlar. İç Anadolu'da genellikle bayramın ilk günü yapılan bir gelenektir.

4. Yılbaşı Sofraları

Yılbaşı geceleri ailelerin durumlarına göre farklılıklar göstererek kutlanmaktadır. Kuşaklar arasında da epey farklılıklar görülmektedir. Eskiden birçok aile yeni yıla birlikte girmek için yakınlarıyla bir araya gelirdi. Sofrada oldukça özel yemekler yer alırdı. Hindi veya tavuk dolması börek çeşitleri, kestane(soba veya mangalda) kebabı, patlatılmış mısır olmazsa olmazdı. Tatlılardan özellikle kabak tatlısı tercih edilirdi. Yeme içme muhabbeti ile yılbaşının vazgeçilmez oyunu 'tombala' oynanır. Geç saatlere kadar oturulurdu. Günü-

müzde de günün şartlarına göre kutlanmaktadır(İnce, 2006, Erzurum).

5. Çetnevir

Konya'da geçmişten günümüze kadar sürdürülen adetlerden biri de çetnevirdir. Bu deyimi pek çok sosyal olayın içerisinde bulmak mümkündür.

Halk arasında 'çetnevir' deyimi; her türlü kuruyemişin belirli bir düzen içerisinde (olayın türüne göre) sunumu şeklinde kullanılmaktadır. Sunuluşu nasıl olursa olsun 'çetnevir' denildiğinde her türlü kuruyemiş akla gelmektedir. Bu kuruyemişler mevsimine göre bir uyum içerisinde bir siniye yerleştirilir. İkram edileceği yere göre özel bir şekilde süslenir.

Bir çetnevir sinisinde; kuru üzüm, fındık, fıstık, ceviz, termiye, iğde, kuru kayısı, pişmiş bulgur, mevsim meyveleri, patlamış mısır, kavurga, pestil, dut kurusu, incir, lokum, beyaz kıtır helva, saman arasında saklanmış kavun, hevenk üzümü (yazdan kilere asılarak saklanmış yaş üzüm), yunus eriği, elma kakı (kurusu), armut, kestane, leblebi gibi yiyecekler bulunur. Mevsime ve ikram eden kişinin ekonomik durumuna göre, bu yiyeceklerin miktar ve çeşidi değişebilir.

Konya'da birçok olayın adı da 'çetnevir' kelimesi eklenerek zenginleştirilir. Örnek: Nişan çetneviri, gerdek çetneviri, yorgan kaplama çetneviri, kurban çetneviri gibi… Çetnevir, aslında bir paylaşma ve dayanışma esasına dayanan Türkün asil adetlerinden olan misafirperverliğin ve dostluğun bir tezahürüdür.

Çetnevir Konya düğünlerinin birçok aşamasında görüldüğü gibi, günlük akraba ve dost meclislerinde ve aile toplantılarında da görülür (Barı 2004).

6. Kışın Yapılan Eğlencelikler (Arabaşı, Helva, Pişmaniye, Yatgeberlik)

Televizyon, bilgisayar gibi araçların bulunmadığı, kadınların da iş hayatında olmadığı dönemlerde komşu ve akrabalık ilişkilerinin daha yakın olduğu herkes tarafından bilinmektedir.

Eskiden uzun kış gecelerinde komşular ve akrabalar bir araya gelerek uzun sohbetler eder, yer, içer, eğlenceler düzenlerdi. Kış günlerinde hava erken karardığı için akşam yemeği erkenden yenir, gecenin geri kalan bölümü de eğlenceli geçirilirdi. Akşam oturmalarını herkes iple çekerdi. Evlerde oynanan oyunlar, arabaşı sofraları, helva ve pişmaniye yapılması, çerezler, yatgeberlikler bu oturmaların olmazsa olmazıydı.

Arabaşı tavuklu çorbası ve yanında muhallebi gibi hamuru olan özel bir yemektir. Arabaşı yapılması için genellikle eskiden kar yağması beklenirdi. Çünkü arabaşı hamuru tepsiye dökülüp karın içine oturtulur ve dondurulurdu. Çorbası ise çok sıcak, ekşili ve acılı olurdu. Tavuk yerine av eti olursa daha çok tercih edilirdi. Tepside dondurulan arabaşı hamurunun tam ortası yuvarlak kesilerek ortadaki hamur kenarlara çevrilir. Sonra tasa konulan çorba ortada açılan boşluğa yerleştirilir. Tahta kaşıkla yenirdi. Arabaşı yerken hamurundan kaşığa biraz alınır, sonra çorbadan alınıp, ikisi birlikte yutulur. Hamur soğuk, çorba sıcak olduğu için birbirini dengeler. Hamuru çiğneyerek yutanlara ise ceza verilir. Örneğin; bir dahaki oturmada arabaşını o kişi yapardı. Arabaşının yapılmasında erkekler de görev alırlar. Genellikle hamurunu erkekler, çorbasını da kadınlar yapardı.

Sıralı gezmelerde sık sık arabaşı yapıldığı için biraz da ağzımız tatlansın denilerek pişmaniye ve helva sıralarına geçilirdi.

Helva ve pişmaniye de kadınlar ve erkekler tarafından birlikte yapılırdı. Genellikle helva çeşitleri kadınlar, pişmaniye de erkekler tarafından yapılırdı.

Pişmaniye şeker, az miktarda su ve limon tuzunun kaynatılarak karamelize edilmesi esasına dayanır. Sonraki aşamasında hazırlanan kıvamlı şeker tereyağıyla yağlanmış tepsiye dökülür, fazla soğumadan elde uzatılıp defalarca katlanarak yuvarlak halka haline getirilir. Sonra bu halkalar una bulanarak katlama işlemleri devam eder. Kuvvet ve sabır gerektiren bu işlem tel tel oluncaya kadar tekrarlanır. Bu nedenle erkekler tarafından yapılırdı.

Yatgeberlik yemekler her gün olmasa da geç saatlerde acıkanlara hazırlanırdı. Bazen sofra hazırlanır, uyuyanlar varsa onlar da uyanıp, sofraya eşlik ederlerdi. Yatgeberlik yiyecekler, diğer öğünlerden kalan yemekler olabildiği gibi; kahvaltılık yiyecekler yöreye göre değişmek üzere börekler, çörekler, çerez yumurta, patates, kavurma, çorba çeşitleri, çay, ıhlamur gibi içecekler eşliğinde yenirdi. Hatta bazen gece yarısı helva bile yapanlar olurdu (Gençay, 2010, Konya).

İSTEK-DİLEK SOFRALARI

Nimet BARI

1. Acele Bacıya Helva: Çok yaygın olmamakla birlikte Ege, Marmara ve Akdeniz bölgelerinin bazı illerinde halen uygulanan bir gelenektir.

Acele bacı helvası; hem dileğin çabuk gerçekleşmesi aynı zamanda gerçekleşmiş dileklere şükretmek amacıyla yapılan bir uygulamadır. Uygulama özellikle Cuma günü öğlen sala ile ezan vakti arasında kadınlar tarafından yapılır. Ev sahibi hanım, komşu ve tanıdıklarından en az yedi kişi çağırır. Bu arada Kur'an okuyacak bir kadın hoca çağrılır. Bir yanda 'Yasin' suresi okunurken diğer tarafta bir kişi de helvaya başlar. Helva yapmak için ırmik ocakta kavrulurken, konuklardan her birisi ırmiği karıştırmak için kaşığı diğerinin elinden hızlıca alarak 'acele et bacı' der. Karıştırıp diğerine verir. Böylece herkes birlikte helvayı yapar. Helva karıştırırlar. Helva yemeye başlamadan önce; dileği gerçekleşen kişi şükreder. Diğerleri de içlerinden dilekte bulunurlar. Dilekleri gerçekleşirse 'Acele Bacı helvası' yapmayı adarlar. Böylece bir dahaki sefere dileği gerçekleşen kişinin evinde aynı uygulama yapılır (Özlüdağ, 2004, Adıyaman).

Bu gelenek çok küçük ayrıntılarla yörelere göre farklılık gösterir. Örneğin: Çanakkale, Hatay yörelerinde yine en az 7 kişi toplanır. Ancak helvayı sadece dileği gerçekleşen kişi yapar,7 Yasin okunur. Helva yapan kişi kendisi evden çıkmaz ve helva da evden dışarıya çıkarılmaz, aksi halde dileğin gerçekleşmeyeceğine inanılır. Ayrıca bu süreçte hiç konuşulmaz. Helva, sütlü ırmik helvasıdır. Yağla ırmik kavrulur; sıcak süt ve şeker ilave edilir. Karıştırılıp demlendirilir. Bol tarçınla servis edilir. İzmir'de ise farklı olarak bu törende un helvası yapılır. Çağrılan kişilere helva ikram edilir. Ayrıca helva bir tabak içinde evin damına veya yüksekçe bir yere konur(kurda kuşa yedirmek için). Acele bacının ruhuna Fatiha verilir (Halıcı 2008); Güneş, 2005, Çanakkale; Gözübüyük, 2005, Antakya).

2. Derderli Mevlit: Çok yaygın bir gelenek olmamakla birlikte, Güney, Doğu ve Güneydoğu illerimizin bazılarında bilinmektedir. Genellikle uzun süre çocuk sahibi olamayan kadınlar veya yakınları tarafından; çocuk sahibi olunursa Derder pilavı adanır. Hamileliğin ilk veya ikinci ayında Derder pilavı pişirilip akraba ve komşulara ikram edilir. Derder pilavı mercimekli bulgur pilavıdır. Bu bir adak yemeğidir. Sofraya komşu ve akraba kadınlar çağrılır, mevlit okutulur. Sonra pilav bir tepsiye konulup, pilavın etrafına mumlar yakılır. Ev sahibi pilav tepsisini dilek dileyecek konuklara verir, tepsi elden ele gezdirilerek herkes dileğini diler. Sonra da pilav ortaya konulur ve yenir. Ayrıca pilav yendikten sonra eğlenilir (Halıcı 2008; Bal, 2005, Adıyaman).

3. Zekeriya Sofrası-Halil İbrahim Sofrası: Zekeriya sofrası, Cumhuriyet sonrası Ankara'sında görülüp benimsenen,1930-40'lı yıllarda yaygınlaşan ve günümüzde unutulmaya yüz tutmuş adak adama, adağını yerine getirme, yeni dileklerde bulunma niyetleriyle yapılan yemekli bir toplantıdır (Bozyiğit 2008).

Zekeriya sofrası; Ankara, İstanbul, Bursa, Adana, Konya, Malatya, Adıyaman gibi bazı illerimizde sıklıkla olmasa da hâlâ uygulanmaktadır. Peygamber sofrası, Zekeriya Peygamber sofrası gibi isimlerle de anılmaktadır.

Adana yöresinde, benzer şekilde 'Halil İbrahim sofrası' adı verilen bir uygulama da yapılmaktadır. Bu dilek sofralarının uygulanmasında yörelere göre bazı küçük ayrılıklar görülmektedir.

Zekeriya Sofrası; genellikle kadınlar arasında yapılmaktadır. Zaman olarak Hicri, Recep çoğunlukla da Şaban ayında uygulanmaktadır. Sofra, gün içinde ikindi vakti veya akşam ile yatsı arasında hazırlanır. Sofrayı daha önce Zekeriya sofrasına katılmış ve dileği yerine gelmiş olan bir kadın düzenler. Toplantıya komşu akraba ve arkadaşlardan katılacak olanlar birkaç gün önceden çağrılır. Akşam vakti yapılacaksa dileyen o gün oruç tutabilir. Çağrıya katılmak zorunlu değildir. İsteyenler katılır. Bazen de çağrılan kişiler toplantıya giderken pasta, börek, tatlı gibi yiyecekler hazırlayarak götürürler. Çağrılan kişiler için belirli bir sayı yoktur.

Zekeriya sofrasının uygulanma aşamaları yörelere göre küçük ayrılıklar gösterse de genel olarak şöyledir: Ev sahibi, misafirler gelmeden önce masasını açar, sofra hazırlıklarını yapar. Misafirler toplandıktan sonra

ilk önce iki rekât namaz kılınır. Kur'an okumayı bilen kişiler tarafından Yasin, Tebareke ve Meryem suresi okunur. Ev sahibi daha önce yapılmış olan toplantıda sakladığı dilek mumunu sofranın ortasına yakar. Ayrıca misafirleri için gelen kişi sayısına göre masaya mum koyar. Dilek dilemek isteyen kişiler mum alıp ortadaki yanan mumdan kendi mumlarını yakarlar. Dilek sayısına göre daha fazla mum yakılabilir (Adıyaman'da yapıldığı şekliyle kadınlar ellerinde mumlarla sofranın etrafında dua ederek yedi defa dönerler (Özlüdağ, 2004, Adıyaman). Dileklerini diledikten sonra mumları söndürüp dilekleri gerçekleşinceye kadar saklamak üzere yanlarına alırlar. Eğer dilekleri olursa kendileri de Zekeriya sofrası yapacaklarını adarlar.

Sıra yiyeceklere gelmiştir. Sofrada bulunan yiyeceklerin hepsinden tatmak gerekmektedir.

Zekeriya sofrasında bulunması gereken yiyecekler için iki önemli kural vardır. Bunlardan biri ateş görmemiş yiyecek olması diğeri ise en az kırk bir çeşit olmasıdır. Yiyecekler tek tek sofraya konulabildiği gibi sebzeler salata şekline getirilerek, meyveler meyve suyu veya meyve salatası şeklinde hazırlanabilir. Uygun olan yiyecekler birbiriyle karıştırılabilir.

2005 Şaban ayında hazırlanan bir Zekeriya sofrasından alınan yiyecek listesi aşağıda verilmiştir.

1-Keçiboynuzu
2-İğde
3-Ceviz
4-Kabuklu fındık
5-Kestane
6-Siyah kuru üzüm
7-Çekirdeksiz üzüm
8-Yer elması
9-Ayva
10-Elma
11-Nar
12-Muz
13-Portakal
14-Mandalina
15-Greyfurt
16-Limon
17-Kivi
18-Domates
19-Sivribiber
21-Havuç
22-Turp
23-Kırmızılâhana
24-Maydonoz
25-Roka
26-Yemlik kırmızıbiber
27-Karabiber
28-Kekik
29-Sumak
30-Hurma
31-Kuruincir
33-Kuru kayısı
34-Kuru dut
35-Kuru erik
36-Bal
37-Sirke
38-Salatalık
39-Zeytin
40-Turşu
41-Armut
42-Nane

Bu yiyecekler mevsim ve duruma göre değişiklik gösterebilir. En az kırk bir çeşit olmak üzere(fazlası da olabilir) hazırlanır. Sebze salataları yapılırken sirkeyle tatlandırılır, tuz atılmaz. Toplantı en geç yatsı ezanı okunduğunda bitirilir (Taşçeviren, 2005, Malatya).

4. Adak Sofraları: Çocuk sahibi olma, bir sıkıntıdan kurtulma, herhangi bir mal, mülk, varlık sahibi olma, bir kazadan kurtulma, askerden dönme, evlenme, hastalıktan kurtulma gibi çeşitli sebeplerden dolayı Allah rızası için bir adak adanır. Bu adak büyükbaş veya küçükbaş kurbanlık hayvan olabileceği gibi, bir fakire yardımcı olma, karnını doyurma, mevlüt okutma, sadaka verme, türbe ziyareti, yemek ziyafeti gibi şeyler de olabilir. Adağın çeşidine göre bir gün belirlenir. Bu gün, dileğin gerçekleşmesinden sonra en kısa zamanda olmalıdır. Adak, kısa zamanda yerine getirilmezse aynı kötü olayın tekrar olacağına inanılır. Kurban adanmışsa dilek sahibi kişi tarafından kurban kestirilir. Fakir fukaraya dağıtılır veya evde pişirilip yanına pilav, salata gibi yemekler hazırlanır. Yakın akrabalar veya komşular çağrılır; hep birlikte yenilir. Adak olarak kesilen hayvanın etinden adak sahibi yemez, diğer yiyeceklerden yiyebilir. Ayrıca Kur'an okunur, şükür duası edilir. Böylece adak yerine getirilmiş olur. Adak yemeklerinin tümü adak sahibinin adama şekline göre biçimlenir. Önreğin: Köy meydanında dana kesip herkese dağıtacağım diyen kişi, adağını aynen adadığı şekilde yerine getirmelidir (Uyaroğlu, 2007, Aydın).

TARHANA

Nimet BARI

Yiyecek hazırlama eski zamanlardan beri insanların en fazla ilgilendikleri konulardan birisi olmuştur. Her mevsimde biraz daha fazla çeşit bulundurmak, yiyecek bulmanın zor olduğu şartlarda da karın doyurabilmek amacıyla insanlar farklı yöntemler geliştirmişlerdir. Bu yöntemler elbette yiyeceğin bozulmadan, doğal aromasını ve lezzetini korumak suretiyle günün şartlarına uygun olarak yapılmaya çalışılmıştır.

Geçmişten günümüze kadar geliştirilen birçok saklama yöntemi vardır. Genellikle yaz aylarında yiyecek çeşidi daha bol, kış aylarında ise daha kısıtlı olmaktadır.

Türklerin ilk kullandıkları yöntemin kurutma yöntemi olduğundan kaynaklarda bahsedilmektedir. Türkler kurutma yöntemini, yiyeceklerin bol ve taze olduğu zamanlarda, özellikle yaz mevsiminde, güneşten faydalanmak suretiyle yapmışlardır. Böylece yiyeceklerin zor bulunduğu ağır kış şartlarında çeşit bulundurmak mümkün olmaktadır. Ayrıca Türkler savaşçı kavim olduğundan, savaşta katık olarak kolay taşınabilir, lezzetli, kuvvet verici, kolayca tüketilebilen yiyecekler elde etmişlerdir. Bunlara en güzel örnekler olarak "kak et" dedikleri kurutulmuş et ve "kurut" adını verdikleri kuru yoğurt gösterilebilir. Ayrıca sebzeler, meyveler ve yabani otlar da kurutularak saklanmıştır.

Zaman içerisinde Türklerin yerleşik hayata geçmesi, Anadolu'nun coğrafyası, Anadolu'da yaşamış olan başka kültürlerin etkileri, iklim ve teknolojik gelişmeler besinlerin saklama işlemlerini oldukça kolaylaştırmış ve geliştirmiştir.

Bu süreç içerisinde Anadolu'da geliştirilen imece usulüyle yiyecek saklama yöntemleri ise bu konuya ayrı bir sosyal boyut kazandırmaktadır. Toplu olarak eğlenceye dönüştürülen bağ bozumu, pekmez kaynatma, bulgur yapma, el değirmenlerinde bulgur çekme, pestil, erişte, turşu, konserve, reçel, marmelat, nar ekşisi, erik-koruk ekşisi yapma vb.

Bir yandan yiyecekler hazırlanırken; yardımlaşma, dostluk, biz olma duyguları gelişerek mutluluk ve huzur ortamı oluşmuştur. Günümüzde kentleşme, hızlı yaşama şartları ve teknolojinin adeta ışık hızıyla gelişmesi yiyecekleri de etkilemiştir. Artık ev teknolojileri, imeceler yerini fabrikasyon, hazır ürünlere bırakmaktadır.

Pek çok insan natürel yiyeceklere, evde üretme yöntemlerine devam etmek için kendini zorlasa da artık hazır ve katkılı besinlere teslim olmaktadır. Elbette teknolojinin insan hayatına kattığı kolaylıklar tartışılamaz. Ancak eski lezzetler, yerini yeni katkılı, yabancı lezzetlere bırakmaya zorlanmaktadır.

Bu bölümde geçmişten günümüze kış hazırlığı olarak yapılan belli başlı ürünlerden bahsedilecektir.

Öncelikle ülkemizin birçok yöresinde bilinen ve sevilerek tüketilen tarhanayı anlatalım.

1. Tarhana

Türk yemek kültüründe "kurut" da denilen yoğurt, tarhananın ana malzemesidir. Ancak yoğurdun, buğday, buğday unu ve zaman içerisinde daha farklı malzemelerin de katılıp zenginleştirilmesiyle elde edilen tarhana, taşınması kolay, lezzetli ve aynı zamanda fermente olduğu için besin kalitesi yüksek bir üründür.

Ögel, Türklerde yemek ve beslenme kültürünü açıkladığı eserinde tarhana konusunu kelime kökeni bakımından açıkladığı gibi sonuç olarak "Ne olursa olsun, tarhananın Türklerin kurut dedikleri kışlık azık çeşitlerinden biri olduğundan hiçbir şüphemiz yoktur."diye bahsetmektedir. (Ögel 1985)

Bu bilgilerden de anlaşıldığı gibi tarhana çok eski bir geçmişe sahip geleneksel bir Türk yiyeceğidir.

Ana malzemesi aynı olmak üzere, farklı yörelerde ilave edilen farklı malzemeler değişik tarhana çeşitlerini oluşturmuştur.

Bu bölümde ülkemizin çeşitli yörelerinde yapılan tarhana çeşitleriyle bazılarının yapılışlarından örnekler

verilecektir. Un tarhanası (genel), göce tarhanası (Afyonkarahisar ve dolayları), sütlü tarhana (Çanakkale, Mersin), Malatya tarhanası-gendirme tarhanası-yarpuzlu (Malatya), Maraş tarhanası, kızılcıklı tarhana (Bolu, İstanbul), top tarhana (Denizli), yaş tarhana (Nevşehir, Çanakkale), manav tarhanası (Balıkesir), hurmalı tarhana (İstanbul), tatlı tarhana (Konya), ekşi erikli tarhana (Antalya), Uşak tarhanası, muhacir tarhanası, yörük tarhanası (Balıkesir), mısır tarhanası (Sinop), gün tarhanası-küp tarhanası (Nevşehir), şire tarhanası (Nevşehir) gibi.

a. Kışlık Tarhana Yapımı (Un Tarhanası)

4 kg. tarhana için; 1 su bardağı nohut, 3-4 orta boy soğan, 9-10 adet salçalık biber, 9-10 adet sivri biber, 10-12 adet orta boy domates, bir demet maydanoz, 6 su bardağı süzme yoğurt, 3kg un.

Akşamdan ıslatılmış nohut haşlanır, soğutulur. Sebzeler yıkanır, doğranır, büyük bir tencerede yumuşayıncaya kadar pişirilir, soğutulur. Bu karışıma yoğurt, kıyılmış maydanoz, tuz eklenip karıştırılır. Aldığı kadar un eklenip, kulak memesi yumuşaklığında bir hamur hazırlanır. Hazırlanan hamur üzerine bir bez örtülerek oda ısısında 4-5 gün mayalanmaya bırakılır. Ancak her gün yoğrulur ve üzeri bezle örtülür. Hamur ekşiyince el kadar parçalar koparılarak temiz bir bez üzerine serilir. Ara sıra ters yüz edilip inceltilerek tavlanması sağlanır. Her gün biraz daha küçültülür. Bu aşamada kuruluk derecesi çok önemlidir. Elle ovalanabilecek nemlilikte olmalıdır. Aksi halde çok kuru olur ve ufalanmaz. Elekten geçirilir veya robotta çekilir. 2-3 gün de bu şekilde kurutulur. Sonra bez torbalarda veya cam kavanozda kışa saklanır. (Tarhana Çorb. Bkz Çorbalar Böl.) (Barı 2007)

b. Top Tarhana (Denizli)

Top tarhana, Denizli yöresine ait özellikleriyle geleneksel olarak yaz aylarında hazırlanan fakat daha çok kışın tüketilen bir yemek çeşididir.

Top tarhana, değirmende tarhanalık(iri şekilde) olarak öğütülen buğdayla yapılır. Bir kaba süzme keçi yoğurdundan ayran hazırlanır. Bir kazana su, soğan, tuz koyularak kaynatılır, daha sonra soğanlar süzülür ve bir miktar su ayrılır. Elenmiş buğday unu ateşten alınan kazana bir kürek yardımıyla karıştırılarak ilave edilir. Kazan ateşten indirilir. Kazanın kapağı kapatılarak bir süre dinlendirilir. Dinlenen karışım, un serpilmiş bir bezin üzerine dökülür ve eli yakmayacak kadar soğutulur. Karışım soğuduktan sonra küçük parçalara ayrılır. Daha önceden hazırlanan ayran ilave edilerek yoğrulur. Yoğrulan karışım leğen veya küplere doldurularak her gün karıştırılmak suretiyle 21 gün bekletilir. 21. günün sonunda karışım el yardımıyla yuvarlanarak küçük parçalar halinde bir bezin üzerine serilir. Çabuk kuruması için topların ortasına parmak yardımıyla bastırılır. Bu şekilde hamurlar 15-20 gün gölgede kurutulur. Kuruyan hamurun üzerine tuz serpilerek küplere veya kavanozlara koyulur. Yemek yapılacağı zaman kavanoz veya küplerden yeterli miktarda alınarak kullanılır (Kurhan, 2008, Denizli).

Malzemeler	**Miktar**
Top tarhana	2 adet
Nohut	1,5 su bardağı
Kemiksiz kuzu-oğlak eti	500gr.
Domates	2 adet(orta boy)
Sarımsak	4 diş
Kırmızı biber	5 adet
Tuz	2 çay kaşığı

Top tarhanalar ve nohut akşamdan ılık suyla ıslatılır. Kuzu veya oğlak eti haşlanır. Haşlandıktan sonra tarhanalar ve nohut ilave edilir. Domatesler yıkanır, ayıklanır ve küp şeklinde kesilerek eklenir. Kısık ateşte 2-3 saat kaynatılır. Daha sonra sarımsaklar dövülür ve tencereye ilave edilir. Et ve domates kaşık yardımıyla ezilir. Kırmızı biberler közlenir ve tarhana ile beraber ikram edilir(Kurhan, 2008, Denizli).

c. Tatlı Tarhana (Konya)

Malzemeler;

- 10 kg. ince buğday
- 5 litre ayran
- 1 paket margarin
- 3 yemek kaşığı tuz

Akşamdan büyük bir kazanın dibine bolca margarin sürülür (dibi tutmaması için). Ayranın tamamı kazana dökülür. Kazan odun ateşine oturtulur. Ayran ısınmaya başlayınca yavaş yavaş buğday ilave edilir. Tuz da konularak topaklanmaması için sürekli karıştırılır. Karışım koyulaşıp, bulgurlar yumuşayınca ateşten alınır. Sıcakken ağzı kapatılıp sabaha kadar bekletilir. Sabah gün doğmadan açılır. Yumurtadan biraz büyük parçalar halinde alınıp, önce yuvarlanır, sonra bastırılarak şekil verilir. Temiz bir bez üzerine serilerek kurutulur. Bez torbalara konularak saklanır.

Tarhananın Yapılışı:

- 5-6 adet topak tarhana
- 150 gr nohut
- Bir küçük dilim pancar veya bir tatlı kaşığı şeker
- 1 yemek kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı nane
- 1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
- 100 gr tereyağı

Tarhana ve nohut 8 saat önce veya akşamdan üzerini 2-3 parmak geçecek kadar suyla ıslatılır.

Ertesi gün üzerine tekrar 3 parmak geçecek kadar su ilave edilir. Kısık ateşte malzemeler yumuşayıncaya kadar pişirilir. Tuz katılır.

Piştikten sonra bir tavada tereyağı eritilir, nane ve kırmızıbiberle karıştırılır. Çorba servis tabaklarına alındıktan sonra üzerine dökülür(Kunduracı, 2009, Konya).

d. Göceli Tarhana (Aydın, Afyonkarahisar)

Göce: Buğday seçilip ıslatılır. 15-20 dakika bekletilir. Dibekte dövülür, kepeği alınır. Sonra hafif kuruyunca, değirmende incecik, irmik iriliğinde öğütülür. Tarhana yapımında kullanılır(Ünlü, 2007, Aydın).

Tarhananın Yapılışı:

- 3 kg göce
- 3 kg Bursa biberi
- 3 kg Bursa domates
- 1 çalı tarhana (dereotu) otu
- Yeteri kadar tuz
- 1,5 litre kadar su
- 3 kg kese yoğurdu

Göce ve kese yoğurdu dışında bütün malzemeler tencereye konulup kaynatılır. Malzemeler yumuşayınca tarhana otu içinden alınır. Pişen malzemeler derin bir tepsiye konulan göcenin üzerine dökülür, karıştırılır. Malzemeyi göceye yedirince ayrılan tarhana otu dalıyla karışımın üzerine yayılır. En üstüne sini kapatılır, sabaha kadar soğumaya bırakılır. Sabahleyin tarhananın üstünden otlar alınıp kaşıkla iyice karıştırılır.

Sonra ılık tarhanaya kese yoğurdu dökülüp yoğrularak iyice yedirilir. Tekrar üstü örtülür. Kabardığı zaman yoğrulur. Her gün kabardıkça tekrar yoğrulur. 3-4 gün sonra kabarmaz olur. O zaman unlanmış tepsilere tarhanadan kaşık kaşık yayılır. Güneşte bekletilir. 1-2 saat arayla tarhana didiklenir. Arada unlanıp tekrar ovalanır. İyice küçülüp ovalanınca elekten geçirilir. Elenen tarhanalar tepsilere serilip, güneşte kurutulur. Bez torbalarda saklanır(Tutumlu, 2007, İncirliova).

e. Kızılcık Tarhanası (Bolu, Düzce):

Kızılcıklar iyice olgunlaşınca toplanır. Birkaç gün yumuşaması beklenir. Yumuşayan kızılcıklar ezilerek çekirdeklerinden ayrılır. Püre haline getirilip un ve tuzla yoğrulur. Hamurlar parçalara ayrılarak kurutulur. Kuruma sürecinde ufalanır. İnceltilip elekten geçirilir. Bez torbalarda saklanır. Bolu ve ilçelerinde yapılan özel bir tarhana çeşididir(Karataş, 2008, Bolu).

Çorbanın Yapılışı:

Tencereye su ve kızılcık tarhanası konulup (1 bardak suya 1 kaşık tarhana) kaynayıncaya kadar karıştırılır. 10 dakika kısık ateşte pişirilir. Ayrı bir tavada tereyağı kızdırılır. Kırmızıbiber ve nane ilave edilir. Çorbanın üzerine gezdirilir. Arzu edilirse sarımsak kullanılır.

f. Maraş Tarhanası:

Odun ateşindeki büyük kazanlarda su kaynatılır. Kaynadıktan sonra dövme denilen buğday (25 kg) suyun içerisine atılır. Tuzu eklendikten sonra karıştırılarak iyice kaynatılır. İyice pişen dövme, altındaki odunlar çekilerek hafif ateşte 1 gün bekletilir. Ertesi sabah yoğurt (30 kg) eklenir ve iyice karıştırılır. Karışım öğleye hatta akşama kadar bekletilir. Burada önemli olan istenilen ekşiliği yakalayabilmektir. Bu karışım daha ince olması için et makinelerine benzeyen büyük makinelerden geçirilir ve tarhananın ince olması bu şekilde sağlanır. Maraş tarhanasının önemli özelliklerinden bir tanesi de oldukça ince olmasıdır. İncelen ve kıvamı artan karışım, çiğ denilen düzeneğe mala yardımıyla serilir. Çiğ, etrafında ipleri olan dikdörtgen şeklinde ince bezden yapılmış bir düzenektir. Karışım altına sini konulan çiğe mala ile iyice yayılır. İnceliği sağlayan diğer aşama da burada gerçekleşir. Tarhana bu düzenek üzerinde kuruyana kadar –ortalama 3 gün- bekletilir. Kuruduktan sonra düzenek bir bezin üzerine ters çevrilir ve bir süre de burada kurutulduktan sonra toplanır. Tarhananın yapım mevsimleri ise Temmuz-Ağustos aylarıdır. Çünkü en hızlı kuruma bu aylarda sağlanır(Ceyhan, 2010, Kahramanmaraş).

g. Gaziantep Tarhanası:

Dövme kaynayan suya atılarak iyice pişirilir. Bir gün bekletilerek suyunu çekmesi sağlanır. Ertesi gün yoğurt eklenir ve iyice karıştırılır. Birkaç gün güneşte bekletilerek yoğurt ekşitilir. Böylece tarhana iyice koyulaşır. Bir kaşık yardımıyla şekil verilerek bez üzerine serilir. Güneşte kuruması için birkaç gün daha bekletilir. En iyi kuruma Temmuz-Ağustos aylarında sağlanır. (Yıldız, 2010, Gaziantep)

Not: Her iki tarhanada da yoğurt miktarı ve yoğurdun istenilen ekşiliğe ulaşması dikkat edilecek noktalardır. Tarhana, yoğurdu ne kadar bol olursa o kadar lezzetli olur.

Un Tarhanası

Tatlı Tarhana (Beyşehir Tarhanası, Diş Tarhanası)

- Yörük Tarhanası -

- Ekşi Erikli Tarhana -

Kızılcık Tarhanası

- Sütlü Tarhana -

- Maraş Tarhanası -

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynaklar

Ateş, R. (2005). *Kahramanmaraş ilinin yemek kültürü*. S. Ü. Mes. Eğ. Fak. Aile Ekon. Bes. A.B.D. Türk Mutfağı Ödevi. Konya.

Barı, N. (2004). Konya'da çetnevir. *Konya kitabı III. İpekyolu Dergisi*. Özel Sayı. s. 451-455. Konya: Ticaret Odası Yayınları.

Barı, N. (2007). Alaturka Nimetler. *Yemek kitabı*. Konya: Tablet Yayınevi.

Blge, E. (2007). *Malatya mutfak kültürü*. S.Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Arş. Ödevi. Konya.

Bozyiğit, A. E. (2008). Eski Ankara'da bir gelenek; zekeriya sofrası. *Yemek kitabı I*. İstanbul: Kitabevi Yay.

Çevik, S. (2004). *Ürgüp yemek kültürü*. S. Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ek. Ve Bes. Öğr. A.B.D. Türk Mut. Dersi Arş. Ödevi. Konya.

Çömlek, Ö. (2010). *Denizli-başkarcı beldesi yemek kültürü*. S. Ü. Mesleki Eğt. Fak. Aile Ekon. Bes. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Dalgıç, K. (2010). *Çanakkale çan terzialan beldesi mutfak kültürü* S. Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Araştırma Ödevi. Konya.

Demirci, B. (2005). *Hacıbektaş yemek kültürü*. S. Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Deniz, H. (2005). *Balıkesir susurluk mutfak kültürü*. S. Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Ekener, A. *Sakarya İli Yemek Kültürü*, S. Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. A.B.D. Türk Mut. Dersi Arş. Ödevi, Konya.

Ersoy, N. (2007). *Sinop mutfak kültürü ve yemekleri*. S.Ü.Mes. Eğt. Fak. Aile Ekon. Ve Bes. Öğrt. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Gerdan, S. (2007). *Çorum yemek kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Güdücü, Nail. (2008). *Muğla mutfak kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğretmenliği A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Işık, N., Barı, N., Özdoğan Y. (2005). Bursa mutfak kültürü. *II. Bursa halk kültürü sempozyum bildiri kitabı*, III. (Hz. Y. Oğuzoğlu, K. Üstünova). s.1057-1077. Bursa: Uludağ Üniversitesi Yay.

İlter, A. (2005). *Çanakkale mutfak kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Beslenme A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Kemerli, S. (2005). *Edremit mutfak kültürü*. S.Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. ve Beslenme Öğretmenliği A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Küpeli, Z. (2009). *Sivas yöresine ait yemekler*. Selçuk Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi, Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Ögel, B. (1985). *Türk kültür tarihine giriş* IV. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları.

Şahin, E. (2010). *Mudurnu yemek kültürü*. S.Ü. Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğr. A.B.D. Türk Mutfağı dersi Arş. Ödevi. Konya.

Tuncay, G. (2010). *Kastamonu mutfak kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ekon. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Tutuk, Z. (2007). *Adana yemek kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ek. Bes. Öğret. A.B.D Türk Mutfağı Dersi Ödevi. Konya.

Tutumlu, Ş. (2007). *Aydın mutfak kültürü*. S.Ü.Mes. Eğit. Fak. Aile Ek. Bes. Öğret. A.B.D. Türk Mutfağı Dersi Arş. Ödevi. Konya.

Sözlü Kaynaklar

Sıra	*Adı-Soyadı*	*Yaşı*	*Mesleği*	*Gör. Tarihi*	*Yöre*
1	*Asiye Betül Ceyhan*	*54*	*Ev Hanımı*	*2010*	*Kahramanmaraş*
2	*Ayşe Yıldız*	*50*	*Ev Hanımı*	*2010*	*Gaziantep*
3	*Ayten Çalık*	*54*	*Ev Hanımı*	*2007*	*Trabzon*
4	*Cevriye Uyaroğlu*	*70*	*Ev Hanımı*	*2007*	*Aydın*
5	*Dudu Tuncay*	*72*	*Ev Hanımı*	*2003*	*Kastamonu*
6	*Emine Kunduracı*	*47*	*Ev Hanımı*	*2009*	*Konya-Beyşehir*
7	*Fatma Güneş*	*55*	*Ev Hanımı*	*2005*	*Çanakkale*
8	*Gülay Taşçeviren*	*58*	*Emekli Öğretmen*	*2005*	*Malatya*
9	*Güler Özlüdağ*	*50*	*Ev Hanımı*	*2004*	*Adıyaman*
10	*Hanım İnce*	*51*	*Ev Hanımı*	*2006*	*Erzurum*
11	*Hatice Ünlü*	*44*	*Ev Hanımı*	*2007*	*Aydın-Çine*
12	*Huriser Gençay*	*65*	*Ev Hanımı*	*2010*	*Konya*
14	*Lüftiye Kurhan*	*30*	*Öğretmen*	*2008*	*Denizli*
15	*Mücevher Tutumlu*	*44*	*Ev Hanımı*	*2007*	*İncirliova*
16	*Nimet Gözübüyük*	*50*	*Ev Hanımı*	*2005*	*Antakya*
17	*Nurhan Tülü*	*68*	*Ev Hanımı*	*2007*	*Kütahya*
18	*Rüveyde Şeren*	*75*	*Ev Hanımı*	*2010*	*Konya*
19	*Safinaz Karataş*	*47*	*Ev Hanımı*	*2008*	*Bolu*
20	*Saliha Elgün*	*72*	*Ev Hanımı*	*2003*	*Konya*
21	*Sevim Küpeli*	*53*	*Ev Hanımı*	*2006*	*Kastamonu*
22	*Zeliha Özlüdağ*	*56*	*Ev Hanımı*	*2004*	*Adıyaman*
23	*Zeynep Bal*	*60*	*Ev Hanımı*	*2005*	*Adıyaman*
24	*Zeynep Gönültaş*	*70*	*Ev Hanımı*	*2004*	*Malatya*
25	*Meliha Suluçay*	*65*	*Emekli Hemşire*		

SÜTTEN SOFRAYA BİR BAŞKA TARHANA HİKÂYESİ (AYDIN ÖRNEĞİ)

Pervin ERGUN

Tarhana Yoğurdu/İlitme Yoğurdu Hazırlanışı

Malzemeler	**Ölçü**	**Birim**
Süt	1+1+1… lt.(Ne kadar istenirse)	
Yoğurt	1 su bardağı	
İlitme yoğurdu baharatı için:		
Susam	1 çay bardağı	
Bütün olarak kurutulmuş acı/tatlı biber	10 adet	

YAPILIŞI

Tarhana yoğurdu eskiden altında çeşmesi olan iki kulplu küplerde (ilitme çömleği-tükenmez küpü) yapılırdı. Bu gün her çeşit kapta yapılabilmektedir.

Bir kaba arzu edildiği kadar ısıtılmış süt koyulur. (Tarhanalık hazırlanacak ise birkaç kg, yemeklik ise 1 kg. civarında olabilir.) Sütün çiğ veya pişmiş olması fark etmez. (Eskiden hep çiğ sütten yapılırdı.) İçine mayalık yoğurt konulup karıştırılır. Normal yoğurt mayalama tekniğinde olduğu gibi sarılıp sarmalanmaz. Yaz mevsiminde sütün herhangi bir ısıda olması fark etmez. Kışın daha çabuk kabarması (kabarması yoğurdun yenmeye hazır olduğunun işaretidir.) için daha sıcak mayalanması ve oda sıcaklığında bekletilmesi gerekmektedir. Kabaran yoğurdun altında biriken gök su, küplerin altında bulunan çeşmelerden (semaver gibi) her gün boşaltılır. Yoğurt üretme süresi önemli değildir. 3-5-10-15 vs. gün süreyle bu yoğurt yenilenmeye devam edilebilir. Tencere, plastik kova gibi bir yerde yapılıyorsa yan getirilip bir bütün halinde olan kabarık yoğurdun akması süzgeçle engellenerek her gün gök suyu boşaltılır. Daha sonra her gün üzerine arzu edilen miktarda süt ilave edilip karıştırılır. Günlük yemeklik yoğurt alınacak ise içine süt dökülmeden önce alınmalıdır. Servis tabağına alındığında üzerine tuz ekilebilir. Ekşimtrak bir tadı olan ilitme yoğurdu, yanında domates, salatalık, biber, soğan ve yeşilliklerle birlikte –özellikle yaz mevsiminde- serin bir katık vazifesi görmektedir.

Yoğurt, tarhana için hazırlanacak ise ihtiyaca göre daha fazla süt (3+3+3 veya 5+5+5 kg gibi) kullanılır. İllaki üç kerede tamamlanma şartı veya her seferinde aynı miktarda süt şartı da yoktur. Yoğurt yapımı bittiğinde kabaran yoğurt bez keseye alınır. Kesede süzülen yoğurt tarhana yapımı için hazırdır.

Not 1: İlitmeden yapılan yoğurt, normal süzme yoğurda göre iki kat sütten yapılır.

Not 2: Tarhana yapımında kullanılacak sütün kart sağınlı inekten (yavrusu büyümüş, sütü yağlanmış) olmasına dikkat edilmektedir. Daha koyu ve daha yağlı olduğu için daha bereketli olan bu yoğurt, çorbaya kremamsı bir kıvam ve daha fazla lezzet vermektedir. Bu nedenle geleneksel kültürde ilitme yoğurdu ile yapılan tarhana çorbasının içine veya üzerine yağ-yağ sosu konmasına gerek görülmemektedir.

Not 3: İlitme yoğurdu yağ ve çökelek/keş yapımında da kullanılmaktadır. İlitme yoğurdunun içine bir miktar su katılıp çırpılarak yağı ayrıştırılır; böylece tereyağı elde edilmiş olur. Kalan kısım kaynatılarak kesede süzülürse çökelek/keş elde edilir. Yağı alınmadan kaynatılırsa yağlı bir çökelek elde edilebilir.

İlitme yoğurdu baharatının hazırlanışı: Susam tavada koyulaşana kadar kavrulur. Kavrulan susam havanda dövülür. Kurutulmuş biberler közde pişirilir. Havanda dövülür veya robotta çekilir. Dövülmüş susam ve biberler bir tepsi içerisinde karıştırılarak tuzlanır. Başta ilitme yoğurdu olmak üzere damak tadına göre pek çok yemeğin yanında ve pırasa salatasının üzerine serpilerek yenilir.

İlitme Yoğurduyla Tarhana

Malzemeler	Ölçü	Birim
Süzme ilitme/tarhana yoğurdu	1 kg.	
Un	1 kg.	
Dereotu (tarhana otu) kurusu	1 demet	
Kırmızı salçalık biber	1 kg.	
Kuru soğan	4 orta boy	

YAPILIŞI

Dereotu, biber, soğan az su ile düdüklüde iyice kaynatılır. Süzgeçten geçirilir. İçine un, yoğurt ve tuz ilave edilir. Yoğrulup demlenmeye bırakılır. 3-5-7-15-20 gün boyunca günde bir defa olmak üzere iyice yoğrulup üstü sini/tepsi ile örtülür. Bu süreler farklı lezzette tarhana üretimi için önemlidir. Damak tadına göre bu sürelerden biri tercih edilir. En çok tercih edilen süre bir hafta ile onbeşinci gün ve sonrasıdır. Aradaki yedi günlük sürede tarhananın acılaştığı ve lezzetinin iyi olmadığı düşünüldüğü için tercih edilmez. Süre tamamlandığında kaşık kaşık alınıp tahtaların ya da sinilerin üzerine serilmiş örtülerin üzerine dökülür. Hamur özelliği kalmadığında, hafif nemli iken, kalburdan geçirilebilecek yumuşaklığa geldiğinde ufalanıp kalburdan geçirilir. Sinilere serilip karıştırılarak son neminin kuruması sağlanır. Kuruduktan sonra keselerde saklanır.

PİŞİRİLİŞİ

Malzemeler	Ölçü	Birim
Tarhana	1 çay bardağı	
Su	1 litre	
Haşlanmış kuru börülce	1 çay bardağı	
Közlenmiş kırmızı biber(taze/kuru)	2 adet	

Bir litre suya bir çay bardağı dolusu tarhana koyulur. Sürekli karıştırılarak kaynayıncaya kadar pişirilir. (Koyu olursa su ilave edilebilir.) Kaynayınca içine 1-2 diş sarımsak çentilir. Arzuya göre közlenmiş kırmızı biberler küçük küçük doğranıp çorbanın içine atılabilir ya da yanında servis edilir. Bir su bardağı haşlanmış kuru börülce servis tabaklarına konmuş çorbaların üzerine pay edilir. Söğüş olarak hazırlanmış taze küçük patlıcan, soğan, turp, turşu, tere vs. yeşillik ile servis edilir.

Not: Tarhanamız, ilitme/tarhana yoğurdu ile hazırlandığı için ayrıca yağ ilave etmeye gerek yoktur. Arzuya göre üzerine nane ve pul biber serpilebilir.

YİYECEKLERİ KIŞA HAZIRLAMA VE SAKLAMA YÖNTEMLERİ

Kadriye KAHRAMAN

1. GIDALARI TUZLA SAKLAMA

1.1. SALÇALAR

Salça, yemeklerimizin vazgeçilmez tatlandırıcıları arasındadır. Eski dönemlerde yemeklerde çeşitli ekşiler kullanılırdı. Yemek kültürüne domatesin girmesiyle ekşi, mutfaklarda yerini salçaya bırakmıştır.

Salçanın dayanma süresini artırmak, mikroorganizma bulaşmalarına engel olmak için küçük cam kavanozlara konulmalı, saklama kapları klorlu bileşiklerle dezenfekte edilmeli veya su ile kaynatılarak sterilize edilmelidir. Salçanın tuz miktarı uygun olmalı, hava ile temasını önlemek için üzerine sıvı yağ dökülmeli, nem oranının yükselmesi önlenmeli, kuru yerde saklanmalı ve alınırken ıslak kaşık kullanılmamalıdır. Dikkat edilmezse içinde, patojen (hastalık yapıcı) bakteriler ve küflerin gelişimi önlenemez.

Salça, yemeklerin dışında sos, kahvaltılık çemen, acılı ve tatlı ezme, ayrıca ketçap yapımında kullanılmaktadır.

1.1.1. Biber Salçası

1.1.1.1. Güneşte Yapılan Biber Salçası: Kırmızı olgun biberler yıkanıp tohumları ayıklanır. Daha sonra makinede çekilip tuzlanır ve güneşte ara ara karıştırılarak olması beklenir. Koyu kıvama gelince bir iki çorba kaşığı zeytinyağı ilave edilip karıştırılarak yedirilir. Cam kavanoza konulur. Üzeri zeytinyağıyla kaplanır. Kavanozun kapağı sıkıca kapatılır, serin bir yerde saklanır.

Sonbaharda evlerde biber salçası yapılması bir gelenektir. İmece usulüyle komşular, kış hazırlığı olarak sırayla salça yaparlar.(Avcı, 2010, Adana)

1.1.1.2. Kaynatılarak Yapılan Biber Salçası: İstenilen miktarda kırmızı biber yıkanıp çekirdekleri temizlendikten sonra dörde bölünerek makinede incecik çekilir. Bir tencereye alınıp içine kg başına bir çorba kaşığı tuz ilave edilir. Tahta kaşıkla dibinin tutmaması için karıştırılarak kıvamına gelinceye kadar kaynatılır. Ocaktan alınan biber salçası büyük bir tepsiye dökülür, üzeri tülbentle örtülerek 4-5 gün güneş gören bir yere bırakılır, böylece koyulaşması sağlanır. Cam kavanozlarda saklanır.

1.1.2. Domates Salçası

1.1.2.1. Güneşte Yapılan Domates Salçası: Domatesler dörde bölünüp tepsiye/çuval ya da bidonlara konulur. Üç dört gün güneşte bekletilerek ekşitilir. Ekşiyince kabuk ve tohumlarını ayıklamak için süzgeçten geçirilir. Emaye tepsi veya sinilere dökülüp tuzlanarak üzeri tülbentle örtülür ve güneşte ara ara karıştırılarak koyulaşması beklenir. Salça temiz kavanozlara konarak üzeri sıvı yağla kaplanır, sonra da ağzı kapatılarak serin ve ışıksız bir ortamda saklanır.

1.1.2.2. Kaynatılarak Yapılan Domates Salçası: Salça için olgun domatesler seçilir. Seçilen domatesler, bol suyla yıkanır, dörde bölünüp kevgirden geçirilerek çekirdek ve kabuklarından ayrılır. Ocağa konup tuz atılarak kaynamaya bırakılır. Ara sıra karıştırılarak, dibini tutturmadan koyu kıvama getirilir. Emaye tepsiye konarak tuzu ilave edilip karıştırılır. Havadar ve sıcak bir yerde suyu uçurulur. Cam kavanoza boşaltılır. Hava almaması için üzeri zeytinyağıyla örtülür. Kapağı sıkıca kapatılıp serin bir yerde saklanır.

1.1.2.3.Kıyma Salça (Çanakkale): Önceden kurutulmuş domatesler bir miktar ıslatılır, yıkanır, makinede biberle birlikte kıyılır(1 kg domates için 5 kg biber). Salça kıvamına gelinceye kadar kaynatılır. Sıcak sıcak şişelenir. İçine zeytinyağı, ceviz, baharat ve sarımsak konulur, tavada kavrulur. Kahvaltılık olarak tüketilir (Tatoğlu, 2010, Çanakkale).

1.1.2.4. Şişede Domates Suyu: Olgun domatesler yıkanır, kabukları soyulup rendelenir veya ezilir. Kaynatılmış, steril soda veya gazoz şişelerine doldurularak yeni alınmış kapaklar el makinesi yardımı ile kapa-

tılır. Sonra dibine bez konulmuş kazanlara yerleştirilerek üzerini örtecek kadar su doldurulur, bir iki saat kaynatılır. Su ılıyınca şişeler çıkarılır, soğumaya bırakılır. Serin yerde saklanan şişe domatesler kış boyunca bozulmadan kullanılır.

Salçadan, yan ürün olarak da ketçap ve kahvaltılık çemen yapılarak kavanozlara konur, saklanır. Manisa'nın Salihli ve Kula ilçelerinde, sonbaharda kış hazırlıkları yapılırken mutlaka her evde şişe domates hazırlanır. Bu sırada komşular ve akrabaların sıkı dayanışması görülür.

1.2. SALAMURA

Zeytin, asma yaprağı, dut yaprağı, kiraz yaprağı, fasulye, domates, kiraz gibi gıdalar tuzlu suda **salamura** edilerek saklanır.

1.2.1. Asma, Dut, Kiraz Yaprağı: 1kg yaprak için 100 gr/6 çorba kaşığı tuz kullanılır. Üzüm yapraklarının tazeleri toplanır. Sapları koparılmadan beşer altışar üst üste dizilir ve aralarına tuz serpilerek temiz kavanoza yerleştirilir. Üzerine temiz bir taş bastırılır. Kalan tuz, kavanozun üzerine konur ve üzerini örtecek kadar kaynatılıp soğutulmuş su ilave edilir. Ağzı sıkıca kapatılarak serin yerde saklanır. Kullanılacağı zaman birkaç defa suyu değiştirilir, fazla tuzu giderilerek kullanılır. Manisa ve İzmir yöresinden elde edilmiş çekirdeksiz üzüm asmasının yaprakları, zeytinyağlı sarma için en uygunudur. Yaprak kalın ise bir miktar suda haşlanıp sonra sarılır. Dut ve kiraz yaprağı da aynı usulle saklanır.

1.2.2. Çizme/Dilme ve Kırma Zeytin: Zeytinden farklı şekillerde salamura yapılır. Yeşil zeytin ayıklanır, yıkanır ve üç yerinden çizilerek/dilinerek kavanoza doldurulur. Kırma zeytin için yeşil zeytinler çekiçle vurularak çekirdekleri kırılmadan çatlatılır, kavanoza konur. Kavanozlar silme su ile doldurulur. Serin ve ışık almayan bir yere konulur. Bu şekilde hazırlanan zeytinlerin, yenileceğine yakın, iki günde bir suyu değiştirilir (on, on beş gün). Acılığı gitmişse zeytinler sudan alınır; temiz kavanoza konur. Bir litre suya % 4-5 tuz (2,5-3 yemek kaşığı) hesabıyla hazırlanan tuzlu su çözeltisi kavanoza doldurulur. Üzerine zeytinyağı dökülen zeytinler yenilmeye hazırdır. Kırma zeytin, çizmeye oranla daha çabuk akıllanır, olgunlaşır. Tüketilirken sıcak havalarda buzdolabında saklanması daha uygundur.

1.2.3. Siyah Salamura Zeytin: Zeytinler kızardığında kararmadan toplanır, yıkanır, çizilir. Kavanoza konulup üzerine su doldurulur. Tatlanıncaya kadar bir hafta boyunca her gün suyu değiştirilir. Tatlanan zeytin litre başına % 5-6 lık tuzlu suda bekletilerek tüketime sunulur.

1.2.4. Lorlu Biber Dolması (Balıkesir–Savaştepe): Dolmalık yeşilbiberler yıkanıp içleri boşaltılır. Biber miktarına göre hazırlanan lor, bir kaba konur ve içine tuz atılarak karıştırılır. Lor karışımı, biberlerin içine doldurulur. Biberlerin baş kısımları, çıkarılan kendi başlarıyla kapatılır. Kavanozlara yerleştirilir ve hazırlanan tuzlu su (1 lt suya 50 gr tuz–3 yemek kaşığı) biberlerin üzerini örtecek kadar dökülür. Bir demet maydanoz yıkanır ve biberlerin üzerine konulur. Kavanozların ağzı sıkıca kapatılarak karanlık ve serin ortamda saklanır. Kullanılacağı zaman çıkarılıp üzerine zeytinyağı dökülerek kahvaltılarda tüketilir. Ayrıca zeytinyağında kızartılarak yemeği yapılır.

1.2.5. Salamura Bamya: "2 kg bamya bir kavanoza koyulur. Bamyanın üzerine su ve 1 kg tuz konur, kapağı kapatılıp serin ortamda muhafaza edilir." (Artun 2002: 321)

1.3. TUZLAMALAR

Zeytin, balık, peynir, lor, sebzeler tuzlanarak kışlık olarak hazırlanır. Özellikle Marmara ve Ege Bölgesinde zeytincilik yaygındır. Denize kıyısı olan bütün bölgelerde balık tuzlaması yapılır. Ülkemizde hayvancılığın yaygın olduğu her yerde peynirin salamurası ve tuzlaması yapılır.

1.3.1. Fasulye ve Taze Bakla Tuzlaması: Fasulye veya bakla haşlanır, kavanoza koyulur. Doğranmış biber ve soğan ilave edilir. Üzerine tuzlu su dökülerek ağırlık konulup kışa hazırlık olarak salamura edilir.

1.3.2. Domates Tuzlaması: Yeşil domates kavanoza konulup üzerine tuzlu su ilave edilerek salamura edilir.

Fasulye ve domates tuzlaması; kış aylarında Karadeniz Bölgesinde, soğan, salça, tereyağı, zabuda otu ile kavrularak yemeği yapılır. Karadeniz'in bazı illerinde, içine mısır unu konularak kavrulur. Balıkesir yöresinde özellikle muhacir ve Gürcü köylerinde mısır unu ile fasulye, domates, taze bakla tuzlaması kavrulup kış aylarında yemeği yapılarak tüketilir.

1.3.3. Kiraz Tuzlaması: Kirazlar iyice olgunlaşmadan toplanır, yıkanıp ayıklanır ve kavanozlara konulur. Üzerine, kg başına % 6'lık tuzlu su (1 kilograma 3 yemek kaşığı) dökülüp ağzı sıkıca kapatılır. Karanlık ve serin yerde bekletilir. Özellikle Karadeniz Bölgesi'nde kışa hazırlık olarak yapılır. Kışın, mısır unlu, salçalı yemeği yapılır.

1.3.4. Lahana Tuzlaması: Lahana yıkanır, turşu olarak tüketilecekse iri iri, yemeği yapılacaksa ince ince doğranır. Kavanozun tabanına tülbent parçasına bağlanmış ekşi hamur konur, üzerine lahanalar yerleştirilip tuzlu su dökülür, ağzı kapatılarak kışlık olarak saklanır. Yemeği de yapılır. (ALADAĞ, 2010, Ahlat-Bitlis).

1.3.5. Siyah Zeytin Tuzlaması: Olgunlaşmış siyah zeytinler toplanır, ayıklanır ve yıkanır, temiz kavanoza doldurulur, 1kg zeytine 3 çorba kaşığı iri tuz, bir çorba kaşığı sirke ilave edilir. Kavanozun kapağı kapatılır ve ara ara sallanır, bir iki ay sonra zeytin tatlanarak olgunlaşır. Yıkanıp üzerine zeytinyağı dökülerek kahvaltı ve salatalarda tüketilir.

1.3.6. Trilye Zeytini Tuzlaması: İstenilen miktarda iyi cins trilye zeytini alınıp seçilir; yıkanıp aralarına iri tuz serpilerek bidonlara doldurulur. Ağzı kapatılarak serin yere koyulur, ara ara sallanır. İki üç ay sonra içine zeytinyağı dökülüp yenilir (Tetik, 2010, Savaştepe- Balıkesir).

1.3.7. Sardalye Tuzlama: Sardalye Ekim-Kasım aylarında, yağlı döneminde alınır, ayıklanıp yıkanır. Yıkandıktan sonra bidona veya kavanoza, bir kat kırılmış dövülmüş kaya tuzu, bir kat balık yerleştirilir. En üstüne tuz ve zeytinyağı dökülür, iki ay salamura edilir. Olgunlaşmadan sonra balık, ihtiyaç kadar çıkarılır, yıkanır, çok tuzlu ise birkaç saat suda bekletilir. Tabağa alınır, üzerine bol limon ve zeytinyağı ile servis yapılır (Kaya, 2010, Ayvalık/Balıkesir).

1.3.7. Palamut Tuzlama: Taze palamut alınır ve temizlenir, bir gece suda bekletilir. İskeletinin etrafındaki kanlı kısımlar iyice arındırılır, kesilerek fleto yapılır. Tenekeye en alta kırılmış ve dövülmüş kaya tuzu konur, bir kat balık, bir kat tuz olarak yerleştirilir. En üste tuz ve zeytinyağı koyulur. Tenekenin ağzı lehimlenir (Akdağ, 2010, Tekirdağ).

1.3.8. Lorlu Biber Tuzlama: Biber ince ince kıyılır. Tuz ile biber, suyu akıncaya kadar ovulur(1kg lorlu bibere 10 gr (yarım çorba kaşığı). Tepsiye lor, ovulmuş biber, zeytinyağı konulur, hepsi karıştırılır, kavanozlara bastırılarak doldurulur, üzerine zeytinyağı dökülür. Hava almayacak şekilde ağzı sıkıca kapatılır. Hava almadığı sürece dayanır. Kışlık olarak hazırlanır (Akdağ, 2010, Tekirdağ).

1.3.9. Lorlu Biber Dolması: Yeşil dolmalık biber yıkanıp oyulur ve temizlenir. İçine tuzlanmış lor doldurulur (tuz miktarı yemeklik kadar kullanılır). Kesilen biberlerin sap kısmı kapak olarak kapatılır. Temiz kavanozlara yerleştirilir, kavanoz doluncaya kadar üzerine zeytinyağı dökülüp kapağı sıkıca kapatılarak serin bir yerde saklanır. Kışın çıkarılıp dilimlenerek veya yağda kızartılarak kahvaltılık olarak tüketilir. Aynı işlem Balıkesir yöresinde yetiştirilen üçburun biber için de yapılır.

1.4. TURŞULAR:

"Turşu, bazı meyve daha çok sebzelerin, ya sade tuzlu suda veya belirli oranda sirke ile karıştırılmış tuzlu su (içine tat, koku ve lezzet verici maddeler katılarak) fermente ettirilerek ekşitilmiş haline denir." (Kuyrukçu 1976: 57)

Turşular, Türk kültüründe önemli yere sahiptir. Sebzelerin ve meyvelerin bol yetiştiği mevsimde, ürünleri değerlendirmek, aile ve ülke ekonomisine katkıda bulunmak, sofralarımızı zenginleştirmek, çeşitli alternatif lezzetler sunmak için yüzyıllardan bu yana geleneksel olarak üretilmektedir. Turşularımız, teknolojinin gelişmesi ile seri üretimlerle dünyada da Türk turşuları olarak ün kazanmıştır.

Memleketimizde turşular, yapılışlarına göre su turşuları, sirkeli turşular, yaz turşuları diye üçe ayrılırlar. Turşu yapımında genel olarak bilinmesi gereken en önemli şey, turşuluk çözelti hazırlamaktır.

Turşu çözeltileri birkaç türlü hazırlanır. Şöyle ki:

a) 1 litre suya (5 su bardağı) 250 mililitre sirke (1 su bardağı), % 5 (50 gr) turşuluk tuz (3 yemek kaşığı, silme) konur. Turşunun çok sirkeli olması isteniyorsa, sirke yarı yarıya koyulur.

b) ½ litre suya (2- 5 su bardağı) yarım litre sirke, %3- 4 tuz (30-40 gr, 2- 2,5 yemek kaşığı, silme) konur.

c) 1litre suya (5 su bardağı) %5/% 6 tuz (50-60 gr, 3- 3,5 yemek kaşığı), 2- 3 adet limon veya 3- 4 tane limon tuzu konur.

d) 1 litre suya (5 su bardağı) % 5/% 6 tuz (50-60gr, 3- 3. 5 yemek kaşığı, silme) koyulur.

Turşu yapımında, mutlaka turşuluk tuz tercih edilmelidir. Turşu çözeltisi hazırlanırken sirke, limon veya limon tuzundan birinin tercih edilmesi daha sağlıklıdır.

Turşu yapımında kullanılan sebze, meyve ve otlar şunlardır: Küçük salatalık (kornişon), yeşil sivri biber, yeşil domates, beyaz lahana, küçük boy patlıcan, körpe yeşil fasulye, bakla, börülce, kırmızı pancar, salçalık kırmızı biber, taze kabak, bal kabağı, soğan, sarımsak, kelek, acur, küçük ham karpuz, havuç, yer elması, armut (az olgunlaşmış veya ekşi), ham elma, erik, beyaz üzüm, badem ve kayısı, çağlası, döngel, ahlat, alıç, kapari, jağ (yabani bir ot) otu, pazı, labada, yemlik sapı, mende sapı, kenger gövdesi, mancar, turp otu gövdesi, asma filizi, tağlıcık gövdesi (Ege bölgesinde yağlıcık denir), nane, balık gibi.

Turşu yapımında kullanılan yardımcı maddeler şunlardır: Kristal tuz, sirke, sarımsak, limon, limon tuzu.

Turşu yapımında kullanılan fermente edici maddeler şunlardır: Nohut, mayalı ekmek, şeker, ekşi hamur, buğday, koruk, üzüm.

Turşu yapımında kullanılan koku ve lezzet veren maddeler şunlardır**:** Defne yaprağı, kereviz yaprağı, hardal tohumu, tohum karabiber, karanfil, koruk, nane yaprağı, vişne yaprağı, su kazayağı, gerdeme, taze asma filizi, maydanoz, taze zencefil, taze rezene (arap saçı) , taze hatmi yaprağı, pancar yaprağı, dereotu.

1.4.1. SEBZE TURŞULARI

1.4.1.1. Genel Turşu Yapılışı: Yapılacak turşuya göre sebze seçilir. Sebze yıkanır, önceden yıkanmış ve kaynatılmış kavanoza yerleştirilir. Aralarına soyulmuş sarımsak, nohut serpiştirilir. Fermantasyonu hızlandırmak için nohut yerine tülbent parçasına çıkılanmış mayalı hamur veya ekmek de kullanılabilir. 2 kg sebzeye 1 litre su, 250 mililitre sirke, 50 gr tuz, bir tatlı kaşığı şeker karıştırılır, sebzelerin üzerine dökülür. Üstüne yıkanmış maydanoz, dereotu, nane vb. konur. Bir ağırlıkla bastırılıp ağzı iyice kapatılır, ışık almayan bir yerde olgunlaşmaya bırakılır. Ülkemizde her bölgede yapılan turşu türüdür.

1.4.1.2. Acele Turşu: "3 patlıcan, 300 gr. Sivri biber, 3 diş sarımsak, kuru nane, nar ekşisi, tuz. Patlıcanlar ince yarım ay şeklinde doğranarak bir süre tuzlu suda bekletilir. Daha sonra suyu sıkılıp doğranan biberlerle birlikte kaynar suya atılır ve yumuşayıncaya kadar kaynatılır. Soğuduktan sonra içerisine dövülmüş sarımsak, nar ekşisi ve nane katılır." (Şimşek 2002: 475)

1.4.1.3. Taze Turşu (Gelin Turşusu): Taze fasulye, taze börülce, biber ayrı ayrı haşlanır. Yumuşayınca suyu süzülür. Bir kapta nar ekşisi veya limon suyu, tuz, sarımsak iyice çırpılarak beyazlatılır, sebzelerin üzerine dökülür, 2-3 saat bekletilir, daha sonra tüketilir. Sebzeler ayrı ayrı kullanılacağı gibi karışık da kullanılabilir.

Yeşil ve kırmızı biberler közlenip kabukları soyularak aynı sosla yapılan turşuya da gelin turşusu denmektedir.

Taze turşu, Ege Bölgesi'nde, özellikle Aydın yöresinde, başta yaz düğünleri, yaz davetleri ve ölümlerde verilen yemeklerde yer alan bir turşu çeşididir. (Ergun, 2010, Kuyucak-Aydın)

1.4.1.4. Yağlı Turşu: 3 kg biber, 3 kg domates, 2 baş sarımsak, yarım litre sirke, 3 fincan tuz, bir su bardağı zeytinyağı, bir çay bardağı nohut, bir demet maydanoz, bir tatlı kaşığı şekerle hazırlanır.

Biberler ayıklanıp yıkanır, 5 litrelik kavanoza yerleştirilir, arasına soyulmuş sarımsak ve nohut serpilir. Sulu kırmızı domates rendelenir, içine sirke, tuz, şeker ve yağ ilave edilip karıştırılır ve bu karışım biberlerin üzerine dökülür. Uzun bir bıçak yardımıyla havası çıkarılır. Üzerine yıkanmış maydanozlar konulup, ağırlık bastırılarak ağzı kapatılır. Serin ve karanlık ortamda saklanır.

1.4.1.5. Yağlı Turşu: Yarım litre sirke, yarım kg zeytinyağı tencereye konularak kaynatılır. Yıkanmış ayıklanmış biber, kaynayan sıvıda erimeden pişirilir, sararınca tepsiye alınır. Soğuduktan sonra aralarına sarımsak ve maydanoz serpilerek kat kat kavanoza yerleştirilir. Kalan kaynatma suyunun üzerine 1-2 bardak sirke, iki kaşık tuz ilave edilerek kavanoza doldurulur. Hiç su kullanılmaz. İki üç gün içinde yenmeye başlanır. Genellikle göçmenler yaparlar. (Karakoç, 2010, Narlıdere-Balıkesir).

1.4.1.6. Közlenmiş Kırmızı Biber Turşusu: Kırmızı biberler közlenir, kabuğu ve çekirdekleri temizlenerek kavanozlara yerleştirilir. Aralarına sarımsak, maydanoz konulur, kg başına yarım litre sirke, iki çorba kaşığı turşuluk tuz, biberlerin üzerine dökülür. Kavanoz kapağı hava almayacak şekilde kapatılır, serin bir yerde saklanır. Doğranıp üzerine zeytinyağı dökülerek veya yoğurtlanarak, garnitür veya salata olarak tüketilir.

1.4.1.7. Salatalık Turşusu:1 kg kornişon salatalık, % 5'lik tuzlu su (bir litre suya 2,5-3 çorba kaşığı tuz), 1 çorba kaşığı toz şeker, bir baş soyulmuş sarımsak, 1 su bardağı sirke, yarım demet maydanozla hazırlanır. Malzemeler yıkanıp kavanoza doldurulur. Tuz, sirke ve su karıştırılıp tuz iyice çözününce kavanoza boşaltılır. Üzerine maydanoz konup kapağı sıkıca kapatılır. Serin yerde saklanır.

1.4.1.8. Karışık Turşu: Arzuya göre seçilen sebzeler ve çağlalar, karışık yerleştirilerek genel turşu yapım tarifine uygun olarak yapılır.

1.4.1.9. Salata Turşu: Biber, lahana, yeşil domates, havuç, maydanoz, salatalık, acur, fasulye, sarımsak eşit miktarlarda alınır (arzuya göre sebze çeşitliliği değiştirilebilir). Malzemeler yıkanıp küçük küçük doğranır, steril kavanoza yerleştirilir. Üzerine şeker, yıkanmış nohut, yıkanmış maydanoz konulur ve hazırlanan turşu çözeltisi içine doldurulduktan sonra kapağı kapatılır.

1.4.1.10. Mayalı Lahana Turşusu: Lahana yıkanır, turşu olarak tüketilecekse büyük büyük doğranır, yemeği yapılacaksa ince ince kıyılır. Kavanozun dibine tülbent parçasına çıkılanmış ekşi hamur konur. Lahanalar yerleştirilir, üzerini örtecek kadar tuzlu su ilave edilir. Üzerine ağırlık bastırılır ve kapağı kapatılarak serin yerde saklanır. Kışın yemeği yapılır. Bu turşu çoğu yörede unutulmuştur, Ahlat'ta hâlâ yapılmaktadır. Eski Türk yemeklerindendir (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis).

1.4.1.11. Sarımsak Turşusu: Sarımsak taze iken kafa çevirmeye başlayıp içindeki çiyeler oluşmaya başlayınca alınır, sapları kesilir, yıkanır, kavanoza yerleştirilir. Üzerine hazırlanan turşu çözeltisi (yukarıda verilen (b) maddesindeki çözelti) dökülür. Ağzı kapatılıp serin yerde saklanır. Arzu edilirse lezzet vericiler ilave edilir.

1.4.1.12. Soğan Turşusu: Arpacık soğanlar soyulur. Sarımsak turşusu gibi kurulur.

1.4.1.13. Dolma Biber Turşusu: Malzemeler salata turşusunda olduğu gibi hazırlanır. Hazırlanan dolmalık biberlerin içleri doldurulur, kavanoza yerleştirilip üzerine ağırlık konur. Hazırlanan turşu çözeltisi içine dökülüp serin yerde kışlık olarak saklanır.

1.4.1.14. Bakla Turşusu: Bakla haşlanır. Pişince indirmeden önce içine, taze sarımsak yapraklarıyla birlikte doğranır veya ezilmiş sarımsak, limon tuzu, acı biber konur, altı kapatılır. Soğuyunca kavanoza konulup bir iki hafta içinde yenir, fazla dayanmaz. (Durmaz, 2010, Karakol Köyü Balıkesir)

1.4.1.15. Turp şalgamı turşusu: Pancar turşusu gibi yapılır.

1.4.1.16. Patlıcan Turşusu: Küçük boy körpe patlıcanlar alınarak karnıyarık gibi soyulup ortası yarılır. Patlıcanlar tuzlu kaynar suya atılır, bir iki saat süzülmeye bırakılır, böylece acısı gider. Diş diş ayıklanan sarımsaklar, ufak ufak doğranmış olan kırmızı biber, havuç, ince kıyılmış maydanoz ve lahanalar tuzla ovularak patlıcanların yarılmış olan iç kısımlarına doldurulur. Patlıcanlar, kereviz yapraklarının sap kısımları ile sarılır, sonra kavanozlara doldurulup içine bir miktar tuz koyulur. Üzerine çıkacak kadar sirke ilave edilerek bir ağırlıkla bastırılır ve ağzı sıkıca kapatılır.

1.4.1.17. Ebemin Turşusu: 1 orta boy balkabağı, yarım kg kuru tatlı biber, 2 litre ev yapımı üzüm, armut, ahlât veya elma sirkesi, 2 fincan turşuluk tuzla hazırlanır. Kabak dilimlenip soyulur, iri iri doğranır, az suyla kısık ateşte hafif yumuşayıncaya kadar hafif pişirilir. Ayrı bir yerde biberler yıkanıp haşlanır, suyu süzülür. Biber ve kabaklar karışık olarak derin kenarlı genişçe bir siniye yayılır. Biraz soğuduktan sonra üzerine

sirke-tuz karışımı dökülür. Üzeri kapatılarak bir gün bekletilir. Taze olarak tüketilir. Uzun ömürlü değildir. İç Ege'de kışın yapılan bir turşudur. Manisa ve çevresinde köylerde hâlâ yapılmaktadır. Manisa'nın Kula ilçesine bağlı Emre Köyü'nde kurban bayramlarında yapılarak et yemeklerinin yanında yenir. Yörede, büyükanneye "ebe" denildiğinden turşunun adı budur (Kocayiğit, 2010, Emre Köyü-Kula-Manisa).

1.4.1.18. Pişirme Turşu: 2 kg sebze, 1 litre su, 1 litre üzüm sirkesi, 5 yemek kaşığı tuzla hazırlanır. Sirke, tuz ve su kaynatılır, içine yıkanmış sebzeler atılır, biraz pişirilir. Pişen sebzeler kavanoza konulur. Kaynatma suyu soğuduktan sonra kavanoza boşaltılır. Ağzı kapatılarak serin yerde saklanır veya buzdolabında taze olarak iki hafta içinde tüketilir. Diğer turşulara göre daha sağlıklıdır. Hazırlama esnasında haşlandığından dolayı sebzelerin enzim faaliyetleri durdurulur, kararma önlenir, ayrıca olgunlaşma süresi kısalacağından sağlıklı bir turşudur. Ege ve Marmara bölgesinde yaygın olarak yapılır. Biber, patlıcan, fasulye, bakla, sıyırma (taze börülce), pancar, havuç, lahana gibi sebzelerle yapılır.

1.4.1.19. Bostan Turşusu: Küçük taze karpuzlar, kelekler iyice yıkanır, üzerleri bıçakla delinerek küplere veya kavanozlara konulur, üzerine sirke, tuz, şeker, su ilave edilir. Küpün ağzına asma yaprağı konulup üzerine ağırlık bastırılır.

İçleri değişik sebzelerle doldurularak da yapılır. Kış mevsiminde özellikle tarhana çorbasının yanında yenir. Bostan bozumunda kavun, karpuz tarlalarında, kökenlerde kalan son meyveler, böylece değerlendirilmiş olur.

1.4.1.20. Kırmızı Pancar Turşusu: Kırmızı pancarlar yıkanır, suda haşlanır, kabukları soyularak ince ince dilimlenir. Ya da, yıkanarak kabukları soyulur, ince ince dilimlenir. Kaynar suda haşlanır, küplere veya kavanozlara koyulur. Üzerine yarı yarıya su, sirke, tuz (1 litreye 3 kaşık), bir tatlı kaşığı şeker, arzuya göre sarımsak konulup olgunlaşmaya bırakılır.

1.4.1.21. Mahlut Turşusu: Küçük kelek, karpuz, sakız kabağı, hıyar, acur karışımı ile yapılır. (Yaman 1990:167). Bostan turşusu gibi kurulur.

1.4.2. OTLARDAN YAPILAN TURŞULAR

1.4.2.1. Kebere (Kapari) Turşusu*:* "Kebere, gıda ve ilaç sanayinde kullanılan bir bitkidir. Türk mutfağında mevcudiyeti en azından 14. yüzyılın ilk yarısına kadar iner. İçine sirkenin dışında koku vermek üzere sac otu (adamotu, mandragora atumnalis) katılıyordu." (Bilgin 2008: 65)

Kapari protein, mineral değeri oldukça yüksek bir bitki olmasının yanında kalori değeri düşüktür. Turşusu şöyle yapılır: Kapari tomurcukları çiçek açmadan, en küçük zamanında toplanır, yıkanarak kavanoza doldurulur. Yarım litre su, yarım litre sirke, üç kaşık tuz karışımıyla hazırlanan çözelti, kaparilerin üzerini kaplayacak şekilde koyulur. Kavanozun ağzı kapatılıp serin yerde saklanır. Taze dalları da turşu yapımında kullanılır. Turşu olarak, garnitür, yemek ve salatalarda kullanılır.

1.4.2.2. Kenger Turşusu: Kengerin dikenli olan gövde kısmı soyulur, kesilir, yıkanır; 3–4 cm uzunluğunda doğranıp kavanoza yerleştirilir. Üzerine bir avuç nohut ve hazırlanmış tuzlu su çözeltisi konulur. Yıkanmış mende otu yaprağı veya yemlik yaprağı konularak ağırlık bastırılır, kapağı sıkıca kapatılır. Kışın turşu olarak tüketildiği gibi kavrularak üzerine yumurta da kırılır. Kavrularak bulgurlu pilavı dahi yapılır (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis).

1.4.2.3. Jağ Otu (Pazı Sapı –Labada Ve Pazı Kökü) Turşusu: Ahlat yöresinde Jağ otunun (yabani ot) yaprakları ve kökü kesilir. Gövdesi yıkanıp uzun uzun doğranır. Kenger turşusu gibi kurulur. Kışın turşusu, didilerek kavrulup üzerine yumurta kırılarak yemek olarak tüketilir (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis).

1.4.2.4. Yemlik Sapı, Mende Sapı Turşusu: Yemlik ve mende, Bitlis'in Ahlat ilçesi ve köylerinde yaygın olarak tüketilen ot türlerindendir. Tazesi çiğ olarak tuzlanıp yenilir. Ayrıca yumurtalı kavurması yapılır. Yeni nesle otların ismi aktarılmadığı için gençler bu otların tamamına pancar der. Yabani türlerinin sapları uzun olduğu için turşu yapımında kullanılır. Sapları bodur olanların yaprakları ise aroma (lezzet verici) ve perlenmeyi/pasaflanmayı önleyici olarak turşuların üzerine konur.

Yemlik ve mende sapları kesilir. 2–3 cm uzunluğunda doğranır, kavanoza yerleştirilir, üzerine nohut konur.

Tuzlu su ilave ederek salamura edilir. Baharda yapılan yabani ot turşuları çok dayanıklı olmaz. Hemen yenir. Uzun süre saklanacak ise küp içinde toprağa gömülür, kışın çıkarılarak turşu olarak tüketilir (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis).

1.4.2.5. Pezik Turşusu (Kayseri): Pancarların sapı kesilir. Bunlar suda haşlanır. Ağzı iyice kapanan cam kavanozlara veya içi sırlı küplere koyulur. Üzerine su, sirke, tuz konup olgunlaşmaya bırakılır (Birer–Tulgar, 1990:13).

1.4.2.6.Kazayağı Turşusu (KKTC): Kazayağı otu toplanır ve dikenleri ayıklanır, sonra üç gün suda bekletilir. Üçüncü gün kavanozun içine koyulur. Üzerine sirkesi dökülür ve kavanozun kapağı kapatılır. Bir hafta sonra turşu hazır olur. (Köksal)

1.4.2.7.Girdama Turşusu

Girdamalar toplanır ve küçük parçalar halinde ayrılır ve bu parçalar iyice yıkanır. Bir kap içinde güneşte nemini giderinceye kadar bekletilir. Daha sonra kavanoza alınıp üzerine üzüm sirkesi ve tuz ilave edilir. Kavanozun kapağı kapatılır. Bir hafta sonra yemeklerin yanında servis yapılır.

1.4.3. MEYVE TURŞULARI

1.4.3.1. Ekşi Armut Turşusu: Eylül ayında olgunlaşan "ekşi armut", sulanınca tatlanmadan toplanır. Yıkanır, sapları koparılmadan küplere konur. Üzerine su doldurulur, her litre su için iki üç kaşık tuz ilave edilir. Küpün üzeri kayrak taşıyla kapatılır. Olgunlaşınca yenir, suyu da içilir. Manisa'nın Kula ilçesine bağlı Emre Köyü'nde, bu turşu özel olarak yapılır.

"Aydın armudu" turşusu da bilinen turşu çeşitlerindendir. Ekşi armut turşusuyla aynı şekilde yapılır.

1.4.3.2. Meyveli Karışık Turşu: Arzu edilen meyveler seçilir, hazırlanır. Genel turşu yapım kuralına göre yapılır.

1.4.3.3. Armut, Ahlat, Alıç Turşusu: Meyvelerin hepsi eşit miktarda alınır, yıkanır, bütün halde tuzlu su çözeltisi ile kurulur.

1.4.3.4. Yer Elması Turşusu: Yer elmaları iyice yıkanır, kabuklu olarak iki üç parçaya bölünür. Yarı yarıya su-sirke çözeltisi kullanılarak kurulur. En hoş yer elması turşusu Kayseri'de yapılır.

1.4.3.5. Acur, Ham Karpuz ve Kelek Turşusu: Özellikle bostanın bol yetiştiği bölgelerde bostan bozumu zamanında yapılan turşu türüdür. Salatalık turşusu gibi yapılır.

1.4.3.6. Papaz Eriği, Ham Şeftali, Kayısı Çağlası, Badem Çağlası Turşusu: Meyveler ham halde toplanıp yıkanır, kavanoza yerleştirilir. Üzerine % 20 sirke, nohut, şeker ilave edilir, maydanoz konur, bir ağırlıkla bastırılır. % 5'lik tuzlu suyla üzeri örtülecek derecede doldurulur. Meyveler ayrı ayrı veya karışık olarak kullanılır. Meyve karışımı isteğe göre ayarlanır. Gaziantep'te can erik turşusu fazlaca yapılır.

1.4.3.7. Üzüm Turşusu: "1 kg beyaz üzüm, 1 litre ev yapımı üzüm sirkesi, 1 baş sarımsak, 20 gr kaya tuzu, 1adet limon suyu, soyulmuş sarımsak, limon suyu ve tuzu birlikte karıştırılır. 2 litrelik cam kavanozun içine üzümleri dağıtmadan salkım şeklinde yerleştirilir. Üzerine hazırlanan sirkeli karışım dökülür. Ağzını kapatıp 15 gün karanlık bir ortamda turşu bekletilir. Bu sürenin sonunda turşu yemeye hazır olacaktır." (Kut 2008:373)

1.4.2.8. Gilâburu Turşusu (Kayseri): Gilâburu nohut büyüklüğünde top top meyvesi, antioksidan özelliği yüksek şifalı bir bitkidir. Turşusunu yapmak için gilâburular olgunlaşınca dalından toplanır, iyice yıkanarak içi sırlı küplere koyulur. Küpe bir kg kadar buğday atılır. Üzerine su koyulup kışa saklanır veya meyveler kavanoza yerleştirilir, üzerini örtecek kadar su ilave edilerek salamura edilir. Turşusu tane tane yenildiği gibi tanelerin suyu sıkılarak meyve suyu olarak da içilir.

1.4.4. Diğer Turşular

1.4.4.1. Ahtapot Turşusu (KKTC)

Ahtapot kırk kez yere vurulur, böylece ahtapotun sinirleri yok edilir. Bundan sonra ahtapot yarım saat

yerde ovulur ve iyice yıkanır. Bir tencereye su koyulur, ahtapot eklenir ve yaklaşık bir saat haşlanır. Sonra ahtapotun derileri soyulur, eti parça parça kesilir ve bir kavanoza yerleştirilir. Kavanozun içerisine sirke ilave edilir. 7-8 gün sonra hazır olur. (Köksal)

1.4.4.2. Bıldırcın Yumurtası Turşusu (KKTC)

Bıldırcın yumurtaları bir tencerede iyice kaynatılır, sonra yumurtaların kabukları soyulur. Kavanoza yerleştirilir ve üzerine sirke dökülür. 7-8 gün sonra hazır olur. (Köksal)

1.4.4.3.Savro Turşusu (Balık Turşusu)(KKTC)

Barbun balıklarının iç organları, pulları temizlenir ve iyice yıkanır. Tavaya yağ koyulur ve unlanmış balıklar kızartılır. Kızartılan balıklar kavanoza düzgün bir şekilde yerleştirilir. Balıkların kızartıldığı yağ soğuduktan sonra içerisine bir kaşık (yemek kaşığı) un ve sirke eklenip iyice karıştırılır. Bu karışım balıkların bulunduğu kavanoza dökülür. 1-2 gün içerisinde hazır olur.(Köksal)

Bütün bunların dışında başka turşu çeşitleri de vardır,
ancak bir kısmı artık yapılmamaktadır. Örneğin "gül ve nane turşusu maalesef günümüzde unutulmuştur." (Yaman 1990:167)

2. GIDALARI ŞEKERLE SAKLAMA

Ülkemizin her bölgesinde gıdaları şekerle saklama işlemi, çeşitleri şekillerde yaygın olarak yapılmaktadır. Ülkemizde yetişen sebze, meyve ve bitkileri değerlendirmek, aile ekonomisine katkıda bulunmak, yetişmediği zamanlarda bunlardan yapılan ürünleri hazır bulundurmak, ayrıca sofralarımıza zenginlik katmak amacıyla reçel, marmelat, jöle, şekerleme ve şurup yapılarak saklanmakta ve ihtiyaç olduğunda kullanılmaktadır.

2.1. REÇELLER

Reçel, meyvelerin, meyve kabuklarının, sebzelerin, tomurcuk ve çiçeklerin şekerle pişirilmesi sonucu elde edilen bir üründür.

Reçeller Türk mutfak kültüründe önemli bir yere sahiptir. Reçel yapımında kullanılan meyve ve sebzelerin yurdumuzda bol miktarda yetişmesi, saklamasının kolay ve her zaman tüketime hazır olması sebebiyle reçeller mutfağımızın vazgeçilmezidir.

"Osmanlı sarayında" Helvahane içinde yer alan bölümde neredeyse bütün meyvelerin reçelleri üretilmekteydi. Bu meyanda elma, armut, ayva, ,kiraz, vişne, gül, turunç, kızılcık, muşmula, şeftali ve çağla badem gibi aşina olduklarımızın yanında kavun, karpuz, ceviz, hünnap, limon, kabak, patlıcan, mürekkep (turunçgillerden bir meyve türü), ağaç kavunu ve limon-ı frengi (turunçgillerden niteliğini tam tespit edemediğimiz bir meyve türü) gibi günümüzde pek alışık olmadığımız reçelleri sayabiliriz. (Bilgin 2002:88)

2.1.1. Reçel Yapımında Kullanılan Maddeler

a) Meyveler: Elma, ayva, armut, şeftali, portakal, kayısı, erik**,** vişne, kiraz, kızılcık, hünnap gibi çekirdekli meyvelerle taze yemiş, çilek, böğürtlen, ahududu, yaban mersini, incir gibi üzümsü meyveler ve kuru kayısı, mürdüm eriği gibi kuru meyveler bu amaçla kullanılır.

b) Sebzeler: Bu amaçla kullanılan sebzeler, patlıcan, limon, havuç, domates, bal kabağı vb. dir.

c) Çiçek: Bilinen ve sevilerek tüketilen en yaygın çiçek reçellerine kapari, gül, yasemin, menekşe, akasya, fulya çiçeğini örnek verebiliriz.

d) Kabuk: Turunç, karpuz, portakal, bergamot, taze zencefil, yeşil limon gibi meyvelerin kabukları reçel yapımında kullanılır.

Reçel yapımında ayrıca şeker, glikoz şurubu, limon suyu veya limon tuzu da kullanılır.

2.1.2. Reçelleri Hazırlama Yöntemleri

Farklı yiyecek grupları için farklı yapım teknikleri kullanılmaktadır. Geçmişte ve günümüzde geleneksel reçeller genellikle beş yöntemle yapılır:

a) Birinci Yöntem: Önce şekerli şurup hazırlanır. Şeker şurubunun hazırlanmasında yarım litre (2,5 su bardağı) su içine bir kilo şeker (dört su bardağı) katılır. Meyveler yıkanıp hazırlandıktan sonra şuruba atılır; 10-15 dakika pişirilir. Sonra meyveler çıkarılır, geriye kalan şurup koyulaştırılır.

Şurubun koyulaştığı, soğuk suya damlatınca dağılmamasından anlaşılır. Sonra meyveler yine şurubun içine atılır, limon tuzu veya limon suyu katılarak bir taşım kaynatılır ve ocaktan indirilir. **Taze çekirdeksiz üzüm, çilek, mora (yol kenarlarında yetişen dikenli bir yabani bitkinin çileğe benzer bir meyvesidir), davulgu (dağ çileği), böğürtlen, karadut, incir, kuru incir, kayısı, portakal, pancar, çiçek reçelleri ile haşlanmış kuru meyve** reçelleri bu usulle yapılır.

b) İkinci Yöntem: Meyve ve sebzeler yıkanıp ayıklanır, dilimlenmesi gerekenler dilimlendikten sonra cam veya porselen bir kaba konulup üzerine toz halinde şeker serpilir, bir gece bekletilir. Tatlı meyveler için 1 kg meyveye 750 gr şeker (3 su bardağı), ekşi meyveler için 1 kg meyveye, 1 kg şeker (4 su bardağı) kullanılması uygundur. Ertesi gün su koymadan meyvenin kendi suyu ile reçel kaynatılır. **Vişne, beyaz kiraz, kayısı, şeftali, erik, yaban mersini (güvem), elma, armut, portakal, turunç vb.** meyve reçelleri bu usulle yapılır.

c) Üçüncü Yöntem: Kapari, taze olgunlaşmamış küçük cevizler ve hünnap türü meyveler, kaynatıldıktan sonra suyu süzülerek kullanılır. İsteğe bağlı olarak ceviz ve hünnap gibi meyvelerin kabukları soyulur. Haşlanan meyvelerin üzerine, yarım litre (2,5 su bardağı) su içine bir kilo şeker (dört su bardağı) ile hazırlanmış koyulaştırılmış şeker şurubu dökülerek bir miktar daha kaynatılır. Limon suyu ilave edildikten sonra bir-iki dakika kaynatılıp soğumaya bırakılır. **Ayva, sert armut, kuru kayısı, ceviz, hünnap, kapari, yeşil erik, çağla bademi** reçelleri bu usulde yapılır.

d) Dördüncü Yöntem: Meyve ve sebzeler yıkanıp ayıklanır, bütün veya dilimlendikten sonra, hazırlanan kireç suyunda bir süre bekletilir. Genellikle **bal kabağı, domates, patlıcan, ham incir, ayva, ham kavun** reçellerinde bu yöntem uygulanır.

Kireç suyu ise şöyle elde edilir: Yumurta büyüklüğündeki sönmemiş kireç, emaye bir kaba konur ve üzerine iki litre su konarak dört beş saat bekletilir. Kireç dibe çöküp su durulunca, kap sallanmadan, üzerinde oluşan berrak su süzülerek alınır. Bu süzüntü reçel yapımında kullanılan meyve ve sebzelerin sertleşmesi için bekletilmesinde kullanılır

Örneğin kabak reçelinin hazırlanışı şöyledir: 1 kg tatlı kabak (bal kabağı), altı bardak şeker (1,5 kg), iki su bardağı su (400 ml), dört su bardağı kireçli su, bir fındık büyüklüğünde limon tuzu veya yarım limonun suyu hazır edilir. Önce kabağın kabuğu soyulur, çekirdekleri çıkartılır, ortası temizlenir, bol su ile yıkanır, küçük küp şeklinde kesilir. Böylece hazırlanan kabak, kireç suyunda 2- 3 saat bekletilir, sonra çıkarılıp birkaç defa yıkanarak süzülür. Ardından şeker ve su kaynatılıp şurup yapılır ve kabaklar bu şurup içine atılır. Bir miktar kaynatılır, kıvama gelince içine limon suyu dökülür ve bir taşım daha kaynatılır, sonra da sıcak olarak kavanozlara boşaltılır. Böylece hazırlanan reçel, soğuduktan sonra kavanozların kapağı kapatılarak saklanır.

e) Beşinci Yöntem: Günümüzde fazla uygulanmayan bir yöntemdir. Her bölgede bilinmez. Konya, Balıkesir, Antep, Manisa, Akdeniz'de çok az da olsa bu usulle reçel yapılmaktadır. Malatya ve Elazığ'da dut şırasıyla erik ve kayısı reçelleri bu teknikle yapılır. Unutulmak üzere olan bir tekniktir. Örneğin üzüm, dut, kavun, karpuz, pancar gibi meyvelerin pekmezi yapılırken, tam koyulaşmadan, şıralarından bir miktar alınır soğutulup süzülür. Pekmez oluşumu olmadan alınan bu şıranın içine, önceden kireç suyunda bekletilmiş ve yı-

kanmış kabak, patlıcan, incir, kızılcık, domates gibi meyve ve sebzeler atılır, sonra da koyulaşıncaya kadar kaynatılarak reçel elde edilmiş olur. Yaklaşık 1 kg meyve için 8 su bardağı (2 litre) şıra kullanılır. Vitamin ve mineral değeri yüksek besleyici bir reçel çeşididir.

2.1.3. Reçel Yaparken Dikkat Edilecek Noktalar

Reçel için pektin oranı yüksek, olgunlaşmış fakat yumuşamamış sert meyveler tercih edilmelidir. Reçellerin içinde meyveler ezilmeden kalmalıdır. Ayva gibi çok sert meyveler muhakkak haşlanmalıdır.

Reçel şurubu hazırlanırken veya pişirilirken kaynama sırasında oluşan köpükler alınarak dışarı atılmalıdır.

Reçeller temiz, steril cam kavanozlarda saklanmalıdır. Kavanoz ve kapakları suda kaynatılarak sterilize edilmeli, mutlaka kuru olmalıdır.

Reçel soğumadan kavanozun kapağı kapatılmamalıdır.

Reçel kavanozlardan alınırken ıslak kaşık kullanılmamalıdır. Nem oranı yükseleceği için mikroorganizma faaliyetleri hızlanır, reçel bozulur.

Reçelin kıvamını anlamak için şurup kontrolü şu şekilde yapılır:

a) Şuruptan bir damla alınarak soğuk bir cam veya porselen tabak üzerine damlatılır. Damla yayılmadan kalıyorsa şurup yeterince koyulaşmış demektir.

b) Tırnak üzerine, genellikle başparmağın tırnağı üzerine, reçelin suyundan bir damla damlatılır. Damla dağılmadan kalırsa reçeli kaynatma işlemine son verilir.

c) Bir bardak soğuk su içine bir damla reçel suyu akıtılır. Bu su hafifçe toplanarak akıyorsa şurup kıvama gelmiştir.

2.1.4. Bazı Reçel Tarifleri

2.1.4.1. Gül Reçeli (Gelincik): 150 veya 250 gr kokulu gül yaprağı, 4 su bardağı toz şeker, 2 su bardağı su, yarım limonun suyu hazırlanır. Şeker ve su, bir tencereye konulup koyu kıvamlı bir şerbet olana kadar kaynatılarak şurup elde edilir. Diğer taraftan, gül yaprakları ayıklanarak yıkanır ve kurulanır. Limon tuzu eritilip gül yapraklarının üstüne dökülür. Elle ovalanıp gülün renginin çıkması sağlanır. Reçel kıvamına gelmiş olan şurup üzerine gül yaprakları ilave edilir, sonra bir taşım kaynatılır, gül yaprakları yumuşayınca ocak kapatılır. Böylece yapılan reçel, sıcakken kavanozlara koyulur, soğuyunca da kavanozların ağzı kapatılır.

2.1.4.2. Yasemin Reçeli (Fulya Çiçeği, Erguvan Çiçeği, Menekşe): 500 gr yaseminlerin çiçekleri temizlenir, yıkanıp süzgeçte suyu süzdürülür. 1 kg şeker ve 3 su bardağı su, koyu kıvamda kaynatılıp içine bir iki damla limon suyu damlatılır. Bu arada süzülen yaseminler, iki kaşık limon suyu ile solana kadar ovulur ve kaynamakta olan şerbete atılır, ara ara karıştırılarak on beş dakika kaynatılır. Sıcakken kavanozlara doldurulur. Soğuyunca kapağı kapatılıp serin yerde saklanır.

2.1.4.3. Akasya Çiçeği Reçeli: 500 gr akasya çiçeği bir gün serilerek soldurulur; ayıklanıp yıkanır ve iyice suyu süzülüp limon suyu ile ovulur. 1 kg şeker ile 1 lt su, kaynatılarak kıvamlı şurup elde edilir. Şurubun içine akasya çiçekleri atılır, ara ara karıştırılarak on dakika kaynatılır. Sıcakken kavanozlara doldurulur, soğuyunca kapağı kapatılır.(Özbayram, 2010, Balıkesir).

2.1.4.4. Münver Reçeli (Balıkesir): Münver -Patlangıç da denir- hanımeligiller ailesinden şifalı bir bitkidir. Bahar mevsiminde açan bitki çiçekleri 500 gr kadar toplanır, ayıklanıp yıkanır, süzgece alınarak suyu iyice süzdürülür. Çiçeklerin üzerine üç dört damla limon suyu dökülerek bununla ovulur. 1 kg şeker ile 3 su bardağı su, kaynatılarak kıvamlı şurup elde edilir. Şurubun içine soldurulan çiçekleri atılır, ara ara karıştırılarak on dakika kadar kaynatılır. Bal kokulu hoş bir reçeldir.(Özbayram, 2010, Balıkesir).

2.1.4.4. Karpuz Reçeli: 1 kg doğranmış karpuz kabuğu, altı bardak (1,5 kg) şeker, iki bardak su, dört bardak kireç suyu, yarım limonun suyu hazır edilir. Karpuz kesilir, içinin kırmızı kısmı çıkarılıp dışının yeşil kısmı alındıktan sonra kalan beyaz kısım küçük küçük doğranır. Kireç suyunda 2–3 saat bekletilir. Kireç suyundan çıkarılıp birkaç defa yıkanır ve süzülür. Şeker ve su kaynatılır, koyulaşınca karpuz kabukları içine

atılır, kıvama gelince içine limon suyu dökülüp bir taşım kaynadıktan sonra reçel hazırdır.

2.1.4.5. Ceviz Reçeli: "80 adet kadar erik büyüklüğünde olmamış yeşil ceviz, 4 bardak toz şeker, bir fındık büyüklüğünde limon tuzu. Yeşil erik büyüklüğündeki cevizlerin incecik zar gibi kabukları bir bıçak ile soyulur, suya atılır, yıkanır. Bol su içerisinde yumuşayıncaya kadar haşlanır. İki gün sabah akşam suları değiştirilmek suretiyle suda bırakılır. Sonra sudan çıkarılır, süzülür. Ayrı bir tencereye 4 bardak (1 kilo) şeker üzerine su basıncaya kadar ortalama bir su bardağı su konur, kaynatılır. Limon tuzu atılır, şekerin üzerine gelen köpük alınır. Kaynayan şurup içerisine haşlanmış cevizler atılır. Hep birlikte kaynatılmaya devam edilir. Şurup kıvama gelince ateşten alınır. Kavanozlara doldurulur." (Cerrahoğlu 2005:397)

2.1.4.6. İncir Reçeli: 1 kg olgunlaşmamış yabani incir, 2 kg şeker, yarım limonun suyu, 3 bardak kireç suyu hazırlanır. İncirlerin kabukları incecik soyulur, yıkanır ve bol suda bir saate yakın haşlanır. Haşlanan incirler bol su içine konur, bir gün boyunca sık sık suyu değiştirilir. 2–3 saat kireç suyunda bekletilir, yıkanıp suyu süzülür. 2 kg şeker, 3 bardak su ile kıvamlı şurup hazırlanır, içine incirler dökülür, sonra biraz kaynatılır, üzerine limon suyu ilave edilip karıştırılarak kıvama gelinceye kadar kaynatılır. Arzu edilirse içine 3–4 tane karanfil atılıp kavanoza boşaltılır, soğuduktan sonra kapağı kapatılarak saklanır.

2.1.4.7. Zeytin Reçeli: "Tarihte ve dünyada ilk kez Balıkesir Havran'da Nadir Çobanöz tarafından üretilmiştir. Bölgede ilk olarak Havran'da yapılan zeytin reçeli, günümüzde Akhisar ve İzmir'de de yapılmaktadır.

10 kg yeşil olgun domat zeytini, 12 kg şeker, 6–7 litre su, 1 çay kaşığı limon tuzu. Önce zeytinin acısı alınır. Bunun için zeytin % 2 oranında kostikli suda, sıcak havada 8 saat, soğuk havada 12–15 saat bekletilir. İlk gün sık sık, sonraki günlerde her gün sabah akşam suyu değiştirilerek 5–6 gün bekletilir. Sonra % 2 limon tuzu, % 8 tuz ve geri kalanı su oranındaki salamurada 1 hafta 10 gün bekler. Çekirdeği alınır; içme suyundan 1 hafta sabah akşam suyu değiştirilerek tuzu alınır. Kaynatılır; bekletilir; reçel yapımına hazır haline gelir. Tencereye şeker, su, zeytin koyulur kaynatılır. Reçel kıvamına gelince limon tuzu atılır, ateşten alınır. (Halıcı 1993:123)

2.1.4.8. Portakal Kabuğu Reçeli (Turunç Reçeli) : 4 adet portakal alınır, yıkanır. Kabukları bir parmak kalınlığında soyulur. İçlerindeki beyaz kısım bir bıçakla alınır. Kabuk şeritler içe doğru sarılır, iğneyle pamuklu ipe dizilir. Üzerine su doldurulur, bir kaç saat arayla suyu değiştirilerek bir gün suda bekletilir, böylece acısı giderilir. Bol suda yumuşayıncaya kadar haşlanır. Süzülerek sudan alınır. 750 gr şeker ve 3 su bardağı su karıştırılarak kaynatılır. Biraz kaynayınca kabuklar içine atılır. Kısık ateşte reçel kıvamını buluncaya kadar kaynatılır. Bir iki damla limon suyu damlatılıp bir taşım kaynatılarak ocaktan alınır. Bir bıçakla ipi kesilip kabuklar sıyrılarak iplikten çıkarılır. Ilıyınca kavanozlara alınıp serin bir yerde saklanır**.**

2.1.4.9. Amber Reçeli: Eşit miktarda greyfurt, portakal, limon, yıkanıp dörde bölünerek çekirdekleri ayıklanır, greyfurdun kabukları soyulur, diğerleri kabuklu olarak eşit ölçülerde dilimlenir. Meyvelerin miktarı bir kâse ile ölçülür, aynı miktarda şeker kullanılarak derin bir cam kap içerisine meyve ve şeker kat kat döşenir, suyunu salması için bir gece bekletilir, kendi suyunda reçel kıvamına gelinceye kadar kaynatılır.

2.1.4.10. Alıç Macunu(KKTC): Alıçların sapları kesilerek iyice yıkanır. Tencereye bol su koyulup alıçlar iyice kaynatılır ve ateşten indirilir. Biraz bekledikten sonra alıçlar sıkılarak başka bir kaba aktarılır. Suyu bir tülbent ile süzülür. Bir bardak suya bir bardak şeker hesabıyla şeker ilave edilir. Miktarına göre iki veya üç limon sıkılır. Ateşte kaynatılarak kıvama getirilir. Bu arada üzerinde biriken köpükleri de alınır. Bir miktar şerbet kaşıkla alınır ve tekrar tencereye dökülür, su gibi akmaz ise piştiğine kanaat getirilerek ateşten indirilir. Sıcakken cam kavanozlara dökülür. Soğuyunca kapakları kapatılır.(Köksal)

2.1.4.11.Turunç Çiçeği Macunu(KKTC): Turunç çiçeği toplanır, taç yaprakları ayrılır, kaynar suyun içerisine atılır ve beş dakika kaynatılır. Sonra soğuk suya çıkarılır. Tekrar su kaynatılır ve soğuk sudaki yapraklar sıcak suya aktarılır. Bu olay üç defa tekrarlanır. Yalnız son kaynatmada suya yarım limon sıkılarak çiçeklerin kararması önlenir. Yarım kilo turunç çiçeğine bir kilo şeker hesabı ile kıvamlı bir şerbet hazırlanır. Şerbet hazırlanırken içerisine yarım limon sıkılır ve sonradan meydana gelecek şekerlenmesi önlenmiş olur. Şerbet soğumaya yakın içerisine önceden hazırladığımız çiçekler atılır. (Köksal)

2.2. MARMELATLAR (MURABBALAR)

Genellikle olgun, yumuşak ürünlerin rendelenmiş, ezilmiş veya kaynatılıp süzgeçten geçirilmiş püresinin (pulpların) şekerle pişirilmesiyle elde edilen, reçelden daha kıvamlı bir üründür. Marmelat yapımında koruk, limon, vişne, yaban mersini gibi ekşi ürünler için 1 kg ürüne 1,5–2 kg şeker; ayva, kızılcık, kuşburnu gibi pektin oranı yüksek olan meyveler için kg başına 1,250 kg şeker kullanılır.

Şeftali, erik, kayısı, vişne, çilek, elma, armut, ayva, karadut, böğürtlen, kızılcık gibi meyve püreleri, kilogram başına 1,5 kg şekerle kaynatılarak marmelat yapılır. Kaynama esnasında köpüğü alınır. Sıcak olarak kavanozlara doldurulur, soğuyunca kapağı kapatılır. Marmelatlar kahvaltıda, pastacılıkta ve sulandırılarak şerbet olarak kullanılır.

2.2.1. Marmelat Örnekleri

2.2.1.1. Buğday Çimi Marmelatı: 5 kg buğday ayıklanıp yıkanır, temiz bir çuval içine konur, iyice ıslatılır, üzeri temiz bir örtü ile örtülür. Üç gün boyunca günde iki defa, sonra iki güne bir yarım tas su, buğdayların üzerine serpilir. Buğday on-on bir gün soğuk ortamda çimlenmeye bırakılır. Çimlenen buğday ve oluşan çimin tamamı kıyıcı yardımıyla ezilir. Sonra sıkılır ve suyu süzülüp tencereye konulur. İçine iki üç kaşık un koyulup karıştırılır. Kısık ateşte pekmez kıvamına gelinceye kadar karıştırılarak pişirilir. Sıcak olarak kavanozlara konur, soğuyunca ağzı kapatılır. Serin ortamda saklanılırsa iki sene dayanır.

Besin değeri oldukça yüksek, enerji değeri sakaroza göre daha düşük bir tatlı çeşididir. Mineral ve vitamin değeri yüksek olan bu ürün az miktarda tüketilmelidir.[1]

2.2.1.2. Koruk Marmelatı: 1 litre ezilip süzülmüş koruk suyu tencereye konulur. 2 kg şeker ilave edilip karıştırılarak kaynatılır. Kıvama gelince ateşten alınıp sıcak sıcak kavanozlara doldurulur, soğuyunca ağzı sıkıca kapatılarak saklanır.

2.2.1.3. Kestane Püresi Marmelatı: 1 kg iri kestane alınır. Kestanelerin dış kabukları soyulur. Kaynar suda beş dakika bekletilir. İnce kabukları soyulup tencereye konulur. İki su bardağı su ilave edilerek iyice yumuşayıncaya kadar pişirilir. Üzerine 1 kg şeker, 1 su bardağı su eklenir, hafif ateşte karıştırılarak pişirilir.

2.2.1.4. Davulgu (Dağ Çileği) Marmelatı: 1 kg davulgu, iki bardak suyla haşlanır. İnce süzgeçten ezilerek geçirilir. Elde edilen süzüntü 1,5 kg toz şeker ile kaynatılır. İçine yarım limonun suyu sıkılarak bir taşım daha kaynatılınca marmelat hazırlanmış olur.

2.2.1.5. Kuşburnu Marmelatı: 1 kg kuşburnu, iki bardak su ile tencereye konur. Yumuşayıncaya kadar pişirilir, yumuşayan meyveler ince süzgeçten geçirilir, ayrıca iki üç defa tülbentten süzülür. Elde edilen süzüntü tencereye konularak 1,5 kg toz şeker ile kaynatılır, koyulaşmaya başlayınca üzerine yarım limonun suyu sıkılarak bir taşım daha kaynatılır.

2.2.1.6. Narenciye Marmelatı: 1 kg meyve (greyfurt, portakal, limon veya mandalina) yıkandıktan sonra dilimlenir. 1 litre su ile tencereye konur. Meyvelerin çekirdekleri çıkartılıp tülbent parçasına çıkılanır ve meyvelerin içine atılır, yarım saat kaynatılır. Kaynayan meyvelere 1,5 kg toz şeker ilave edilir, karıştırılarak koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Marmelatın kıvama gelip gelmediğini anlamak için bir damla başparmağın tırnağı üzerine damlatılır, eğer dağılmadan damlacık şeklinde kalıyorsa kıvama gelmiş demektir. Marmelât kıvama gelince çekirdek çıkını çıkarılıp atılır. Yarım limonun suyu kaynayan marmelata ilave edilir, bir iki taşım daha kaynadıktan sonra marmelat hazırdır.

Hazırlanan marmelatlar kahvaltıda, pastacılıkta ve sulandırılarak içecek olarak kullanılır

1 *Balıkesir İMKB Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi Gıda Teknolojisi Alanı tarafından proje olarak hazırlanan bu ürün, 2006–2007 Proje Tabanlı Beceri Yarışması'nda Balıkesir'de il birinciliği, Bursa'daki yarışmada ise bölge üçüncülüğü ile ödüllendirilmiştir.*

2.3. PELTE (jele)

"Meyve suyu veya meyvelerin su ile kaynatılması ile elde edilen ekstrakta şeker ilavesiyle hazırlanan pelte yapısında bir üründür. Jelede meyve parçacıkları bulunmaz, berrak bir görünüşe sahiptir." (Cemeroğlu 1986:342).

Jöle yapımında kolay jelleşmesi için pektin oranı yüksek olan ayva, elma, armut, kızılcık, erik, kuşburnu, koruk gibi meyveler tercih edilmelidir.

Peltelere halk arasında "eeşi" (ekşi) denir. Günümüzde Jele/jöle adıyla teknolojik üretimi yapılır. Ev tipi jöleler kaynatıldıktan sonra tepsiye dökülüp güneşte kurutularak pestil gibi yenebildiği gibi, su ile ezilerek içecek şeklinde de tüketilebilir.

2.3.1. Jele Tarifleri

2.3.1.1. Ayva Jelesi (teknolojik yöntem): "Aşırı olgun olmayan ayvalar bezle silinerek yüzeyindeki ince tüyler temizlenir, yıkanır ve dörde bölünüp çekirdek evleri temizlenir. Bu şekilde hazırlanmış 100 kg meyveye 35 litre su ilave edilerek buhar gömlekli kazanlarda yumuşayana kadar ısıtılır. Yumuşamış meyveler, tercihen bir paketli preste preslenip ayva ekstraktı alınır. Ekstrakt, kaba olarak filtre edilir. Böylece 100 kg meyveden yaklaşık 85 kg ekstrakt elde edilmiş olur. Aşağıdaki reçete uygulanarak ayva jelesi elde edilir. Aynı yol elmalara da uygulanabilir. Ayva ekstraktı 55 kg, şeker 66 kg, sitrik asit kristal 60 g **.**" (Cemeroğlu 1986:358).

2.3.1.2. Kuşburnu Peltesi: 1 kg kuşburnu, 1 litre suda haşlanıp suyu tülbentten süzülerek bir tencereye alınır. 1,5 kg şeker ilave edilerek koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Koyulaşmaya yakın yarım limonun suyu üzerine dökülür, bir taşım daha kaynatılıp ocaktan alınır.

2.3.1.3. Kızılcık Peltesi: 1 kg meyve ayıklanır, yıkanır, 1 litre su ile kaynatılarak sıcakken suyu süzülür. 1,5-2 kg şeker ile koyulaşıncaya kadar kaynatılır, yarım limonun suyu ilave edilerek bir taşım daha kaynatılarak sıcak olarak kavanozlara dökülür. Kızılcık Isparta'da "ergen"**,** Balıkesir'de "küren" diye bilinir. Balıkesir'de kızılcık şurubu koyulaştırılarak "küren ekşisi" adı ile yapılır.

2.3.1.4. Koruk Jölesi : "4 bardak koruk suyu, 4 bardak şeker. Koruklar irileşip, suları arttığı zaman bunlardan jöle yapmak mümkündür. Çünkü olgun üzümün şırasında donma olmaz. Böylelikle olgun üzümlerden jöle yapılmaz. En uygun zaman korukların irileşmesi ve ben düşme zamanıdır. Böyle koruklar toplanır, yıkanır saplarından koparılır taneler haline getirilir ezilir, presten geçirilir. Bu şıranın 4 bardağına 4 bardak şeker katılır, kuvvetli ateşte savrularak kaynatılır. Kıvamı geldiğinde ateşten indirilir. Kavanozlara sıcak, sıcak doldurulur. Koruk jölesi sarı, açık yeşil renkte lezzetli mayhoş bir jöle olur." (Cerrahoğlu 2005:459).

2.3.1.5. Pelte (Kastamonu): "Elma ile ayvanın karışık olarak ezilip kevgirden geçirilen suların bakır kazanlarda, uzun vadeli kaynatılmasıyla pelte halinde elde edilen bir içecektir. Bilhassa hamurlu yiyeceklerin yanında sulandırılarak içilir." (Abdülkadiroğlu 1992:528).

2.4. ŞEKERLEME

Vişne, kiraz, erik, koruk, kızılcık gibi meyvelerden yapılır. Ülkemizde kullanılan geleneksel saklama yöntemlerindendir. Ege bölgesinde yaygın kullanılan bir tekniktir.

2.4.1. Şekerleme Tarifleri

2.4.1.1. Vişne Şekerleme: Meyveler yıkanıp ayıklanır, çekirdekleri çıkarılır. 1 kg meyve için 1,5 kg toz şeker hazırlanır. Temiz cam kavanozlara bir kat şeker, bir kat meyve hava kalmadan doldurulur. Kavanozun ağzı sıkıca kapatılarak buzdolabında saklanılır, kışın komposto yapımında kullanılır. Kavanozlar açıldıktan sonra bir hafta içinde kullanılmalıdır.

2.4.1.2. Limon Şekerleme: 4 limon kabuğu rendelenir 10 limonun suyu sıkılıp kabukların üzerine ilave edilir. Üzerine, örtecek kadar şeker dökülür. Şeker iyice karıştırılır, bir kavanoza aktarılıp buzdolabına koyulur. 1 kaşık konsantre 2 su bardağı suda çözdürülerek süzülüp limonata olarak içilir. Pastacılıkta da kullanılır.

2.4.1.3. Gülbeşeker: Mevlana, helvadan başka "gülbeşeker"i de sıkça anar. Gülün, özellikle okka gülü adı verilen güzel kokulu kırmızı gülün yaprakları bal ve limonla ezilerek bu yapılırdı. Toz şekerle yoğrulup limon sıkılarak hazırlandığı da olurdu. Bu tatlı aynı zamanda gül reçeli ve gül şurubu yapılmak üzere uzun süre durabilen bir konsantre olarak kullanılırdı." (Cumbur 1982: 79).

2.5. PELVERDE

"Kahvaltıda marmelât, reçel yerine yenir. Olgun erikler (mürdüm, üryani) ezilerek bir kazana doldurulur. Eriklerin aralarına yeteri kadar pekmez toprağı serpilir. Erikler bir gece böylece bekletilir. Ertesi gün erikler, kevgirden derin bir tavaya geçirilir. Çekirdekler ve kabuklar kevgir üstünde kalır. Derin tava içerisinde ezilmiş erikler pişirilir. Koyulaşır, reçelden daha koyulaşınca ocaktan indirilir. Cam kaplar içine konulan pelverde yenileceği zaman tabağa konur. Pelverde, erikten başka elmadan, armuttan ve ayvadan da yapılmaktadır. Üzerine süt veya süt kaymağı dökülürse çok lezzetli olur." (Tan 2002: 421).

2.6. ŞURUPLAR

Şurup, pektin oranı yüksek meyvelerin, sıkılmasıyla veya kaynatılıp süzülmesiyle elde edilen meyve sularının şekerle kaynatılarak elde edilen, şerbetten daha yoğun bir üründür. Şeker yoğunluğu fazla olduğu için reçeller gibi uzun süre dayanır. Vişne, yaban mersini, çilek, davulgu (dağ çileği) turunçgiller, koruk, böğürtlen, ahududu, karadut, kızılcık, gilâburu gibi meyveler şurup yapımına elverişlidir.

2.6.1. Şurup Tarifleri

2.6.1.1. Vişne Şurubu: Vişne yıkanır, ayıklanır, iyice ezilerek suyu sıkılır, süzekten geçirilen süzüntü ölçülerek tencereye alınır. İçine bir litre meyve suyuna bir kilogram hesabıyla şeker dökülüp karıştırılarak kıvama gelinceye kadar kaynatılır. Kıvama gelince ocaktan indirilir, soğutulup ağzı kapaklı kavanozlarda saklanır. Bir su bardağı şurup beş su bardağı su ile sulandırılarak içilir. Karadut, çilek, ekşi nar, ahududunun, suları sıkıldıktan sonra, aynı teknikle şurupları yapılır.

2.6.1.2. Gül şurubu: "500 gr kokulu gül, 8 bardak şeker, 4 limon, 25 kadar gelincik yaprağı. Gül yaprakları koparılır, diplerindeki beyazlar makasla kesilir. Diplerinin siyahı kesilmiş gelincik yaprağı gül yapraklarına ilave edilir. Hepsi elde fazla olmadan iyice yıkanır. Suyu süzülür. Gül ve gelincik yaprakları üzerine 1 bardak şeker serpilir. 4 limonun suyu da üzerine dökülüp elle mıncıklanır. Bir birlerine karıştırılır. Zaman zaman karıştırmak suretiyle birkaç gün bekletilir. Diğer taraftan 7 bardak şeker koyuca şurup kıvamında kaynatılır. Şurubun üzerine gül ve gelincik yaprakları katılır hemen bir taşım kaynatılıp ateşten alınır. Yapraklarından şurup süzülür, soğutulur şişelere doldurulur." (Cerrahoğlu 2005:428).

3. PESTİL VE KÖME

3.1. Pestil:

"Erik, kayısı, dut, tatlı veya ekşi meyve ezmelerinin kabuk, çekirdek ve posalarının ayrılması ile elde edilen yoğun meyve sularının güneşte vb. şekilde koyulaştırılarak kurutulup levha haline getirilmesi ile elde edilen maddeye denir. Pestil hangi meyveden yapılmışsa o meyvenin adını alır. Pekmez kaynatılırken içine % 5- 12 oranında nişasta ve buğday unu karıştırılır. Yeni pişmiş sıcak pestil, bezlerin üzerine ince bir tabaka halinde yayılır. Birkaç gün kurumaya bırakılır. Sonra bezle tersinden ıslatılarak pestil bezlerden soyulur. Soyulan pestil kitap sayfası büyüklüğünde parçalar halinde kesilir. Bu parçalara Gaziantep'te (Bastık Şukası) denir. Bu pestil yaprakları ikiye üçe katlanarak daha küçük şekle sokulur. Bu arada yaprakları yapışmasın diye her iki tarafı nişastalanır. Bunların lokum şeklinde kesilmiş parçalarına (dilme) denir"(Birer 1991: 13).

Pestil, olduğu gibi yenebildiği gibi ceviz, badem ve kayısı çekirdeği içi ile birlikte yenebilir. Önceden ıslatılıp şurup haline getirilerek içilebilir. Tuzsuz yağda kavrularak, çırpılmış yumurta ilave edilip pişirilerek tatlısı yapılır. Üzerine eritilmiş bal gezdirilerek tatlı yerine yenir. Erzurum, Maraş vd.'de tereyağlı pestil kavurması yapılır.

3.1.1. Dut Pestili: Dutlar kazana konulup kaynatılarak şıra elde edilir ve süzülür. Bir bakraç şıraya yarım kilogram buğday nişastası veya un katılır ve yavaş yavaş karıştırılarak bulamaç elde edilir. Kepçeyle karıştırılarak kıvamını buluncaya kadar çırpılır.

Sonra düz zemine serilen çarşafların üzerine dökülür. Kevgir ile düzgünce yayılır. Oklava ile bulamacın her yana eşit olarak yayılması sağlanır. Üzerine kırılmış kayısı çekirdeği atılır. Pestilin bezlerden soyulması zamanı geldiğinde serili olduğu çarşaf, diğer temiz bir çarşafın üzerine ters çevrilir, su ile ıslatılır, sonra da yumuşayan pestil çarşaftan çıkartılıp ip üzerine serilir. Bir-iki saat bekledikten sonra makasla kare biçiminde kesilir. Üzerine nişasta serpilir ve katlanır. Tenekelere yerleştirilir. (Sevgi, 2010, Mut- İçel)

3.1.2.Kayısı Pestili (Malatya): Yıkanmış olgun kayısılar bir tekneye dökülerek ezilir. Ezilirken çıkan çekirdekler atılır ve teknede kalan öz bakraca alınır. Bu öz üzeri sıvı yağ (ayçiçeği yağı) ile yağlanmış uzun bir tahtanın üzerine serilir. Bir gün kuruması beklenir. Kuruduktan sonra ucu ıskıran veya spatula ile kaldırılan pestil parmakla çekilip tahtadan soyulur, dörde katlanır ve yapışmamaları için araları ayçiçeği yağı ile yağlanarak tenekelere dizilir. Kayısı pestili İçel'de fazla miktarda yapılır.(Kurum, 2010, Salihli-Manisa)

3.1.3. Bastık: Meyvelerden elde edilen şıraya buğday nişastası katılır, karıştırılarak pişirilir ve bulamaç elde edilir. Bulamaç bezlerin üzerine dökülerek düzgünce oklavayla eşit miktarda yayılır, isteğe göre üzerine susam serpilerek kurumaya bırakılır. Kuruduktan sonra temiz çarşaf üzerine ters çevrilir, örtünün üstünden hafif ıslatılarak bastık çıkarılıp iplere asılarak kurutulur, kare kare kesilir. Üzerine nişasta serpilip katlanarak saklanır, Ceviz, badem, balla pestil gibi tüketilir.(Kocaman, 2010, Malatya)

3.1.4. Dilme: "Hazırlanan yaş bastık 4-5 santim kalınlığında olarak kenarlı tepsilere geçirilir. Güneşte kurutulur. Sonra baklava dilimi biçiminde kesilir." (Güzelbey 1982:103).

3.1.5. Tarhana: "Buna **şirin tarhana** da derler. Üzüm suyu ile döğme simidinin yani çiğ simidin birlikte pişirilip dilmede olduğu gibi 4-5 santim kalınlığında kurutulması suretiyle elde edilir. Henüz yaş iken içine, fıstık ve badem de karıştırılıp böyle kurutulduğu gibi ölbe denilen kara kutulara doldurulup bunda da saklanır. Tarhana yağda eritilerek içine fıstık ve ceviz koyulup kahvaltı yemeği olarak da hazırlanır." (Güzelbey 1982:103).

3.1.6. Muska: "Kuruyan pestiller 3-4 santim eninde kesilerek içine, fıstık ve şeker konarak eşkenar üçgen biçiminde katlanıp sonra nişasta serpilir." (Güzelbey 1982:103).

3.1.7. Kesmece (Malatya): "Bastık için hazırlanan bulamaç gibi bulamaç hazırlanır. bulamaç tepsilere serilir. Tepsilerden ayrılma kıvamına gelmiş kesmece baklava dilim seklinde dilimlenir. Daha sonra örtüler üzerine serilerek her tarafın eşit kuruması sağlanır." (Abdülkadiroğlu 2002:529).

3.1.8. Sarıdut Pestili (Elazığ Yöresi): Elazığ yöresinin sarı dutları toplanarak sıkılıp, suyu çıkarılıp bakır kazanlarda kaynatılır. İçine bol ceviz eklenir. Tahtalar veya bezler üzerine serilerek güneşte kurutulur. Yaklaşık iki gün bekletilir. Dilimlenip üzerine nişasta serpilerek sandıklarda muhafaza edilir. (Köksal, 2010, Tunceli)

3.1.9. Ala Erik Pestili (Gümüşhane): "Ala erikler kazanlarda kaynatılıp tahtalar üzerine serilerek kurutulursa ala erik pestili elde edilmiş olur. Pestiller bir miktar suya ıslatılarak içilir veya kuru kuru da yenelebilir." (Abdülkadiroğlu, 2002:529).

3.1.10. Erik Pestili: Kırmızı ekşi erikten yapılır. İyice olmuş erikler kevgirden geçirilir, yıkanıp kurutulmuş temiz tahtalar üzerine serilir. Kurudukça alt üst edilir. Soyulan pestiller dörde katlanır. Bu şekilde sandıklara konulur. Yenmek istendiğinde ya olduğu gibi ya da akşamdan bir kap içindeki suda ıslatılır. Şurup haline getirilerek içilir. Yemeklerde ekşi olarak kullanılır. Ala erik pestilinden farkı, erikler pişirilmez, çiğ kullanılır. Bu pestil, Doğu Anadolu, Karadeniz, Ege ve Marmara bölgelerinde yaygındır.

3.1.11. Üzüm Pestili (Salihli): Üzümden sıkılmasıyla elde edilen şıra, dut pestili gibi yapılır. İçine isteğe göre susam, ceviz içi, badem kırılıp konularak yenir.

3.2. KÖME

3.2.1 Orcik Şekeri-Sucuk (Elazığ): İplere cevizler dizilir ve bulamaç içerisine 2-3 kez batırılıp çıkarılır. Bir saat sonra aynı işlem tekrarlanır. Güneşte 1-2 gün bekletilir. (Şenocak 2002:419).

3.2.2. Besni Sucuğu: "Ana maddesi üzüm suyu ve nişasta ise de yapılışı rengi ve biçimi öbüründen farklıdır. Batırılmadan önce elle çarpılarak rengi aklaştırılır. Fıstık, ceviz ve bademlere öbür sucukta aralıklı olduğu halde yayana bitişik saplanır. Kurutulduktan sonra yine nişasta serpilerek saklanır." (Güzelbey 1982:103).

4. KURUTARAK SAKLAMA

Günümüzde, yurdumuzun kurutma şartlarına uygun hemen her yöresinde yiyecekler, yapısındaki nem oranı düşürülerek kurutulup uzun süre saklanmaktadır. Bunlar yiyeceğin özelliğine göre güneşe veya gölgeye serilerek doğal kurutma, düşük ısıda fırınlarda kurutma, teknolojik işlemlerle yapay kurutma yöntemleri ile yapılmaktadır.

Ülkemizde kuru halde saklanan hububat ve hububat ürünleri, kuruyemişler, baharat ve çayların yanı sıra, mevsiminde, yörelere göre değişkenlik gösteren bol miktarda yetişen otlar, sebze ve meyveler kurutularak, aile ekonomisine katkıda bulunmak, kışın yiyecek çeşitliliğini artırmak için saklanılır.

4.1. TAHILLARDAN ELDE EDİLEN KURULAR

4.1.1. Gavut: "Buğday yıkanır, kurutulur. Kurumuş buğday saçta kavrulur. Değirmende un haline getirilir. Kadınlar bu un haline getirme işlemine distar denilen üst üste iki yuvarlak taşla yaparlar. Üsteki taşın ortası deliktir ve tutacak bir yeri vardır. Bu taş diğer taşın üstüne konur. Bir eliyle üsteki taşı çeviren kadın diğer eliyle deliğe buğday koyar." (Baysal 1992:59)

4.1.2. Göce (Beypazarı): Buğday ayıklanır, hamur teknesine konur, üzerine 2 parmak geçecek kadar su konur, suyun içinde dört gün bekletilir. Hafif çimlenmeye başlamış buğday sudan çıkarılır. Kurumaya bırakılır. Kurumadan az nemliyken değirmende veya dibek taşında dövülerek kabuğundan ayrılır. Bezin üstünde rüzgâra karşı savrularak kabuğu temizlenir. Çorbalık ve aşurelik olarak kullanılır.

***4.1.3.* Azık: "**Buğday yıkanır. Islak çuvallara koyulup 3 gün boyunca her gün kaynar su dökülür. Buğdaylar çimlenir, çimlenen buğdaylar serilip güneşte kurutulur. Sonra değirmende un haline getirilir." (Baysal 1992:59)

*4**.1.4.* Hedik 1: "**Bebeğin ilk dişi için kaynatılır. Hedik buğday, nohut ve baklanın haşlanması ile elde edilir. Hediğin ilk kez Hz. Muhammed'in ilk dişini çıkardığı zaman annesi tarafından yapıldığına inanılır. Çocuğun ilk dişini çıkarması sevinçle karşılanır. Çıkan ilk dişle birlikte diğer dişlerin sağlam olması için uygulanır. Diş buğdayına diş hediği adı da verilir. Üzerine şeker dökülerek yenir. Akraba ve komşulara dağıtılır." (Artun 2002:326)

***4.1.5.* Hedik 2 (**Çorum): "Çekilmemiş bütün yarmaya az miktarda nohut, fasulye karıştırılır. Koyu çorba halinde pişirilir. Pekmez ilave edilerek üzerine ceviz serpilir. Bir nevi pekmezli 'aşure' dir."(Tombuş 2000:385).

4.1.6. Kavut: "Kavut sözü, Anadolu köylerinde kavrulmuş veya dövülmüş tahıl ununun, şeker veya tatlı yemiş ile karıştırılarak yapılan kavut helvası ve kurutulmuş tahıl unu veya buğdaya verilen ad olarak kullanılmaktadır."(Ögel 1985:359)

4.1.7. Kavurga (Ahlat)**:** Buğday süte konur, sütü emdikten sonra serilerek kurutulur, kışın kavrularak yenir (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis)

4.1.8. Kavruk: Mısır, nohut, çavdar, buğday karıştırılıp değirmende öğütülüp elenir, un elde edilir. Ekşi maya ile un mayalanır. Köy ekmeği gibi ekmek pişirilir veya pidesi yapılır. (Demir, 2010, Susurluk-Balıkesir)

4.1.9. Kuru Yufka: Mayasız hamurdan ince açılmış yufkalar sac üzerinde pişirilir. Küfelere doldurulur veya temiz velenselere sarılır (el dokuması bez örtü). Düğümlenir, tavana asılır. Tavana asılma nedeni, köylük yerde kedi, köpek, fare vb. hayvanlardan korumak içindir. Kuru yufka imece usulü ile herkese yapılır. Kuru yufkalar, Ege ve Marmara bölgesi (Balıkesir, Manisa ve yakın yörelerde) börek, tirit ve tatlı, kaymaklı yapımında kullanılarak tüketilir. Denizli, Kayseri, Konya ve İç Anadolu ve Doğu Anadolu bölgelerinde fazla miktarlarda yapılarak ekmek olarak tüketilir. (bkz: Ekmekler Bölümü)

4.1.10. Ekmek Kurusu: Bayatlayan köy ekmekleri ortadan ikiye ayrılır, fırında iyice gevretilir, soğuyunca bez torbalara konur, saklanır. Islatılarak yenir veya ekmek aşı yapılır.

4.1.11. Turta Yufkası: Bir su bardağı eritilmiş tereyağı, üç yumurta, bir su bardağı süt, bir yemek kaşığı amonyak, bir çimdik tuz, bir su bardağı toz şeker. Bu malzemeler karıştırılır, içine aldığı kadar un katılarak kulak memesi yumuşaklığında yoğrulur. Beş eşit parçaya bölünür, mantı hamuru kalınlığında yufkalar açılarak fırında pişirilip gevretilir. Beyaz renkte çıkarılır, soğuyunca beze sarılıp nemsiz ve serin ortamda saklanır. (Avcu, 2010, Balıkesir)

Fazla miktarda yapılarak kışlık olarak saklanır beş, altı ay dayanır. Balkan göçmenlerinin yaptığı kış hazırlığıdır. Balıkesir ve Bursa'da yaygın olarak Balkan göçmenleri tarafından yapılır.

4. 2. Mısır, Baklagiller ve Meyvelerden Elde Edilen Yarma ve Unlar

4.2.1. Mısır Kurusu: Mısır tarladan toplanınca kurutulur. Koçanından ayrılır, iyice kurutulur, iri şekilde öğütülür, kışlık yemek için saklanır.

Yemeği: Mısır ve fasulye ayrı yerde ıslatılır. Tencereye yağ salça koyularak kavrulur, su ilave edilerek mısır ve fasulye salınır. İkisi birlikte iyice pişinceye kadar kaynatılır. Sıcak yenir. İsteğe göre kemikli etle de pişirilir.(Aktaş, 2010, Dursunbey-Balıkesir)

4.2.2. Mısır Yarması: Mısır taneleri, yarma değirmeni denilen el değirmeninde (bulgur taşı) çekilip kırılarak elde edilir. (Köseri, 2010, Balıkesir).

4.2.3. Mısır Bulguru: Elle çevrilen taş değirmende (bulgur taşı) kırılarak hazırlanan mısırdan, bulgur çorbası ve pilavı yapılır.

4.2.4. Mısır Unu: Tanelenmiş kuru mısır, fırında bekletilip gevretilir. Değirmende un gibi öğütülür. Kışın yemeklik ve ekmeklik için saklanır.

Yemeği (Mısır aşı): Dört su bardağı mısır unu, kaynayan suya serpe serpe katılır, koyulaşıncaya kadar karıştırılarak koyu kıvamda pişirilir. Kaşık kaşık tepsiye dizilir, üzerine yarım su bardağı rendelenmiş peynir serpilir, daha sonra yarım su bardağı Balıkesir tarhanası tereyağında kavrulup biraz sıcak su ile sulandırılır, kaşıkla üzerine gezdirilerek sıcak yenir.(Erdoğan, 2010, Yaylabayır Köyü Sındırgı Balıkesir)

4.2.5. Fırın Kurusu (Kepsut-Balıkesir): Süt mısır kurutulur, tanelenir kuruyunca fırınlanır ve makinede öğütülür. Kışın yemeği yapılmak üzere saklanır. Ayrıca fırın kurusu çerez olarak da yenir. Yemeği şöyle yapılır: Mısır yarması ile fasulye taneleri eşit miktarda karıştırılır ve suda pişirilir. Tamamen pişince yoğurt ya da ayran ilave edilerek yenir. Yağsız olarak pişirilir. (Genel, 2010, Çaykara Trabzon)

4.2.6. Bakla Yarması: Balıkesir ve Çanakkale yöresinde olgunlaşan bakla içleri kurutulup kabuğu soğutularak öğütülür. Fava, bakla yemeği, bakla püresi, bakla helvası yapımında kullanılır. (Gümüş, 2010, Bayramiç Çanakkale).

4.2.7. Dut Unu: Dut kurusu taş dibekte tokaçla dövülerek kışlık saklanır. Dövülmüş badem ve ceviz içi ile karıştırılarak kış akşamlarında yenir.

4.3. Et

"Et kurutma, Türklerin Orta Asya'dan beri bildikleri bir gelenektir. Türkler kurutulmuş ete 'kak' et derlerdi. Etler, parçalar halinde kurutulurdu. Bugün de azalmış olmakla birlikte, Anadolu'nun bazı yörelerinde hâlâ et kurutulur." (Tezcan 2000:107-108)

4.4. Otlar

Anadolu, yabani otlar bakımından oldukça zengindir. Otların kullanım biçimi bölgeden bölgeye, yöre ve yemek kültürüne göre değişiklik gösterir. Bunlar taze olarak tüketildiği gibi bir kısmı kurutularak saklanıp kışa hazırlanır. Madımak, cicirgen (ısırgan-dalgan otu), dereotu, nane, ekşikulak (kuzukulağı), kazayağı, eeşigına, mancar gibi otlar kurutularak kışın çorba, börek, pilav, salata, sarma vb. et yemeklerine katılır, sofraların lezzetini artırmada hünerli ellere yardımcı olur. Kekik, fesleğen, kimyon, nane gibi otlar ise kurutularak baharat olarak kullanılır.

4.4.1. Zabuda Otu: Soğana benzer bir bitki türüdür. Yayladan ot yeşilken biçilip kurutulur. Kışın salamura domates, fasulyeden vb. yapılan yemeklerde lezzet vermek amacıyla kullanılır. Ayrıca arpa çorbasına konur.(Genel, 2010, Çaykara-Trabzon)

4.4.2. Evelik (Labada) Otu: Ot toplanır, kurutulur. Kışın çorbası ve yemeği yapılır. "Evelik de yemlik oy madımak" diye başlayan bir de türkü vardır. (Karaçanta, 2010, Kars).

4.4.3. Madımak (Kuş Ekmeği): Mart-Nisan aylarında toplanır, kurutulur. Serin ve kuru yerde saklanır. İç Anadolu ve Doğu Anadolu bölgelerinde yaygın olarak kullanılır. Kurusu haşlanarak yemeği yapılır. Ayrıca bulgur veya pirinçle pişirilerek çeşitli pilavların yapımında kullanılır. (Çetinkaya, 2010, İncesu-Kayseri).

4.4.4. Gari Otu: Yabani bir ot türüdür. Toplanıp kurutulur. Kışın yemeği yapılır. "Analı-kızlı" adındaki köftenin içine ve dövme çorbasına konularak kullanılır. Bitlis yöresinde her evde kuru halde mutlaka ilaç niyetine bulundurulur. Basura iyi geldiği söylenir. (Aladağ, 2010, Ahlat-BİTLİS).

4.4.5. Asma Yaprağı Kurusu (Isparta): Asma yaprağı körpeleri toplanır, ipe dizilir, gölgede kurutulur. Kullanılacağı zaman ipinden çıkarılmadan sıcak suya batırılır, biraz beklenir, yumuşayınca ipleri çıkarılarak sarma sarılır. (Taşlı, 2010, Balıkesir).

4.4.6. Çireş: Yabani bir ot türüdür. Taze olarak tüketildiği gibi, toplanıp kurutulur, Kışın yemeği yapılır, ayrıca yemeklerde lezzet verici olarak kullanılır. (Aladağ, 2010, Ahlat-BİTLİS).

4.5. Sebze Kuruları

Sebzeler Türk mutfağında önemli bir yere sahiptir. Genelde taze olarak tüketilir.

Biber, patlıcan, fasulye, sıyırma(taze börülce), kabak, domates, çiçek bamya, dolmalık biber-patlıcan gibi sebzeler, kurutmaya elverişli her bölgede, kışa hazırlık olarak farklı yöntemlerle saklama amaçlı kurutulur. Çiçek bamya, Konya yöresinde yaygın olarak kurutulur ve kullanılır. Hatta düğün yemeklerinin vazgeçilmezleri arasındadır. Uşak'ta biber, patlıcan kurusunu yemeden karın doymaz. Çünkü Uşak yemek kültüründe ayrı bir yeri vardır. Maraş, Gaziantep'te kuru patlıcan dolmasının hasını yersiniz. Özellikle kurutmalık patlıcan için, küçük, lezzetli Antep patlıcanı kullanılır. Dolmalık biberin acı olanı kurutulur. Antep mutfağında kurular önemli bir yere sahiptir.

Sebzeler kurutulurken sıcak ve nemsiz, hava akımı iyi olan ortamlar tercih edilmelidir. Nemli ortamda kurutulan sebzelerde küfler gelişeceği için aflatoksin oluşmakta bu da toplum sağlığını tehdit etmektedir.

4.5.1. Güneşte (Doğal) Kurutma

a) Sebzeler yıkanıp bütün halde veya ortadan ikiye yarılarak ya da ayıklanıp doğrandıktan sonra güneş alan bir yere örtülerin üzerine serilerek kurutulur.

b) Kurutulmaya hazırlanan sebzeler, iplere iğne yardımıyla dizilir, güneş alacak şekilde asılarak kurutulur.

c) Sıyırma(taze börülce), fasulye gibi sebzeler sıcak suya daldırılarak enzim faaliyetleri durdurulur. Soğuk su altına tutulup suyu süzdürülerek serme veya iplere dizme yöntemi ile kurutulur. Bu sebzeler doğrudan kurutulursa kabuklarındaki selüloz kuruma sırasında artacağından pişmesi zorlaşır, sindirimi zor olur. Manisa, Aydın civarında özellikle bu teknik kullanılır.

d) Kurutulan sebzeler, bez torbalarda, serin, kuru ve temiz ortamda sağlıklı bir şekilde saklanılmalı, yemek yapılmadan önce mutlaka yıkanmalıdır.

e) Kurutulmuş yiyecekler suda haşlandıktan sonra, ihtiyaca göre sarma, dolma, salata, etli veya zeytinyağlı yemekler, kavurma, kızartma, turşu veya çorba olarak hazırlanarak tüketilir.

4.5.1.1. Domates Kurusu: Domatesler yıkanır, ortadan ikiye bölünür. Kesilen kısım yukarı gelecek şekilde tahtaların üzerine serilmiş örtülerin üzerine dizilir. Üzerine tuz serpilerek güneşte iyice kurutulur. Kışın yemeği yapılır. Islatıldıktan sonra parça parça doğranarak yemeklerde ekşi yerine kullanılır veya toz haline getirilerek baharat olarak kullanılır. Manisa, İzmir, Aydın yöresinde üretim fazlası domateslerin kurutularak ihracatının yapılmasıyla bu bölge ekonomisine katkı sağlanmaktadır.

Örnek olarak, fasulyeli kuru biber dolması şöyle yapılır: Kuru dolmalık biber, sıcak suda ıslatılır. Kuru fasulye ıslatılır, suda haşlanır, iyice ezilerek içine sıvı yağ, karabiber, nane ekilir ve yumuşayan biberlerin içine doldurulup derin tepsiye dizilir. Yarısına kadar sıcak su koyulur. Yağ ve tuz gezdirilir. Sıcak fırında suyunu çekene kadar pişirilir. Sıcak veya soğuk yenir. (Erdoğan, 2010, Sındırgı Balıkesir).

4.5.2. Yapay Kurutma

a) Ağrı Patnos'ta kurutmaya hazırlanan sebzeler ve meyveler, köy fırınlarında kurutulup saklanır. Özellikle Ağrı yöresinde sebze ve meyveler genellikle bu şekilde kurutulur.(Çakmak, 2010, Ankara)

b) Teknolojik yöntemlerle düşük ısıda uzun süre sebzelerin besin değerleri korunarak ve hijyen kurallarına uygun pastörizasyon işlemi yapılarak kurutulur.

c) Fırında Kurutma: Sebzeler yıkanır, ayıklanır ve doğranır. Su banyosunda bir miktar suyu buharlaştırıldıktan sonra ısıya dayanıklı kaplarda, etüv gibi fırınlarda 70 derecede 12 saat kurutulur, soğuyunca ambalajlanır.

4.6. Meyve Kuruları

Çekirdeksiz kuru üzüm, kuş üzümü (kişniş), kuru kayısı, kuru erik, kuşburnu gibi kurutulmuş meyveler, aşure gibi bazı tatlıların yapımında kullanılır. Şeker ve pekmezle hoşafları yapılır. Dut kurusu ve kuru üzüm çerez olarak yenir.

4.6.1. Erik Kurusu (Kastamonu): "Üç tarafı çizilerek kurutulan mürdüm erikleri, hoşaf gibi tüketilmenin yanı sıra, kış aylarında ıslatılır, kıymalı ve tereyağlı yemeği yapılır." (Abdulkadiroğlu 2002:500).

4.6.2. Ala Erik Kurusu: "Bu erik soyularak kurutulur. Üryani eriği denilen kompostoluk malzeme elde edilir. Soyulması iki şekilde olur. Biri işin hileli şeklidir ve erikler sıcak suya katılarak çabukça soyulur, ama erikler biraz kararır. En güzel ve sağlıklı şekli tek tek tırnakla soyulmasıdır. Bu şekilde erikler daha parlak görüntülerini korurlar ve lezzetleri de farklı olur. Erikler şekerli ve şekersiz olarak sıcak suda haşlandığında hoş bir içecek olur. Soğuk içilir." (Abdulkadiroğlu 2002:528).

4.6.3. Kuşburnu: Kuşburnu olgunlaşınca toplanıp temiz bezlere serilerek güneşte kurutulur.

4.6.4. Elma, Armut, Ahlat Kakı (İç Ege): Meyveler yıkanıp dilimlenerek tahta üzerine veya kiremitlere örtülerin üzerine serilerek kurutulur. Kış akşamlarında çerez olarak yenilir, hoşafı yapılır.

4.6.5. Kuru Hurma: "Maçka köylerinde yetişen hurma, küçük ve bölgeye has bir meyvedir, kiraz büyüklüğündeki meyveleri güzün olgunlaşır. Fırında kurutularak, kışa saklanır." (Duman 2002:614).

4.6.6. Karayemiş (Maçka-Tonya): "Doğu Karadeniz bölgesine özgü bir meyvedir. Ağacı kışın yaprak dökmez. Meyveleri kiraz büyüklüğünde salkımlar halindedir. Taze yenir, kurutulur ya da turşusu yapılarak kışa saklanır." (Duman 2002:614).

4.6.7. Güvem Kurusu (Yaban Mersini) (Balıkesir): Güvemler 'kür' denilen ağaçların meyvesidir. Sonbaharda toplanıp kurutulur. Kışın çerez olarak tüketilir. Ayrıca taze ve kurusunun hoşafı yapılır.(Erdoğan, 2010, Sındırgı Balıkesir).

4.6.8. Üzüm Kurusu (Manisa): Ağustos ayında olgunlaşan çekirdeksiz üzümler, kesilir, bandırma çözeltisine bandırılarak sergilere serilir, kurutularak çuvallanır. Yurt genelinde çekirdekli kara üzüm ve çekirdeksiz üzüm yaygın olarak kurutularak saklanır. Tatlılarda, pastacılıkta, hoşaf yapımında ve çerez olarak tüketilir.

4.6.9. İncir Kurusu (Aydın-Manisa)

1. Yöntem: Olgun incirler toplanır, temiz, pamuklu bir bez üzerinde, güneş alan bir yere serilir. İncir yaklaşık bir haftada kurur. Su kaynatılır, içine birer tutam kekik, şabıla otu, fesleğen atılır, bir iki taşım daha kaynayınca kurutulmuş incirler delikli bir kapta, suya bandırılıp çıkarılır, bir iki gün serilip tekrar kurutulur, sonra una batırılarak kasalara dizilir veya bez torbalara konur. Kuru ve serin bir ortamda saklayıp kışın ceviz, fındık, fıstıkla yenir. Tatlısı da yapılır.(Kocayiğit, 2010, Emre Köyü, Kula Manisa)

2. Yöntem: Yaz döneminde hiç sulanmayan ve iğlek (erkek incir) atılmış ağaçların incirleri kuruluk olarak değerlendirilir. Meyveler dalında kendiliğinden kurur ve yere dökülür. Dallarda kalan kurular sırıklarla düşürülür. Tamamen kurumuş olan incirler tekrar sermeyi gerektirmez. Buruk halde toplananlar (tam kurumamış) serilerek kurutulur. Yemeklik olarak seçilip ayrılanlara daha sonra kurtlanmalarını önlemek için bandırma işlemi uygulanır. Bandırma işlemi iki şekilde uygulanır:

a. Keselere konan incirler, içine dağ kekiği koyulup kaynatılmakta olan su kazanına daldırılıp çıkarılır. Kuruması için serilir. Yeterince kuruduğunda bez keselere doldurulup serin bir yerde saklanır. Herhangi bir unlama vs. işlemi yapılmaz. İncirler kış döneminde zamanla kendiliğinden unlanmış gibi bir görünüme kavuşur. Kışın içine ceviz koyularak yenir. Kuru incir olarak en fazla tercih edilen tür sarı "lop"tur. Ticari olarak da en fazla bu incir tercih edilir. Evlerde ayrıca Arpaz moru (küçük ama ince kabuklu, dışı damarlı mor, tadı ballı), kara yaprak (küçük ama ince kabuklu, damarlı; içi kırmızı, ekşimtırak) (Aydın) tercih edilmektedir.

b. İncirler tuzlu suya batırılıp çıkarılır ve kurutularak keselerde serin bir yerde saklanır.

Günümüzde ise gerek buruk halde gerekse kuru olarak derin dondurucularda da saklanmaktadır. Bu sayede daha uzun süre unlanmadan korunmaktadır.(Ergun, 2010, Kuyucak Aydın)

4.6.10. Kuru Meyvelerden Yapılan Tatlı ve Yemek Örnekleri

4.6.10.1. Kuru Erik Tatlısı (Tokat): "Yazdan kurutulmuş erikler yıkanır, sıcak suda bir saat bekletilir. Eriklerin suyu süzülür. Tavada kızgın yağda alt üst yapılarak kızartılır. Sıcakken üstüne şeker serpilir. Ya da koyu şurup dökülür. Soğuk servis yapılır.

Erik Yemeği: Kastamonu ve çevresinde yetişen, üç tarafı çizilerek kurutulan mürdüme erikleri hoşaf gibi tüketilmenin yanı sıra, kış aylarında ıslatılır, kıymalı ve tereyağlı yemeği yapılır. Bu yemeğe salça katılmaz." (Abdulkadiroğlu 2002:500).

4.6.10.2. Ayva, Erik Kurusu (Kastamonu): "Kuru erik veya ayva ince doğranır. Kemik suyunda kaynatılır. Kıyma ve tereyağı eklenerek pişirilir. Ilık olarak yenilir." (Abdulkadiroğlu 2002:500).

4.6.10.3. Kuru İncir Tatlısı (Sütlü İncir): Kuru incirler ezilir, bir kaba konarak içine bir miktar süt ve şeker katılır ve ocakta pişirilir. Ege ve Marmara bölgesinde fazla tüketilen hafif bir tatlıdır.

4.6.10.4. İncir Dolması (Aydın): İncirlerin içleri kıyılmış ceviz veya yarım ceviz ile doldurulur. Bir tepsiye dizilir. Üzerine eritilmiş tereyağı dökülür ve şeker serpilir. Biraz sıcak su katılarak kısık ateşte pişirilir. Soğuk servis yapılır.

4.6.10.5. Kestane (Sinop): "Kuşbaşı et veya kıyma pişirilir. Doğranmış soğanlar tereyağında pembeleştirilir. Kestaneler tane tane eklenir. Miktarınca az tuz, boş şeker katılır. Sıcak olarak yenir. Sulu ve tatlı bir yemektir." (Abdulkadiroğlu 2002:500).

4.6.10.6. Hurma Dolması: "Hurmalar yıkandıktan sonra çekirdekler çıkartılarak yerlerine kıynak halinde cevizler yerleştirilir ve sahana dizilir. Üzerine parça parça eritilmiş tereyağı konur. Kenarından su veya her ikisi ortaklaşa dökülür, bir çorba kaşığı şeker ekilir, pişinceye kadar kaynatılır. Hurmaların en iyi cinsi ve iyisi seçilmelidir." (Abdülkadiroğlu 1992: 19).

4.6.10.7. Kuru Kayısı Tatlısı (Konya): Kuru kayısı yıkanıp az suda dağılmayacak şekilde haşlanır, üzerine şeker eklenerek beş dakika kadar daha pişirilir, üzerine eritilmiş tereyağı dökülerek sıcak olarak yenir. Konya'nın eski mahallelerinde yaygın olarak yapılan bir tatlıdır. (Demirci, 2010, Konya)

4.6.10.8. Kaysefe Tatlısı: Yarım kg kuru kayısı hafif haşlanır.1 kaşık tereyağı ile kavrulur. İki su bardağı toz şeker ilave edilerek yirmi dakika karıştırılarak pişirilir. Servis tabağına alınarak üzerine dövülmüş ceviz serpilir. Ilık yenir (Aladağ, 2010, Ahlat- Bitlis).

5. MANTI, ERİŞTE, MAKARNA, KUSKUS

5.1. Mantı: Eski Türk yemeklerindendir. Sade, etli, nohutlu, sebzeli olarak yapılır, bölgelere göre değişiklik gösterir.

5.1.1. Nohutlu Mantı (Yoğurtlu Hamur) (Bursa): "Hazırlanan hamurlar küçük kare şeklinde kesilip ortasına nohut konulduktan sonra fırında kızartılıp kurutulur. Kıymalı mantının nohutlusudur. Amerikan bezinden hazırlanmış torbalara doldurulup askıya asılan hamur yeneceği zaman et suyu ile sulandırılıp üzerine sarımsaklı yoğurt döküldükten sonra pul biberli kızdırılmış tereyağı gezdirilip servis yapılır." (Albay 2002:363).

5.1.2. Kuru Mantı-1(Çorum): Kalınca açılmış hamur, kare şeklinde kesilir. Hamur parçalarının içine kıyma konulur. 4 kulaklı olarak bükülür, tepsiye dizilir. Susuz olarak fırında iki tarafı kızartılır. Kızartılan mantılar soğutulur. İhtiyaç olduğunda pişirilir. (Tombuş 2000:383).

5.1.3. Kuru Mantı-2 (Sivas): Sert yufka hamuru hazırlanır. Yufkalar mantı hamuru kalınlığında açılır. Arasına hafif un serpilen yufka rulo şeklinde katlanır. 3 cm eninde kesilir. Diklemesine tepsilere yerleştirilir. Fırında gevretilir. Kışa hazırlık olarak kartonlara yerleştirilir, kaldırılır. İstenildiğinde kurumuş mantılar tepsiye dizilir, üzerine tavuk suyu dökülür, haşlanmış nohut konularak fırında pişirilir. Üzerine yoğurt ve tereyağı dökülerek yenilir.

5.1.4. Saçaklı (Balıkesir): Sert yufka hamuru hazırlanır. Küçük yufkalar açılır, arasına un serperek gevşekçe oklavaya sarılır. Oklava hamurun içinden çekilerek çıkarılır. Hamur, erişte hamurundan biraz daha geniş kesilir, hiç dağıtmadan tepsiye dizilir, hafif kızartılarak kurutulur. Serin ve kuru bir yerde saklanır. Orijinal hali, yağda soğan kavrularak haşlanmış saçaklının üzerine dökülür. Çocuklar kuru haliyle çıtır çıtır yemeyi severler. Balıkesir mantısı gibi hazırlanabilir. (Taşlı, 2010, Balıkesir)

5.1.5. Balıkesir Mantısı: 5 kg un elenerek leğene konulur. 80 g tuz atılır. 1,5 litre kaynatılmış su unun içine yavaş yavaş ilave edilerek karıştırılır, sert hamur kıvamında iyice yoğrulur, 1 mm kalınlığında yufka açılır. Küçük kareler halinde kesilir ve 4 kulaklı mantı şeklinde katlanır. Sıcak fırında hafif kızartılır. Soğuyunca bez torbalara konulur.

Yemeği şöyle yapılır: Tavuk göğsü haşlanır, didilir. Tavuk suyunda mantı pişirilir (arzuya göre salça ve soğan kavrulur). Üzerine didilmiş tavuk göğsü, haşlanmış nohut ilave edilir. Hafif sulu bırakılır. Üzerine yoğurt, tereyağı ve kırmızıbiber dökülerek servis yapılır.

5.1.6. Sebzeli Mantı: 1 kg sebze püresi (yeşil kabak, balkabağı, pazı, brokoli, dereotu, maydanoz, kırmızı pancar, havuç) 60 gr tuz, 3 kg un.

Sebzeler püre haline getirilir, içine 1 bardak su konularak ısıtılır. Sıcak püre içine un, tuz konularak karıştırılır. İyice sert hamur kıvamında yoğrulur. Mantı hamuru beze tutularak yufka açılır. Bıçak veya mantı bıçağı ile küçük küçük kesilir, dört kulaklı bükülür, serilerek oda ısısında kurutulur. Bez torbalara konularak serin, kuru yerde saklanır. Hamurlar fırınlanmadan kurutulur. Kaynamış tuzlu suya atılarak haşlanır.

5.1.7. Zeytinli Mantı: 1 kg un, 20 gr tuz, 20 gr zeytin yaprağı ekstraktı. Sebzeli mantı gibi yapılır. Vitamin ve mineral değeri yüksek, oldukça besleyici bir üründür. Vejetaryen mutfağı için alternatif yiyecek olarak önerilebilir.

5.2. Erişte

5.2.1. Erişte Tarifleri

a) Un ortasına 5 litre süt, 30 yumurta, 200 gr tuz konulur, aldığı kadar un ile sert hamur elde edilir. Kalın yufkalar açılır, sacda veya çarşaflara serilerek tepsertilir. Daha sonra 3-4 cm eninde şeritler kesilir. Şeritler üst üste konularak ince ince kesilir. Fırınlanır. Soğuyunca bez torbalara konulur.

b) Su, tuz, un ile sert bir hamur yoğrulur. Hamur makinede 1–2 metre boyunda uzun uzun kesilir, iplere asılarak kurutulur. Kuruyan erişteler iplerden toplanır. Ahşap sandıklara veya karton kutulara konularak saklanır. Kışlık saklanır.

Hazırlanışı: Hamurlar fırında kızartılır, tuzlu suda haşlanır. Suyu süzülür. Patatesli, yeşil mercimekle ve lavaşla servis yapılır. (Tuvan, 2010, Kars).

c) Sebzeli Erişte: 1 kg sebze püresi (ıspanak, havuç, pazı, pancar, yemek ve bal kabağı, brokoli), 10 yumurta, 3 kg un, 60 gr tuz ile yapılır. Sebzeler yıkanıp ayıklanır, püre haline getirilir. Un, tuz, yumurta ile sert hamur kıvamında yoğrulur. Yufkalar 0,5 cm kalınlığında açılır. Serilerek bir miktar sendirilir. Daha sonra 3–4 cmlik şeritler halinde kesilir. Arzuya göre ince ince veya kalın kesilerek tepsiye konur, hafif fırınlanır, serilerek kurutulur. Bez torbalarda saklanır.

d) Adana Usulü Erişte: "Bulgur kaynatılır, süt ile yoğrulur. Az miktarda un serpilir. Şekillendirilerek serilir kurutulur." (Artun 2002:327).

5.3. Makarnalar

a) Boncuk Makarna: Yurdumuzun çeşitli yörelerinde yapılan ev yapımı makarna çeşididir. Erişte hamuru hazırlanır. Yufka açılır, küçük kare kare kesilir, fırında kurutulup soğutulur ve bez torbalarda saklanır. İstenildiği zaman suda haşlanır. Yoğurtlanarak üzerine kızdırılmış tereyağı dökülerek servis yapılır. Balıkesir'de kaymak pembeleşinceye kadar kızartılır, yoğurdun üzerine dökülür.

b) Çorbalık Hamur: Yumurtalı erişte hamuru hazırlanır. Yufka açılır, üzerine kalınca un serpilir. Oklavaya dolanır. Oklava çıkarılır. Erişteden daha ince kesilir. Fırınlanır, kurutulur, kışın çorba yapımında kullanılır. (Görsev, 2010, Balıkesir)

c) Kesme: "Hamur, erişte hamuru kıvamında su, tuz, un ile yoğrulur. Büyükçe bir beze alınıp açılır ve sacda biraz pişirilir, iyice pişmemiş olan yufka rulo haline getirilip ince ince, tel tel doğranır. Bir tepsiye yayılır kurutulur. Kuruduktan sonra makarna gibi yemeği yapılır." (Artun 2002:326).

d) Kıkırdak: "Açılıp kesilen küçük hamurlar zeytinyağı ile sertleşinceye kadar pişirilmesi ile elde edilir. Yemeklere ve çorbalara tat vermek amacı ile kullanılır." (Artun 2002:327).

5.4. Kuskus: Balıkesir yöresinde "koskos" denir. 1 lt süt ile 5–6 yumurta çırpılarak bir karışım hazırlanır. Bulgur, ekmek teknesinin içine koyulur. Sütlü karışımdan kepçe ile alınarak bulgurların üzerine atılır. El ile karıştırılır. Sonra un serpilir, elle tekrar karıştırılır. Bir sütlü karışım, bir un serpme sırasıyla bulgurların üzeri kaplanana kadar karıştırılarak devam edilir. İstenen büyüklüğe geldiği görülünce kalburdan geçirilir. İnce kaplanmış, ufak olanlar alta düşer; istenir boydakiler ayrılır, beze dökülür. Kalan inceleri tekrar tekneye atılır, üzerine sütlü karışım ve un ilave ederek büyütülür. Elle karıştırırken ara sıra ekmek teknesi de yerinden oynatılarak karıştırılır. Bilye gibi yuvarlanan koskoslar, istenilen boya gelip tüm bulgurlar kaplanıncaya kadar işleme devam edilir. (Taşlı, 2010, Balıkesir).

6. SIVILAR

6.1. Pekmez

Anadolu'da binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan pekmez üzüm, elma, armut, ahlat, kavun, karpuz, dut, gül, nar, erik, incir, andız(ardıç), keçi boynuzu (harnup), şeker pancarı, şeker kamışı gibi tatlı meyvelerin, ezilerek elde edilen şıralarının kaynatılması ile meydana gelir. Yoğun ve tatlı bir şuruptur.

Isı ile koyulaştırılarak yapılan pekmezler, ülkemizin çeşitli yörelerinde özellikle Zile, Balıkesir, Gaziantep, Siirt ve Isparta'da çırpma ve mayalandırma suretiyle ağartılmaktadır. Pekmezin kestirilmesi, durultulması ve koyulaştırılması aynı şekilde yapılır. Bu tür pekmezler; katı ve tatlı, açık renkli pekmezler sınıfına girer. Bu pekmezlere; Kırşehir'de "çalma", Balıkesir'de "bulama", Gaziantep'te "ağda", Zile'de ise "Zile pekmezi" denir.

Sıvı pekmez, kahvaltılık olarak tahinle karıştırılarak tatlı yerine yenir. Eskiden helva, hoşaf, aşure, çörek yapımında şeker yerine tatlandırıcı olarak pekmez kullanılırdı. Günümüzde pekmez kahvaltılık olarak tüketilmesinin yanında, nişasta ile pişirilerek pestil, cevizli sucuk, bandırma yapımında ayrıca aside gibi tatlıların yapımında kullanılır.

6.1.1. Üzüm Pekmezi (Salihli): Ülkemizin her yöresinde bilinen bir pekmezdir. Olgun üzümler alınır, çiğnenerek veya preslenerek sıkılır, suyu süzülerek şıra elde edilir. Bu şıranın içine ekşiliğini gidermek ve durultmayı sağlamak amacıyla % 2,3 kg pekmez toprağı atılır. Şıra on beş dakika kadar kaynatılıp ocaktan indirilir. Kestirilen şıra en az 2-3 saat durulması için bekletilir. Bu süreçte kazanın dibinde tortu oluşur, şıranın berrak kısmı bakır tirkilere (yayvan bakır kazan) alınarak odun ateşinde kaynatılır. Kaynama sırasında oluşan köpükler ara ara alınır; şıra savrularak kaynatılmaya devam edilir. Şıra göz göz kaynayıp pekmezin kendine has kokusu gelmeye başladığında kıvama gelmiştir, kaynatma işlemine son verilir, içine taze fesleğen atılır soğuyunca küplere konularak saklanır.

6.1.2. Günbalı (Manisa): Üzüm şırası, güneş altında geniş yayvan tepsilerde suyu uçurulup koyulaştırılarak günbalı denen pekmez elde edilir. Bir başka yöntem ise duru olarak kaynatılmış pekmezin tepsilere dökülerek güneşte koyulaştırılmasıyla olur. Ege ve Doğu Anadolu bölgesinde yaygın kullanılır.

6.1.3. Ahlat Pekmezi: "Dallarından toplanan olgun, ahlatlar, önce yıkanıp, temizlenir, daha sonra büyük kazanlarda kaynatılır. Çabuk pişmesi için ahşap tokmaklarla dövenler de vardır. Kazanda pişen ahlatlar, temiz çuvallara doldurularak sıkılır. Suyu posasından ayrılır. Elde edilen ahlat suyu, kazan veya büyük tencerelerde koyuluncaya kadar kaynatılır. Bu sırada içine bir miktar pekmez toprağı atılır. Pekmez küp kavanoz veya ahşap kovalarda kışa saklanır. Bu pekmeze 'ekşi' de denir. Sulandırılarak komposto yerine de yenir. Yabani elma, ahlat ve alıcın da birlikte kaynatılıp pekmezi yapılır. Sadece alıçtan pek pekmez yapılmaz." (Tan 2002:540).

6.1.4. Dut Pekmezi-1: "Dutlar şark denilen şıranın akacağı borunun bulunduğu içi oyuk taşta ezilir. Daha sonra kazanlarda kaynatılır. İçerisine; sütlügen otu, kekik, yarpuz, turunç, incir yaprağı da atılır. İyice kaynatılıp kazanlara bölünür ve güneşte kalınlaştırılır." (Şenocak 2002:419).

6.1.5. Dut Pekmezi-2: "Pekmez için toplanan dut, şire torbalarına konur. Şiredenliğin üzerine yerleştirilir. Şire alttaki derin kaba süzdürülür. Kazanlarda dut şireleri kaynatılır. Bakır kaplara konularak birkaç gün güneşte bekletilir, kıvamı koyulaşınca küplere doldurulur (Malatya). Dut, incir, armut pekmezi Sinop yöresinde yaygındır." (Şenocak 20002:419).

6.1.6. İncir Pekmezi: İncirlerin sapları kesilir, bir tencereye alınıp üzerine gelene kadar su koyulur, kaynamaya bırakılır. Biraz soğuduktan sonra pamuklu temiz çuvala dökülür. Üzerine ağırlık koyulur, suyu iyice süzdürülür. Süzme sırasında süzgeç kullanılır. Daha sonra bu su, bakır bir tencereye alınıp kuvvetli ateşte köpüğü gidip pekmez kıvamını bulana kadar karıştırılarak kaynatılır. Sıcakken kavanozlara konulur.

6.1.7. Alıç Pekmezi: Sadece alıçtan pek pekmez yapılmaz. Ahlat ve armutla karıştırılarak yapılır**.** Yapılışı armut pekmezi gibidir.

6.1.8. Yabani Elma (Amasya Elması) Pekmezi: "Kastamonu, Sinop yöresinde meşhur olan elma pekmezidir. Diğer pekmezler gibi yapılır.

Yabani elmanın tadı iyi olanlar ahladla birilikte kaynatılır, pekmez yapımında kullanılır." (Tan 2002:540).

6.1.9. Katı Pekmez (Gaziantep Pekmezi): Gaziantep yöresinde üzüm yetiştirilen köylerde yapılan pekmez türüdür. Üzümler olgunlaşınca toplanır, yıkanır, salın üzerine konur, üzerine pekmez toprağı serpilerek tepelenir, iyice ezilir. Üzüm şırası salın ortasından süzülerek kaba akar. Sal, bir iki metre uzunluğunda tahtadan yapılmış ortası delik süzgeçli üzümün ezildiği araçtır. Elde edilen şıra, kazanlarda bir gün bekletilir. Şıradaki tortu dibe çöktürülür. Üzerindeki berrak şıra süzülür, dibindeki tortu ayrılır. Alınan berrak şıra kaynatılarak pekmez yapılır, sucuk yapımında kullanılır.

Ayrılan üzüm tortusu bez torbalara konur, suyu süzdürülür. Elde edilen süzüntü şıra, kaynatılarak pekmez kıvamına getirilir. Kazanların üzeri örtülerek soğutulur, bir gün dinlendirilir. Ağustos ayında pekmez yapıldığı için sıcaklık uygun olduğundan dolayı pekmezin ısısı mayalanmaya uygundur.

Bir yıl önceden hazırlanan pekmezden ayrılmış mayalık, göz kararı pekmezin içine katılır, devamlı tahta kepçeyle alttan üste doğru koyulaşıp rengi açılıncaya kadar karıştırılır. Hava emdirilip ağartılması sağlanarak elde edilir. Daha sonra kaplara konur, kaplarda dondurularak saklanır.

Bir başka şekilde ise 25 kg pekmez için 5 yumurta akı, 500 gr pudra şekeri ve 500 gr eski pekmez katılarak pekmez devamlı savrulur. Bu şekilde rengi ağartılan pekmez, bir gün bekletilip ertesi gün tekrar iyice karıştırılır. Elde edilen katı tatlı pekmez, kavanozlara alınır. Katı, açık renkli bir pekmez cinsidir. Gaziantep yöresinde eskiden bu yana yapılan bir pekmez türüdür. Günümüzde Gaziantep'in üzüm yetiştirilen köy-

lerinde hâlâ yapılmaktadır. Kahvaltılık olarak kullanımının yanı sıra, tahinle karıştırılarak yenir, tatlıların yapımında şeker yerine kullanıldığı gibi özellikle aşure yapımında da kullanılır. (Bozkurt, 2010, Etebek Köyü-Gaziantep.)

6.1.10. Armut Pekmezi (Manisa-Kula): Ağustos ayında olgunlaşan, tatlı, "abası" cinsi armutlar toplanır, yıkanıp iri iri, eşiği ile birlikte doğranır. İyice çiğnenerek ezilir, çuvallara konularak suyu süzdürülür, elde edilen şıra kazanlara alınır, pekmez toprağı bir tülbent parçasına çıkılanarak içine atılır, karıştırılarak kestirilir. Kestirilen şıra bir iki taşım kaynatılıp ateşten alınır; 2, 3 saat dinlendirilir. Bu işlem sonunda durulanan şıra tasla tirkilere (yayvan bakır kazan) alınır. Su kabağı ile savrula savrula pekmez kıvamına gelinceye kadar kaynatılır. Sonra ateşten indirilir, ılıyınca kavanozlara veya küplere konularak saklanır.

Kastamonu, Sinop, Amasya civarında da armut pekmezi yapılır. Aydın'da "aydın armudu" cinsi armutlar, armut pekmezi yapımında kullanılır. (Kahraman, 2010, Emre Köyü, Kula- Manisa)

6.1.11. Kavun Pekmezi: Kavunların en tatlı döneminde yapılır. Kavunlar kesilip çekirdekleri çıkarılır, kaşıkla içleri kazınıp tencerelere konur, iyice ezilerek suyu süzdürülür. Süzüntü, kazanlara konur, kaynatılır, koyulaşmaya başlayınca içine şeker atılır ve bir miktar kaynatılır, ılıyınca kavanozlara doldurulur. İçine ne kadar şeker atılırsa o miktarda pekmez elde edilir. Balıkesir'de kavun üretimi oldukça fazladır. Satılmayan kavunlar pekmez yapılarak değerlendirilir. Merkez köylerde yaygın olarak yapılan bir pekmez türüdür. (Çırak, 2010, Ova Bayındır Köyü-Balıkesir).

6.1.12. Karpuz Pekmezi: Kavun pekmezinin hazırlanışı gibi hazırlanır. Süzülen karpuz suyu içine şeker koyulmadan koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Ege bölgesinde, özellikle Ödemiş, Kula civarı ve Balıkesir yöresinde hâlâ yapılan pekmez türüdür.

6.1.13. **Pancar Pekmezi:** Pancar yıkanır, doğranır, ezilerek suyu sıkılır. Posadan süzülen pancar suyu, bakır kazanlarda, odun ateşinde koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Bu pekmeze, pekmez toprağı katılmaz. Günümüzde unutulmaya başlanmış bir pekmez çeşididir.(Çırak, 2010, Savaştepe-Balıkesir).

6.1.14. Şeker Kamışı Pekmezi (Balıkesir): Şeker kamışı yıkanır, bir miktar su ile hafif kaynatılır. Çuvallara konarak suyu süzdürülür. Elde edilen su, pancar pekmezinde olduğu gibi hazırlanır. Eskiden ninelerimiz yaparmış, günümüzde fazla bilinmemektedir.

6.1.15. Sütlü Pekmez (Divriği): "Üç kilo kadar dut pekmezinin içine yarısı kadar pişmiş, soğumuş süt katılarak güneşe bırakılır, sık sık karıştırılır. Pekmez koyulaşınca tekrar yarım kilo kadar süt katılır ve yine güneşe konularak sık sık karıştırılır. Bu şekilde elde edilen sütlü pekmez sırlı küp içine konularak muhafaza edilir." (Üçer-Pekşen, www.ajans.kemaliye.net/dut-paneli-bilgileri/dut-paneli-notlari-3/).

6.2. Sirke

Sirke, meyvelerin kendi mayalanması ile elde edilen üründür. Çeşitli meyvelerden sirke yapımı Türk kültüründe var olan bir gelenektir. Üzüm ve elma sirkesi her bölgede üretilir, hemen hemen her yerde bulmamız mümkündür. Üzüm, elma, nar, ahududu, böğürtlen, yaban mersini, limon, balsamik sirke, malt, Hindistan cevizi, pirinç, çeşnili sirke, meyveli sirke, damıtık sirke bilinen sirke çeşitleridir. Ancak dağ eriği, ahlat, alıç, geyik elması, kamış, armut, pancar sirkeleri gibi çeşitleri her yerde bilinmeyip günümüzde unutulmaya başlanmıştır.

Sirke, salatalarda, yemeklerde ve turşu yapımında yaygın olarak kullanılır. Bazı sirke çeşitleri aşağıda verilmiştir:

6.2.1. Dağ Eriği, Armut, Ahlat, Alıç, Geyik Elması Sirkesi: Meyveler olgunlaşınca toplanır, yıkanır, ayıklanır, büyük olanlar doğranır, küplere veya kavanozlara doldurulur, üzerine su konulur ve biraz tuz ilave edilip ağzı sıkıca kapatılır. Karanlık ve serin yerde bekletilir.

6.2.2. Üzüm Sirkesi: 1 kg yaş üzüm, 3 litre su, 200 gram tuz, bir çay kaşığı tere tohumu, bir çay kaşığı hardal tohumu hazır edilir. Üzümler sıkıştırılır, posalarıyla birlikte cam kavanoza yerleştirilir ve tüm malzeme içine boşaltılarak ağzı sıkıca kapatılır. Karanlık ve serin bir köşede bir-iki ay bekletilir. Elde edilen sirke, cam şişelere süzülerek kullanılır. Üzüm sirkesi, üzüm şırasından elde edildiği gibi, pekmez yapıldıktan sonra geride kalan posanın mayalandırılmasıyla da elde edilir.

6.2.3. Elma Sirkesi: 1 kg elma, 3 litre su, 200 gram tuz, bir çay kaşığı tere tohumu, bir çay kaşığı hardal tohumu hazır edilir. Elmalar doğranır veya ezilir, posalarıyla birlikte cam kavanoza konur. Tüm malzeme içine boşaltılır, ağzı sıkıca kapatılır. Karanlık ve serin bir köşede bir-iki ay bekletilir. Suyu süzülerek kullanılır.

6.2.4. Limon Sirkesi: 1 kg limon, 3 litre su, 200 gram tuz, bir çay kaşığı tere tohumu, bir çay kaşığı hardal tohumu hazır edilir. Limonlar, kabukları soyularak, posalarıyla birlikte cam bir kavanoza yerleştirilir. Tüm malzeme içine boşaltılır, ağzı sıkıca kapatılır. Karanlık ve serin bir köşede bir-iki ay bekletilir.

6.2.5. Meyve Sirkesi: Ahududu, böğürtlen ya da yaban mersini meyvelerinden yapılır. Salatalarda tercih edilen bir sirke çeşididir.

6.2.6. Çeşnili Sirke: Meyvelerden ve değişik baharatların karıştırılmasıyla yapılan sirke çeşididir.

6.3. Boza

"Türklerin sevdikleri koyu sıvı, tatlımsı, mayhoş bir içki türüdür. Selçuklular zamanında 'Bekni' adı verilmiştir. Darı, buğday, mısır, pirinç veya arpadan yapılırdı. O zaman, olgunlaşması için testide korunurdu.

Kışın içilen mevsimlik içkimiz boza, Türkiye'de daha çok darıdan yapılır. Karlı kış gecelerinde gecenin sessizliğini bozan, sokakta boza satan bozacının sesi, bize belki de kış mevsimini daha çok sevdirmektedir. Ansiklopedik bilgilerde bozanın Orta Asya'da ve Doğu Anadolu'da M.Ö. 4. yüzyıldan beri var olduğu söylenmektedir. Eski Yunan ve Roma'da da içilmekteydi. Günümüzde Kırım, Volga yöresi, Kafkasya, Türkistan, Balkanlar, Macaristan, Mısır, Arabistan ve İran'da da yapılmaktadır. Osmanlı kayıtlarında bozanın daha çok Edirne, Bursa, Amasya ve Mardin gibi (16.yy) illerimizde üretildiği belirtilmektedir. Evliya Çelebi, 17.yy ortalarında İstanbul'da çok sayıda bozacı dükkânı olduğunu kaydediyor. Boza, besleyici ve ısıtıcı özelliği nedeniyle eskiden orduda da kullanılmıştır. Bu içki tamamen Türklerin içkisidir." (Tezcan 2000:107-108).

6.3.1. Evde Boza yapımı: 2 kg bulgur, 100 gram ekmeklik hamur (tülbende sararak kullanılır), 2,5-3 su bardağı şeker, servisi için tarçın.

Bulgur ayıklanır, yıkanır, emaye kova veya uygun büyüklükte bir kaba konularak soba veya maşınga (kuzine) üzerine konur. Buğdaylar lapa kıvamına gelene kadar pişirilir, tel süzgeçten geçirilir, geçirirken ara ara su eklenir, (geçirme işlemi kolay olsun diye) sonra içine tülbende sarılmış ekmek hamuru konur, soba arkasına veya sıcak bir ortama bırakılır. Göz göz kabarcıklar oluşana kadar ara sıra karıştırmak suretiyle ekşimesi beklenir. Gerekli ekşiliğe ulaşan bozanın kokusu ve tadı kontrol edilir. İsteğe uygun hale gelince içindeki maya çıkartılır.

Boza yapmak için ikinci ve daha pratik yol da ekmek mayası yerine bir bardak hazır boza kullanmaktır(eskiden mayalık olsun diye boza ayrılıp saklanırdı). Yapım tekniği aynıdır. Hemen tüketilemeyecek kadar çok yapılmışsa ekşime devam etmesin diye soğuk yere kaldırılır ve istendiği zaman servise hazırlanır. İçilecek kadarına toz şeker eklenir, karıştırılır.

Özel hazırlanmış boza, yüksek boğazlı cam sürahilere doldurularak saklanır. Yapımı, saklanması ve servis aşamalarında cam, emaye veya porselen kabın dışında kap kullanılmaz. Soğuk içilir. Üzerine tarçın serpilmeden servis edilmez. İsteğe bağlı olarak da sarı leblebi ile servisi uygundur. Bozanın ekşiliği isteğe göre değişir. Tatlı veya ekşi içimi tercihe bağlıdır. Gerçek boza içine asla vanilya konulmaz. Sadece tarçın ile tatlandırılarak servis yapılır. (Taşlı, 2010, Balıkesir).

7. EKŞİLER

7.1. Kımız: "Eski Türklerin içkisi kımız idi. Kımız, gerçek Türk içkisi idi. Kısrak sütünden yapılıp süt renginde kekremsi idi. Prof. W. Eberhard, "Kımız içilen sahalarda Türkler oturmuştur diyebiliriz" diyor." (Tezcan 2000: 26).

7.1.1. Tanımı ve Tarihçesi: "Kısrak sütünden yapılan ve binlerce yıldan beri Türkler tarafından sevilerek içilen bir Türk içeceğidir. Eski Türklerin bu ürünü 'Tanrı içkisi' olarak kabul ettikleri ve Tanrı'ya sundukları anlaşılmaktadır. Orta Asya Türklerine göre Kımız beşikten mezara herkesin içkisi; ihtiyarlık, dermansızlık ve birçok hastalığın hakiki ve doğal ilacıdır. Kımız yiğitlerin cesaretini artıran, ozanlara ilham, vücuda dinçlik

ve neşe veren, ümitsizlik ve kötü düşünceleri kökünden söküp atan bir süt ürünüdür. Kırgızlar 'kımız içen evin uçuğu bile olmaz' diyerek bunun sağlık bakımından önemini dile getirmişlerdir. Bu ürünü dünyaya Türkler tanıtmıştır.

Kımız esas olarak kısrak sütünden yapılır. İnek sütünü kısrak sütüne benzeterek kımız yapım yöntemleri de gelişmiştir. Kısrak sütünden kımız üretiminde geleneksel, sanatoryumlarda ve bazı modern tesislerde ise endüstriyel yöntemler kullanılır." (Yaygın 1999: 173-174)

7.1.2. Geleneksel Yöntemle Kımız Yapımı: "Kımızın geleneksel yöntemle hazırlanması çok emek ister. Bölgelere göre farklılıklar görülür. Göçebe şeklindeki yaşamda evlerde bu süt ürünü yüzlerce, belki binlerce yıldan beri deriden yapılmış 'torsuk' veya 'saba' adı verilen tulumlar içinde üretilmiştir. Kırgızlarda geleneksel Kımız yapımı şu şekilde açıklanmıştır:

Sağılan süt ısıtılmadan bu kaplara koyulur. İçine % 20 oranında maya katılıp özel karıştırıcılarda yarım saat dövülür. Bu süt 3-4 saat kadar dinlendirilir ve bu sürenin sonunda sütün yüzeyinde hava kabarcıkları görülmeye başlar. Bu durum fermantasyonun başladığını gösterir. Buraya 4-5 kısım kadar süt katılır ve karışım yine karıştırılır, sonra 7-8 saat kadar dinlendirilir. Tekrar 4-5 kısım süt katılır, kuvvetli bir şekilde karıştırılır ve 3-4 saat kadar dinlendirilir. Dinlendirme sırasında kazein pıhtılaşmasını önlemek için sütün zaman zaman kuvvetlice karıştırılması gerekir.

Kımızın yapımında fermantasyonun başlaması ve sona ermesi için geçen süre ortamın sıcaklığı ile yakından ilgilidir. Fakat ne olursa olsun en hafif kımızın oluşumu için bile geçen süre 4 saatten az olamaz. Zaman geçtikçe kımızda asitlik ve alkol oranı yükselir ve sert kımız oluşur. Sert kımıza süt katarak hafif ve orta sert kımız yapılır. Kımızı uzak yerlere taşımak için deriden yapılmış 'kumgan' adı verilen özel kaplar, içerken kullanılan özel kımız sunma kapları vardır." (Yaygın 1999:175)

7.2. Kefir: Kültür ilave edilerek üretilen, insan sağlığına yararlı etkiler yapan, ayrana benzer fermente bir içecektir. İçindeki yararlı bakterilerin özelliği ile yoğurda, tadıyla ayrana benzer bir süt ürünüdür.

7.2.1. Geleneksel Kefir Üretimi: Geleneksel şekilde sütün, kefir taneleri ile fermente edilmesiyle üretilmektedir. Kefir evlerde yapılır ve endüstriyel olarak üretilir. Evlerde kefir yapımında süt beş dakika kadar kaynatıldıktan sonra bir kaba koyulur. 25°C'ye kadar soğutulan sütün üzerindeki kaymak tabakası alınır. 1 litre süt için 15–20 gr kefir tanesi katılır ve süt iyice karıştırılır. Kapağı kapatılan kap süt 22–25°C de kalacak bir yere bırakılır. Sıcak havalarda kap odada kalabilir. Soğuk havalarda ise sütün sıcaklığını muhafaza etmek için önlem alınmalıdır. Termos içinde mayalanma yapılabilir. Kap içindeki süt, normal olarak 18-24 saat arası pıhtılaşır. 8-10 saat sonra daneler tekrar karıştırılmalıdır. Pıhtılaşma süresi üzerine kefir danesinin miktarı, inkübasyon sıcaklığı etkiler. Elde edilen pıhtı tel süzgeçten geçirilir. Süzgeç üzerinde kalan taneler su ile yıkandıktan sonra bir bardağa boşaltılır. Tanelerin üzerine su koyulur. Burada birkaç gün muhafaza edilebilir. Taneler hemen veya bir iki gün sonra tekrar kefir yapımında kullanılır. Kefir birkaç gün buzdolabında saklanabilir." (Yaygın 1999:184)

7.3. Meyve Ekşileri

7.3.1. Erik Ekşisi: Bazı erik türleri ekşi tat verirler. Bunlar iki şekilde kullanılır. Birincisi, kurutularak parça olarak çorba ve yahnilere katılır. İkincisinde, erikler taze iken ezilir, süzülür ve kaynatılarak yoğunlaştırılır. Çorbalara, yahnilere, salatalara, sulu köftelere ve bazı tür dolmalara katılır.

7.4.2. Şilor (Erik Ekşisi): Erik toplanır, yıkanır. Tencerede suyla iyice kaynatılır. Piştikten sonra ezilerek çekirdekleri çıkartılır. Tepsiye yayılarak güneşte kurutulur. Tuzlanarak kaplara konup saklanır. Turşu aşı, dolma, kısır vb. yemek ve yiyeceklerde salça gibi ezilerek kullanılır. (Aladağ, 2010, Ahlat- Bitlis).

7.3.3. Ekşi (Ayvalı Elma Ekşisi): "Tercihen yeşil renkli ve hafif söbemsi olan yeşil elmalar kullanılır. Elmalar doğranır ve tokmakla dövülür, sıkılır; cendere veya bir başka baskıdan geçirilerek suyu dökülür. Bu su kazanlarda iyice koyulaşıncaya kadar kaynatılır. İçine bir miktar da aynı ameliyeden geçirilerek ayva katılır. Ayva güzel koku verir." (Abdülkadiroğlu 1992: 15)

7.3.4. Canerik Ekşisi: Yapılışı ve kullanımı erik ekşisi gibidir.

7.3.5. Erik Macunu: Olgun erik kendi suyunda kaynatılır, soğuyunca çuvaldan süzülür. Süzüntü, tirki (geniş kazandan, derinliği az pişirme aracı, dığan) içinde odun ateşinde pekmezden daha koyu kıvamda koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Sonra küplere veya kavanozlara doldurulur. Soğuyunca ağzı kapatılır. Serin yerde saklanırsa iki üç yıl dayanır. Sulandırılarak içecek olarak tüketilir. Çorba, salata, dolma ve sarmalarda ekşi olarak kullanılır. Unutulmuş ekşi çeşitlerindendir.

Aynı yöntemle dağ erikleri ile de yapılır. Balıkesir'in köylerinde hâlâ yapılan bir ekşi çeşididir. Eriğin bol yetiştiği bölgelerde, özellikle köylerde hâlâ yapılır.

7.3.6. Nar Ekşisi: Narın ekşi ve tatlı cinsleri vardır. Ekşi nar taneleri çuvallarda veya preslerde ezilir, suyu süzüldükten sonra kazanlarda pekmez kıvamına gelinceye kadar karıştırarak kaynatılır. Yoğunlaşınca şişelere doldurulup saklanır. Erik ekşisi gibi kullanılır. Ülkemizde yaygın kullanılan ekşi çeşididir.

"Geleneksel Yöntemle Nar Ekşisi/Kara Ekşi Yapımı: En ekşi nar, Ege yöresinde "taş narı" diye adlandırılan nardır. Ekşi yapımı için de en çok taş narı tercih edilir. Narlar taneleri pembeleşmeye başladığında toplanırsa ekşilik oranı artar. Ekşilik nar hasadı ağustos sonu eylül başında yapılır. Henüz çok sulanmadığı için 10 kg. nardan yaklaşık 1 litre ekşi olur.

Yıkanıp taşla kırılarak sulanması sağlanan narların taneleri kabuklarına küçük sopalarla vurularak "kurna"larda (kurna, büyük kütüklerden oyularak yapılmış; ince uzun, bir tarafı oluklu tekne) tanelenir. Kurnanın içinde biriken narlar kese/çuvallara doldurulup kurna içinde ayakla çiğnenerek suyu sızdırılır. Kurnanın oluğundan akan nar suları bakır dığanlarda (yayvan büyük kazan), odun ateşinde kaynatılır. Kaynamaya başlayınca üzerinde biriken kef/köpük alınıp atılır. Taşmaması için ara ara karıştırılır. Son zamanda içine kekresini alması için iki adet etli kırmızı biber ve bir büyük baş soğan atılır. Bu işleme "erdirme" denir. Karınca başı kaynamaya başladığında (küçük küçük taşacak gibi) ocaktan indirilir. Kaynatılma işlemi tamamlandığında dığanda ortalama 3 litre ekşi kalmıştır. Ekşinin içine litre başına bir çorba kaşığı tuz atılıp soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra süzülerek şişelere doldurulur.

Not: Nar ekşisi cam şişede saklanırsa daha koyu bir kıvam alır. Plastik şişede daha duru bir kıvamda kalır. Arzuya göre biri tercih edilebilir. Taze yapılan ekşi daha açık renkte olur. Zamanla rengi koyulaşır. Ekşinin yeni sezon ürünü mü, yoksa bir önceki yıldan mı kaldığı renginden belli olur." (Ergun, 2010, Kuyucak Aydın)

7.3.7. Tatlı Ekşi: Tatlı nar ile ekşi nar karışımından veya ekşi nar ile üzüm şırasından yapılır. Yukarıda verdiğimiz geleneksel yöntemle ekşi tarifi, tatlı ekşi için de geçerlidir. Birlikte kaynatılan karışımın içine yine biber, soğan ve tuz atılarak erdirilir.

Not: Ekşinin kullanıldığı her yerde tatlı ekşi de kullanılabilir. Ege yöresinde servis edilirken kırma zeytinin üzerine gezdirilir. Ekmekle bandırılıp yenir. Zeytine normal ekşi konduğunda zeytinyağı da ilave edilir; fakat tatlı ekşi konduğunda yağ konması gerekmez. (Ergun, 2010, Kuyucak Aydın)

7.3.8. Nardenk: "Nar, erik gibi meyvelerden çıkarılan ekşi bir pekmezdir. Ayrıca bir de "nardenk aşı" vardır." (Sarı 1982:252).

7.3.9. Limon Ekşisi: Eskiden dalından koparılmış limondan ziyade yatak limonu denilen bekletilmiş limonlar tercih edilirdi. Nevşehir yöresindeki mağaralarda veya kâğıtlara sararak serin yerlerde bekletilen limonlar, limonun bulunmadığı yer ve zamanlar için kullanılırdı. Yapılışı kolaydır. Limonun suyu sıkılıp çekirdekleri süzülür. Elde edilen limon suyu, ekşi olarak, salatalarda, yemeklerde, pastacılıkta ve limonata yapımında kullanılır.

7.3.10. Koruk Ekşisi: Üzümün olgunlaşmamış olanına koruk denir. Koruk, ezilip süzüldükten sonra limon suyu gibi kullanılır. Dondurucuda küçük kalıplar halinde dondurulup kışın da kullanılabilir. Ayrıca kaynatılıp yoğunlaştırıldıktan sonra şişelere konarak her mevsim için hazır bulundurulur.

7.3.11. Sumak Ekşisi: Sumak bitkisi, Akdeniz yöresinde yol, bağ, bahçe kenarlarında kendiliğinden yetişir. Sumak tohumları toplandıktan sonra kurutulur; "dibek" denilen oyulmuş taş içinde veya havanda dövülür veya öğütülerek ırmik şekline getirilir. Sumak taneleri kaynatılarak şıra elde edilir. Şıranın kaynatılıp yo-

ğunlaştırılmasıyla pekmez kıvamına getirilen ekşi, şişelere doldurularak saklanır. Çorbalara, bazı dolmalara, sulu köftelere, salatalara katılır.

7.3.12. Turunç Ekşisi: Turunçların suyu sıkılır, taze olarak kullanılır veya kaynatılıp yoğunlaştırılarak saklanır.

7.3.13. Kızılcık (Kiren) Ekşisi (Kütahya-Kastamonu), Kızılcık Peltesi: Kızılcık olgun zamanında toplanır, ayıklanıp yıkandıktan sonra kg başına bir litre su ilave edilerek kaynatılır. Pamuklu bir bez torbaya konularak veya preste sıkılarak suyu süzülür. Kızılcık suyu kazanlara konularak odun ateşinde karıştırılarak koyulaşana kadar kaynatılır, ara ara köpüğü alınır, macun kıvamına gelinceye kadar kaynatılır. Farklı bölgelerde aynı usulle yapılan macunlara "eşi" denir. Salatalarda ve yemeklerde ekşi olarak kullanılır.

7.4. Şalgam: Şalgam A,B,C vitaminleri ile özellikle kalsiyum, demir gibi mineral maddeler bakımından zengin besin değeri yüksek bir bitkidir

7.4.1.Şalgam Suyu: 10 litrelik şalgam suyu için; 10 litre ılık su, 1 su bardağı setik (bulgur unu) veya 1 bayat ekmek içi, 4-5 adet siyah havuç, yarım kg siyah turp (çelem), 3 yemek kaşığı kaya tuzu, 1 yemek kaşığı toz şeker, 1 adet elma gereklidir.

Hazırlanışı şöyledir: Bulgur unu, yoksa ekmek içi bir keseye konulup bağlanarak bidonun tabanına yerleştirilir. İçine temizlenmiş ve dikey kesilmiş havuç, yıkanıp yarım ay şeklinde ince ince dilimlenmiş turp konur. Bir miktar suda eritilmiş tuz ilave edilir, daha sonra 10 litrelik ılık su üzerine eklenir. Elma doğranıp üzerine ilave edilir, en son şeker atılarak bidonun kapağı kapatılır. Bidonun üzeri örtüyle örtülerek oda sıcaklığında 10-15 gün bekletilir. Sonra açılarak soğutulup içilir. (Avcı, 2010, Adana)

8- DİĞER KIŞ HAZIRLIKLARI

8.1. Çırtan (Çökelek): Ayran kaynatılır. Lor oluşur. Lor sıkılır top top yapılır. Güneşte kurutulur. Kışlık saklanır. Kullanılacağı zaman suyun içinde birbirine sürtülerek eritilir. Ayran kıvamına gelir, içecek olarak içilir. Eritilerek, ayran çorbası yapımında da kullanılır (Köksal, 2010, Tunceli)

8.2. Kurut: Yeterince ayran bir tencereye konur. Zamanla ayran üzerinde oluşan su devamlı süzülerek alınır. Dibe çöken yağ ve yoğurt tortuları tam bir macun kıvamına ulaşınca ele alınarak patates büyüklüğünde iyice sıkıldıktan sonra temiz bir bez üzerine dizilerek kurutulur. Kış mevsiminde kurutlar ezilerek ayran yapılır. Ayran çorbası yapımında kullanılır.

8.3. Katık-Keş (Bolu): Kaynamış yağlı sütten yoğurt çalınır. Yoğurt bir bez torbaya konulup asılarak suyu süzülür. Daha sonra bir kaba alınıp tuzla yoğrulur. İçine biraz çörek otu atılır. Yumurta büyüklüğünde şekil verilerek gölgede esinti alan bir yerde kurutulur.

8.4. Tuzlu Süt: Tercihen keçi sütünden yapılır. Genellikle akşam sağılan süt, sağılır sağılmaz topraktan yapılma, ağzı çok geniş olmayan, alt kısmı küçük bir testiye benzeyen kaba konur. Üzerine tuz ekilir. Tuz miktarı, yemeğe eklenen tuz kadar, hafif belli olacak şekildedir. Sonra ağzına katlanmış tülbent veya patiska gibi bir bez bağlanır. Karanlık ve serin bir odada saklanır. Her gün süt eklenerek kap boğazına kadar doldurulur ve yoğunlaşması beklenir. İçine tuz katılmış, hafifçe karıştırılmış yoğurt kıvamındadır. Şehirliler yoğurdu tuzlayıp saklamış sanır. Kahvaltılık olarak tüketilir. (Ayaz, 2010, Korucu Köyü İvrindi Balıkesir).

8.5. Süt Kurusu: Yoğurt, pamuklu bez torbaya konur, üzerine kaynatılmış soğuk süt dökülür ve torba asılır. Suyu iyice süzüldükten sonra tuzlanıp gelcire (toprak küçük küp) konur. Serin yerde saklanırsa bir-iki ay dayanır. Ayranı yapılarak ve ekmeğe sürülerek yenir. (Umar, 2010, Emre Köyü Kula Manisa).

8.6. Lorlu Biber Dolması: Dolmalık biber yıkanıp çekirdekleri çıkarılır. Tuzsuz lor, biberlerin içine doldurulur. Kavanozlara yerleştirilir, üzerini örtecek kadar zeytinyağı ilave edilir. Kavanozun kapağı kapatılarak serin yerde saklanır. Kışlık hazırlanan lorlu biberler kahvaltıya çıkarılarak veya zeytinyağında kızartılarak tüketilir. (Zeliye, 2010, Narlıdere Balıkesir)

8.7. Haşhaş Ezmesi: Haşhaş ezmesinin aşağıda iki türlü yapılışı verilmiştir:

1) "Tavaya (dığana) konur, yağsız olarak karıştırılarak kavrulur (kavrulan haşhaş kaşıkla kulağa yaklaştırıldığında çıt çıt sesi veriyorsa olmuştur). Kaşıkla özel haşhaş taşına konur. Sonra "elcik" denilen özel sürtme taşı ile iki elle tutularak sürtülür. Kenardan akanlar alınır." (Halıcı 1988:171)

2) Haşhaş yıkanır, tepsiye konur, fırında kurutularak kavrulur. Yakmamaya dikkat edilir, yoksa acı olur. Kavrulan haşhaşlar sıcak sıcak haşhaş değirmenlerinde çekilir. Kavanozda ağzı kapalı olarak kullanılmak üzere saklanır. Çörek, börek, kek, katmer, pide ve ekmeklerde kullanılır. Lezzeti ve besin değerini artırır. Haşhaş diyarı Afyon'dur. İç Ege'de kullanımı yaygındır. Akdeniz, İç Anadolu, Doğu Anadolu bölgelerinde kısmen kullanılır.

8.8. Tahin: Susam taneleri, yaklaşık altı saat kadar suda bekletilir, sonra özel bir teknikle kabuklarından ayrılıp kavrulur. Değirmende öğütülen kavrulmuş susam, tahin halini alır. Pastacılıkta, kahvaltıda, pekmezle karıştırılarak kahvaltılık olarak ülkemizde yaygın olarak tüketilir.

8.9. Susam Ezmesi/Sürtmesi: Susam yıkanır ve süzülür. Tepsiye yayılarak fırında kurutulup kavrulur. Kavrulan susam makinede veya değirmende ezilerek öğütülür. Eski usulle, sürtme taşı denilen iki taş arasında, susamın yağı çıkıncaya kadar el ile sürtülmesiyle elde edilir. Halen Manisa, Denizli ve Uşak civarı köylerinde eski usulle susam ezmesi yapılmaktadır. Bu yörelerde yaygın olarak tahin ve haşhaş ezmesinin yerine susam sürtmesi kullanılır. Şehirlerde ise makinelerde ezilmektedir. Damak tadına düşkün olanlar kışa hazırlık olarak evlerinde mutlaka susam ezmesi bulundururlar. Ülkemizin birçok yerinde unutulmuş bir tattır. Manisa-Kula'da, bayramlarda ve düğünlerde sürtmeli peksimet (haşhaşlı çörek gibi) yapılır, sürtmeli ekmek, sürtmeli yufka tatlısı gibi yiyeceklerin yapımında kullanılır. Pekmezle karıştırıp kahvaltılarda vazgeçilmez bir tat haline gelir.

Enerji, besin değeri yüksek bir ürün olan sürtme, tahine nazaran lif oranı yüksek olduğu için sindirim açısından da değerli bir gıda maddesidir.

Ayrıca sürtmeyle şu yiyecekler de yapılır:

1) Pekmezli Sürtme (Kula-Manisa), Sürtme Tatlısı: Denizli, Manisa, Uşak civarında susam ezmesi, pekmezle karılarak (üç kaşık sürtme, bir su bardağı pekmez) Muğla civarında balla karıştırılarak kahvaltılarda, Balıkesir'in Yörük köylerinde ise sürtme bir miktar su ve şeker ile karıştırılarak tavada iki üç dakika kaynatılır; sıcak olarak tüketilir.

Üç kaşık susam sürtmesi ile iyice karıştırılır. Kahvaltılarda, tatlılar ve pastaların süslemesinde kullanılır.

2) Sürtmeli Yufka Tatlısı (Balıkesir): Kuru yufkalar süt veya su ile ıslanır, yağlanmış tepsiye yerleştirilir. Yufkaların her katının arasına su ve yağla ezilmiş susam ezmesi sürülür. Beş altı kat döşendikten sonra üzerine sıvı yağ sürülerek fırında kızartılır, soğuk şerbet dökülerek biraz dinlendirilip ceviz veya kaymak ile servis yapılır.

3) Sürtmeli Akıtma: Bir su bardağı yoğurt suyu veya süt, iki yumurta, bir çimdik tuz, bir tatlı kaşığı karbonat, aldığı kadar un, boza kıvamında karıştırılıp çırpılır. Orta büyüklükteki tavada ince ince pişirilir. Pişen akıtma hamurları ortadan ikiye kesilir. Önceden hazırlanmış bir su bardağı pekmez ile üç çorba kaşığı sürtme karışımı, akıtma üzerine sürülür. Uçtan ortaya doğru rulo yapılır. İstenilen uzunlukta kesilir. Üzerine tekrar pekmezli karışım sürülür, kavrulmuş susama batırılıp servis yapılır.

8.10. Meyve ve Sebzelerin Saklanması: Ülkemizin çeşitli bölgelerinde, bostanın, meyvenin bol yetiştiği yaz mevsiminde üzüm, ayva, armut, karpuz, kavun gibi meyveler kışa saklanır. Bostan irileme zamanında toplanan dayanıklı kavunlar, sağlam iplerle tavana asılır veya saman üzerine dizilerek kış yarısına kadar bozulmadan saklanır. Manisa, Uşak, Denizli köylerinde ayva, armut, nar gibi dayanıklı meyveler asılarak

veya hayatlardaki[2] kaşlara[3] dizilerek kışlık olarak saklanır. Ayrıca Kayseri'de taze üzümler, budaklı çomaklara asılarak kışlık saklanır. Teknolojinin gelişmesiyle bu saklama yöntemi yerini soğuk hava depolarına bırakmıştır.

Ahlat'ta eskiden domates, bahçe bozumu zamanında meyveleri toplanmadan kökü ile köklenip öylece dalından tavana asılırdı, domatesler kızarınca kullanılırdı. Ayrıca lahana (pasak lahana) tavana asılıp uçlarından kesilerek kullanılırdı. Ayva, armut gibi dayanıklı meyveler de bulgurun içine gömülerek uzun süre saklanırdı. Günümüzde bu yöntem, kenar semtlerde, müstakil evlerde yaşayan Ahlat ahalisi tarafından hâlâ kullanılmaktadır. (Aladağ, 2010, Ahlat- Bitlis)

KAYNAKLAR

Yazılık Kaynaklar

Abdülkadiroğlu, A. (1992). Kastamonu mutfağı (dünü –bugünü). *4. Milletler arası türk halk kültürü kongresi bildirileri*. 5. Cilt. Ankara: HAGEM Yay.

Abdülkadiroğlu, A. (2002). Batı karadeniz mutfak kültürü. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Albay, R. (2002). Bursa'dan damağa vurgular. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Artun, E. (2002). Adana mutfak kültürü ve adana yemeklerinden örnekler. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Baysal, Ayşe. (1992). Türk mutfağında kışa hazırlık. *4. Milletler arası türk halk kültürü kongresi bildirileri*, 5. Cilt. Ankara: HAGEM Yay.

Baysal, A. (2002). *Beslenme kültürümüz*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Bilgin, A. (2002). Seçkin mekânda seçkin damaklar: Osmanlı sarayında beslenme alışkanlıkları (15.-17. Yüzyıl). *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Bilgin, A. (2008). Klasik dönem osmanlı saray mutfağı. *Türk mutfağı*. Ankara: T. C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay.

Birer, S., Tulgar, H. (1990). Kayseri ilinin yemek alışkanlıkları, tipik yemek tarifleri, standartlaştırılması ve kullanılan mutfak araçları. *Türk halk kültürü araştırmaları (Turkısh folk culture researches) 1990/1, Türk Mutfağı Özel Sayısı*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları.

Birer, S. (1991). Geleneksel türk kültüründe şeker-bal ve pekmezin yeri ve kullanım alanları. *Türk halk kültürü araştırmaları 1991/ 2*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürü Araştırma Dairesi Yayınları.

Cemeroğlu, B. (1986). *Meyve sebze işleme teknolojisi*. Ankara: Gıda Teknolojisi Derneği.

Cerrahoğiu, A. (2005) *Sofra nimetleri uygulamalı yemek kitabı*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Cumbur, M. (1982). Mevlana'nın mesnevisinde ve divanında yemekler. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.

Duman, M. (2002). Trabzon maçka'da, 1950-1960 yılları arasındaki geleneksel mutfak kültürü. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Güzelbey, C. C. (1982). Gaziantep'e özgü yemekler. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.

Halıcı, N. (1989). Anadolu mutfağında haşhaş. *II. Milletlerarası yemek kongresi 1988*. (Haz: F. Halıcı). Ankara: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yay.

Halıcı, N. (1993). Hamsi reçelinden zeytin reçeline *IV. Milletlerarası yemek kongresi.3-6 Eylül 1992*. Konya: Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

Kut, T. (2008). Günümüze uyarlanmış osmanlı yemek tarifleri. *Türk mutfağı*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay.

Kuyrukçu, H. (1976). *Pratik konservecilik ve turşuculuk*. Ankara: Şark Matbaası.

Maranki, A.-E. (2009), *Kozmik bilim ışığında şifalı yemekler*. İstanbul: Mozaik Yayınları.

2 *Geleneksel iki katlı Ege evlerinin üst katında güneye bakan yüzünde bulunan, yaklaşık evin kapalı alanı kadar yer kaplayan balkon.*

3 *Duvarda tavana yakın olarak yapılmış ahşap raf.*

Ögel, B. (1985). *Türk kültür tarihine giriş* C. 5. Ankara: Kültür Bakanlığı Yay.

Sarı, N. (1982). Osmanlı sarayında yemekler. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.

Şenocak, E. (2002). Elazığ mutfağı ve yöresel yemekleri. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Şimşek, E. (2002), Kadirli (osmaniye) mutfağı ve mahalli yemekleri. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Tan, N. (2002). Kastamonu'nun ünlü yemek, yiyecek ve içecekleri. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Tan, N., Tan, Ö. (2002) Kastamonu'da doğada kendiliğinden yetişen bitki ve meyvelerle beslenme. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. KOZ). İstanbul: Kitabevi Yay.

Tezcan, M. (2000). *Türk yemek antropolojisi yazıları*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Tombuş, N. (2002). Çorum'un eski mutbah ve yemekleri. *Yemek kitabı*. (Haz: M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Üçer, M., Pekşen, F. (2001). *Divriği'de mutfak kültürü, yemekler, gelenekler, inançlar, atasözleri*. Sivas: Sivas Hizmet Vakfı Yayınları.

www.ajans.kemaliye.net/dut-paneli-bilgileri/dut-paneli-notlari-3/

Yaman, R. (1990). Başlangıcından bu yana anadolu'da yemek kültürü. *Türk halk kültürü araştırmaları (Turkısh folk culture researches) 1990/1. Türk Mutfağı Özel Sayısı*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları.

Yaygın, H. (1999). *Yoğurt teknolojisi*. Antalya: Akdeniz Üniversitesi Basımevi.

Sözlü Kaynaklar

AKDAĞ, Nalân, Yaş: 31, meslek: Aşçı, doğum yeri: Tekirdağ

AKTAŞ, Sevgi, yaş: 44, meslek: Mantıcı, doğum yeri: Musalar Köyü Dursunbey-Balıkesir

ALADAĞ, Elif, yaş: 38, mesleği: Gıda teknolojisi öğretmeni, doğum yeri: Ahlat- Bitlis.

AVCI, Aydın, yaş: 39, meslek: Beden eğitimi öğretmeni, doğum yeri: Adana.

AVCU, Semiha, yaş: 46, meslek: Pastacı, doğum yeri: Balıkesir.

AYAZ, Vildan, yaş: 65, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Korucu Köyü-İvrindi-Balıkesir.

BOZKURT, Şenel, yaş: 36 (1973 Doğumlu), meslek: Öğretmen, doğum yeri: Gaziantep.

ÇAKMAK, Beyhan, yaş: 52, meslek: Yiyecek-içecek hizmetleri öğretmeni, doğum yeri: İstanbul

ÇETİNKAYA, Ayşe, yaş: 46, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: İncesu-Kayseri.

ÇIRAK, Havva, Yaş: 28, meslek: Fırıncılık, doğum yeri: Ova Bayındır Köyü-Balıkesir.

ÇIRAK, Ayşe, yaş: 70, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Savaştepe-Balıkesir.

DEMİR, Ayşe, yaş: 65, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Gökçeağaç Köyü, Susurluk-Balıkesir.

DEMİRCİ, Server, yaş: 40, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Konya

DURMAZ, Fatma, yaş: 42, meslek: Mantıcı, doğum yeri: Karakol Köyü- Balıkesir.

ERDOĞAN, AYNUR, yaş: 44, meslek: Fırıncılık, doğum yeri: Sındırgı-Balıkesir.

ERGUN, Pervin, yaş: 42, meslek: Öğretim üyesi, doğum yeri: Kuyucak-Aydın

GENEL, Hatice, yaş: 38, meslek: Fırıncılık, doğum yeri: Uzun Göl Köyü, Çaykara-Trabzon.

GÖRSEV, Yüksel yaş: 35 meslek: Mantıcı, doğum yeri; Balıkesir.

GÜMÜŞ, Gülden, yaş: 34, meslek: El sanatları öğretmeni, doğum yeri: Bayramiç-Çanakkale.

KAHRAMAN, Fatma, yaş: 68 meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Emre Köyü-Kula-Manisa

KARAÇANTA, Murat, yaş: 50, meslek: İl Kültür ve Turizm Müdür Yardımcısı, doğum yeri: Kars.

KARAKOÇ, Zeliye, yaş: 29, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Narlıdere-Balıkesir.

KAYA, Ülker, yaş:42, mesleği: Gıda teknolojisi öğretmeni, doğum yeri: Ayvalık-Balıkesir.

KOCAMAN, Kadriye, yaş: 50, mesleği: Ev hanımı, doğum yeri: Malatya

KOCAYİĞİT, Fadime, Yaş:78, mesleği: Ev hanımı, doğum yeri: Emre Köyü-Kula-Manisa

KOCAYİĞİT, Fadime, Yaş:60, mesleği: Ev hanım: Ev hanımı ı, doğum yeri: Emre Köyü-Kula-Manisa

KÖKSAL, Rıfat, yaş: 55, meslek: Biyolog, doğum yeri: Tunceli

KÖSERİ, Nilüfer, yaş: 50, meslek: Fırıncılık, doğum yeri: Şeremetler Köyü, Kepsut- Balıkesir.

KURUM, Şenay, yaş:31, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Salihli-Manisa

TATOĞLU, Mürvet, yaş: 37, mesleği: Pastacı, doğum yeri: Çanakkale

ÖZBAYRAM, Numan, yaş: 40, mesleği: Tarih öğretmeni, doğum yeri; Köseler Köyü-Balıkesir.
SEVGİ, Ayşe, yaş: 50, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Mut- İçel
TAŞLI, Meral, yaş: 52, meslek: Gıda teknolojisi öğretmeni, doğum yeri: Balıkesir.
TETİK, Fatma, yaş: 50, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Savaştepe –Balıkesir.
TUVAN, Fatma, yaş: 50, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Kars.
UMAR, Ayşe, yaş: 98, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Emre Köyü-Kula-Manisa.

TÜRK KÜLTÜRÜNDE BİR DEĞER: PASTIRMA

Ümit GÜRBÜZ

Tarihçe

Pastırma, kendine özgü üretim teknolojisiyle asırlardan beri üretilen Türklerin milli bir et ürünüdür. Pastırmanın tarihi Orta Asya'da Hun Türklerine ve Oğuzlara kadar uzanmaktadır. Daha orta çağlarda Asya bozkırlarından Avrupa'ya göç eden Türklerin kuru et tükettikleri Avrupalıların dikkatini çekmiş ve o zamanlar Avrupalı bilginler Türkleri çiğ et tüketmekle suçlamışlardır. Bu konu ile ilgili olarak, Romalı bir yazar olan Weber-Baldamus pastırmanın Hun Türkleri tarafından tüketilen bir besin maddesi olduğunu Antakyalı Amianus'un (273-375) eserini kaynak göstererek ifade etmiştir. Bu eserde Hun Türklerinin pişmiş yemek tanımadıkları, yabani otlar ile atın sırtında, baldırları arasında ezdikleri yarı pişmiş eti yediklerini iddia edilmiştir. Hâlbuki bugün Macar Milli Müzesinde halen saklanmakta olan Hun Türklerine ait at eğerleri ve yan taraflarında asılı duran deri torbalar, Avrupalı bilginlerin aksine, pastırmanın ürün haline getirilmiş olarak buralarda taşındığını belgelemektedir (Anıl, 1988; Karasoy 1952).

Pastırma kurutulmuş bir et ürünüdür. Türkçe "*bastırmak-bastırma*" kelimelerinden türemiştir. Orta Asya Türkleri, Selçuklular ve Harzemşahlar kurutulmuş et ve pastırmayı "*kak, kak et*"; Osmanlılar pastırma yapımını "*kaklamak*", Mısırdaki Memlük Devleti'nde ise pastırma doğrudan "*kak*", rüzgârda kurutulmuş et de "*süret, sür-et*" olarak ifade edilmiştir. Divan-ı Lügat-it Türk'te pastırmadan "*yazok et*" olarak bahsedildiği ve bu ifadenin "yazın ye" anlamına geldiği belirtilmektedir (Ögel 1978). Evliya Çelebi Seyahatnamesinde ise pastırma "*kaditet*" adıyla anılmaktadır.

Çok eski çağlardan günümüze kadar çeşitli Türk Devletlerinde "*kak*", "*yazok et*" ve "*kadidet*" adlarıyla anılan pastırma günümüzde Yunanistan, Ermenistan, Mısır ve diğer Müslüman ülkelerde üretilmekte ve büyük bir beğeni ile tüketilmektedir (Doğruer, 1992).

Pastırmanın Anadolu'ya hangi tarihlerde geldiği kesin olarak bilinmemekle beraber, Selçuklular tarafından getirildiği ileri sürülmektedir (Anıl, 1988; Tekinşen ve Doğruer 2000). II. Ahmet'e ait bir fermanda pastırma kelimesi geçmekte ve pastırmanın Fatih Sultan Mehmet döneminde İstanbul'da yapıldığı anlaşılmaktadır (Karasoy, 1952). Pastırma yapımına ilişkin ilk yazılı bilgilere 1869 tarihli bir *İnşa Defteri*'nde rastlanılmakta; Fahriye Hanım da 1894 tarihli *Ev Kadını* adlı eserinde bazı pastırma çeşitlerinin (Kayseri, Trakya ve Kafkas pastırmaları) yapımı hakkında ayrıntılı bilgiler vermektedir (Tekinşen ve Doğruer 2000).

Etin güneşte kurutulması Türkler tarafından yaygın olarak kullanılmıştır. Türkler bu basit kurutma işini, kendi örf ve ananelerine göre özel kesim, parçalama ve yapım teknikleri uygulayarak geliştirmişler ve pastırmacılığı milli bir beslenme sanatı dalı haline getirmişlerdir (Anıl 1988). Ayrıca savaşçı bir millet oldukları için hayatları at üstünde geçen Eski Türklerin atlarının terkilerinde taşıdıkları bu et ürünü, ilk taşınabilen besin maddesi olarak da literatüre geçmiştir (Gürbüz 1994; Tekinşen ve Doğruer 2000).

Pastırma, üretim teknolojisi gereği bütün kas ve kas gruplarından elde edildiğinden içine yabancı et, sakatat ve yenmesi adet olmamış dokular katılamadığından hile kabul etmemektedir. Ayrıca düşük rutubetli olması, tuz ve antibakteriyel etkisi olduğu bilinen sarımsağın ilave edilmesi nedeniyle de patojen (hastalık oluşturan) mikroorganizmalar için elverişsiz bir ortam oluşturmaktadır. Bu nedenle de güvenle tüketilecek bir besin maddesi olduğu söylenebilir (Berkmen 1940).

Pastırma Üretimiyle İlgili Temel Teknolojik Bilgiler

Pastırma, Türk ananeleri doğrultusunda "*çırak-kalfa-usta*" esaslarına göre başta Kayseri olmak üzere pek çok yörede üretilmektedir. Günümüzde pastırmacılık bir sanayi kolu haline gelmiştir. Pastırma üretimi, hayvanın temininden pastırmanın dilimlenip yenmesine kadar bütün aşamalarda kendine özgü özellikler göstermektedir (Anıl 1988).

Pastırmalık etlerin işlenmesi, etlerin tuzlanmasından çemenlenmesine kadar olan bütün safhaları içermektedir. Pastırmalık etler kalın uçlarından delinip ipler takıldıktan sonra diğer benzeri ile eşleştirilirler. Tuzun ete iyi işlemesini sağlamak ve etin su kaybını kolaylaştırmak için etin bir yüzüne, et kalınlığının yarısını geçmeyecek şekilde kesitler (şak'lar) yapılır. Bundan sonra etlerin tuzlanmasına (1. tuzlama) geçilir. Kesit yüzeyi üste gelecek şekilde istiflenen pastırmalık etler, bu şekilde 24 saat süre ile tuzda bekletilir. Bu sürenin bitiminde tuzlanan pastırmalık etler ters çevrilerek 24 saat süreyle bu şekilde yeniden bekletilirler (2. tuzlama). İkinci tuzlamada süre biraz daha kısa tutulabilir.

Pastırma üretiminde tuzun iriliği önem arz etmektedir. Tuzun iri olması halinde, etin yeterince tuzunu almayacağı; tuzun çok ince olması halinde ise ürünün tuzlu olacağı ifade edilmektedir (Anıl 1988; Gürbüz 2004; Karasoy 1952). Anıl (1988), pastırma üretiminde belirtilen olumsuzlukların ortadan kaldırılabilmesi için "*karınca başı*" tabir edilen orta büyüklükte tuz kullanılmasının gerekliliğini vurgulamıştır. Tuzlama işlemi tamamlanan pastırmalık etlerin yıkama işlemine geçilir. Anıl (1988), tuzlu pastırmalık etlerin içi su dolu ve suyu akar durumda olan teknelerde 30 saniye süreyle çalkalanarak yıkanması, yine içi su dolu ikinci bir teknede de aynı süreyle durulanması gerektiğini ifade etmiştir.

Fazla tuzlarından arındırılmak amacıyla yıkama işlemi tamamlanan pastırmalık etlerde kurutma işlemine geçilir. Kurutma işleminde uygulanacak süre ortamın sıcaklığına, pastırmalık etin kalınlık ve inceliğine göre değişim göstermektedir. Bununla birlikte ortalama olarak birinci kurutma işleminin 3 gün süreyle uygulanması yeterli olmaktadır. Tekinşen ve Doğruer (2000), birinci kurutmanın yeterliliği için objektif bir ölçütün olmadığını, bu aşmada pastırmalık etlerde yumuşak bir kabuk ve kendine özgü bir kokunun meydana geldiğini vurgulamışlardır.

Birinci kurutma işlemi tamamlanan pastırmalık etlerde "soğuk denkleme" olarak da adlandırılan birinci baskılama işlemine geçilir. Birinci baskılama için 12 saat süre yeterli olmaktadır. Birinci baskılamadan alınan pastırmalık etlere 2-3 gün süreyle, ikinci kurutma işlemi uygulanır. Karasoy (1952), bu sürenin güneşli mevsimlerde 1-3 gün, soğuk ve güneşsiz havalarda ise 10 gün sürebileceğini ifade etmiştir. Ayrıca ince pastırmalık etlere ikinci kurutmanın uygulanmasına gerek olmadığı belirtilmiştir. İkinci kurutma sonunda, pastırmalık etler "terli denkleme" (sıcak denkleme) olarak da ifade edilen ikinci baskılama işlemine alınırlar. İkinci baskılama için 45 dakika ile iki saat arasında değişen bir sürenin bu işlem için yeterli olacağı ifade edilmektedir (Anıl 1988, Gürbüz 2004).

Terli denkleme sonrası, pastırmalık etler büyüklük ve hava şartlarına bağlı olarak "*boyunduruk*" adı verilen yerlerde 3-15 gün bekletilirler. Bu dönemde pastırmalık etler olgunlaşarak gerçek vasfını kazanmakta ve çemenlemeye hazır hale gelmektedir.

Çemenleme pastırmanın kendine özgü tat, aroma, renk ve lezzet kazanmasını sağlamak amacıyla yapılan bir tür soslama işlemidir. Çemenleme işlemiyle birçok fayda sağlanmaktadır. Bunlar; pastırmayı dış etkenlere karşı korumak, fazla kurumasını önlemek, lezzeti arttırmak, pastırmanın hava ile temasını önleyerek kokuşma, bozulma ve küflenmeyi önlemektir.

Çemen hamuru; buy otu (Trigonella foenum graecum) tohumları ununun, belirli miktarda sarımsak ve kırmızıbiberle karıştırılıp su ilave edilmesiyle elde edilen sürülebilecek kıvamda bir karışımdır. Çemen unu, buy otu tohumlarının ununden elde edilmektedir. Buy otu tohumları musilaj, uçucu ve sabit yağ, kolinfitisterol, az miktarda kumarin ve bir alkoloid olan trigonellin ihtiva etmektedir.

Kırmızıbiber pastırmacılıkta toz halinde kullanılmaktadır. Kırmızı pigment maddesi kapsatin ve karotini az miktarda içermektedir. Kırmızıbiber çemene renk vermek ve lezzet katmak amacıyla katılmaktadır.

Sarımsak, kendine has tat ve kokusu ile çemen hamuruna giren en önemli unsurlardan biridir. Sarımsak pastırmaya koku ve tat kazandırmasının yanı sıra en önemli özelliği bakterisid ve fungisid etki göstermesidir.

Çemen hamurunun hazırlanmasında kullanılan unsurların katılım oranlarında farklılıklar bulunmaktadır. Ancak fikir vermesi bakımından yaygın olarak kullanılan formül; %55 su, %22,5 çemen unu, %15 sarımsak ve %7,5 kırmızıbiberden oluşmaktadır. Belirtilen unsurlar su ile karıştırılarak sürülebilir nitelikte çemen hamuru elde edilir.

Kurutma işlemi tamamlanan pastırmalık etlerin, varsa şekil bozuklukları tıraşlanarak düzeltilir. Daha sonra bir tekne içinde bulunan çemen hamuruna daldırılarak istif edilir. İstifi tamamlanan etlerin üstü çemen hamuru yayılarak kapatılır. Bu işleme "*çemende yatırma*" denir. Ticari amaçla yapılan pastırmalar 1-4 gün çemende bekletilir. Bu süre aile gereksinimini karşılamak amacıyla yapılan pastırmalarda daha uzundur. Çemenli pastırmalar çemen içinden alınarak elle sıvazlanıp çemenin fazlası alınır ve pastırmaya son şekli verilir. Burada dikkat edilecek husus, çemen tabakasının çok kalın olmaması ve etin tüm yüzeyini kapsayacak şekilde sıvanmasının sağlanmasıdır. Bu şekliyle pastırmalar hava şartlarına bağlı olarak 1-3 gün süreyle kurutularak tüketim için hazır duruma gelirler.

Evde Pastırma Yapımı

Pastırmalar, yapıldıkları et parçalarının hayvan vücudunda bulundukları bölgelere göre çeşitlere, özelliklerine göre de değişik kalite sınıflarına ayrılırlar. Önceleri bir hayvan vücudundan yaklaşık olarak 26 çeşit pastırma üretilirken, günümüzde bu sayı azalmıştır.

Pastırmaların sınıf ve çeşitleri dikkate alındığında, 1. sınıf pastırmalar kuşgömü ve sırt; 2. sınıf pastırmalar bohça, kenar, şekerpare, but dilmesi, mehle, omuz, kürek ve kapak; 3. sınıf pastırmalar ise döş, bez (orta ve kanlı), bacak, etek, kavram olarak ayrılmaktadırlar.

Teknolojik üretimi, sınıfı ve çeşitleri anlatılan geleneksel ürünümüz olan pastırmayı, evde aile tüketimi için de üretmek mümkündür.

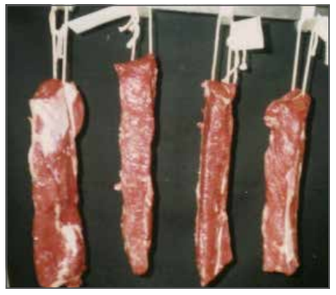
Bu amaç için birinci sınıf pastırma çeşidi olan kuşgömü tabir edilen pastırma çeşidi dikkate alınarak evde üretim anlatılacaktır. Kuşgömü üçgen biçiminde, 60-70 cm uzunluğunda, 8-10 cm genişliğinde ve 1.0-1.2 kg ağırlığındadır. Kasaplarda bonfile olarak satılmaktadır. Bonfile olarak adlandırılan bu et preparatı gevrek bir yapıda, lezzetli ve kas içindeki yağ dağılımı mermerimsi bir görünüme sahiptir. Şekil ve yapı itibarıyla kolay hazırlanabilme ve şekil verme özelliğine sahiptir.

Resmi görülen et preparatı alınır. Uygun şekilde kenar kısımları keskin bir bıçak aracılığıyla tıraşlanır. Resimdeki görünüm dikkate alınarak ters çevrilir ve et kalınlığının 2/3 derinliğinde etin içine doğru değişik noktalardan kesitler yapılır. Buna pastırma üretiminde "şak"lama denir. Etin kalın noktasından delinerek bir ip geçirilir. İleriki aşmalarda eti asmak için bu önemlidir. Kesit yapılan (şaklanan) et, ağırlığının %10 oranında tuz ile tuzlanır. Et ağırlığı 1 kg ise yaklaşık 100 g tuz veya 1 su bardağı tuz ölçü olarak alınır. Tuz kesit noktalarından ete nüfuz eder. Kullanılan tuz karınca başı tabir edilen tuz olmalı ve tercihen kaya tuzu kullanılmalıdır.

Bu şekilde tuzlanan et uygun bir kap içerisinde 24 saat bekletilir. Bu süreçde etin suyu dışarıya çıkacaktır. Sızan sular bu süre sonunda boşaltılır ve et ters çevrilir. Ters çevirme işleminden sonra etler yaklaşık bir gün süre ile daha tuzda bekletilir. Tuzlama işlemi tamamlanan pastırmalık etlerde yıkama işlemine geçilir. Ev üretiminde yıkama işlemi içilebilir nitelikte su içeren çeşme suyu altında yaklaşık bir dakika süre ile iyice yıkanır ve etler fazla tuzlarından arındırılmış olur.

Yıkama safhası tamamlanan pastırmalık etler, zeminden 150-160 cm yükseklikte asılarak pastırma mevsiminde 2-3 gün, soğuk havalarda ise daha fazla süreyle kurutmaya bırakılır. Kurutma süresi havanın sıcaklık, rutubet ve rüzgâr durumuna ve pastırmalık etlerin büyüklüğüne bağlı olarak değişiklik gösterir. Evde bu işlem uygun balkonlarda veya çatılarda gerçekleştirilir. Kurutma döneminde etlerin ince yapılı bezlerle sarılması dış etkilere maruz kalmaması için önerilir. Kurutma esnasında etler renk değiştirerek koyu kırmızı bir renk alır.

Yeterince kuruyan pastırmalık etler sabahın erken saatlerinde, tam olarak soğuduktan sonra, askıdan alınır ve baskılama işlemi uygulamak için uygun bir kap içerisine yerleştirilirler. Evde baskılama işleminin pratik-



Bonfile

liği açısından kabın alt kısmına bir mermer parçası konur, pastırmalık et uygun şekilde mermer parçasının üzerine yerleştirilir ve üst kısma yine bir mermer parçası yerleştirilir. İyi bir baskılama sağlamak amacı ile mermerin üzerine belirli ağırlıklar yerleştirilir. Bu haliyle pastırmalık etler 24 saat bekletilir.

Bu süreçte pastırmalık etler bir miktar daha su kaybına uğrayarak yassılaşır ve üzerinde bulunan kesitler kapanır. Evde üretilen pastırmalık etlere, ikinci kurutma ve ikinci baskılama işlemi uygulanmaksızın doğrudan kurutmaya alınırlar. Bu safhada 2-3 gün kurutma işlemi uygulanır. Kuruması tamamlanan pastırmalık etler uygun bir kap içerisinde çemene yatırılırlar. Bu amaç için ya yukarıda formülü verilen çemen hamuru hazırlanır veya marketlerde hazır olarak satılan çemen unu alınır. 1 kg'lık pastırma için 1 paket çemen hamuru (350 g) yeterli olmaktadır. Çemen etin yüzeyini kaplayacak şekilde sürülür ve yaklaşık 3 gün süreyle bu şekilde bekletilir.

Bu süre sonunda çemen hamuru homojen bir şeklide ve etin her tarafını kaplayacak bir biçimde et yüzeyine sürülür ve kuruması için tekrar asılır (yaklaşık 3 gün). Kuruması tamamlanan pastırma dilimlenerek, mümkün mertebe ince dilimler halinde, tüketime sunulur. Bütün işlem basamaklarında uygun bir eldivenin kullanılması önerilir.

Muhafaza

Pastırma, saklama şartlarına bağlı olarak, nitelikleri bozulmadan 3-5 ay muhafaza edilebilir. Tüketime sunulan kaliteli pastırmanın soğukta saklanmasına gerek yoktur. Pastırma, genellikle 15 ^{0}C'den az bir sıcaklıkta muhafaza edilir. Uzun süre muhafaza edilecek pastırma için en ideal sıcaklık 4-5^{0}C'dir (Tekinşen ve Doğruer 2000).

KAYNAKLAR

Anıl, N. (1988). Türk pastırması; modern yapım tekniğinin geliştirilmesi ve vakumla paketlenerek saklanması. *S.Ü. Veterinerlik Fakültesi Dergisi*, 4, 1, 363-375.

Berkmen, L. (1940). *Türkiye'de ette, et müstehzaratında ve bilhassa pastırmada hastalık amillerinin mevcudiyetiyle, dayanma müddetleri üzerinde araştırmalar*. T.C. Ziraat Vekaleti, Yüksek Ziraat Enst., 72.

Doğruer, Y. (1992). *Farklı tuzlama süreleri ve baskılama ağırlıklarının pastırma kalitesine etkileri üzerine araştırmalar*. S.Ü. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Konya.

Gürbüz, Ü. (1994). *Pastırma üretiminde değişik tuzlama tekniklerinin uygulanması ve kaliteye etkileri*. S.Ü. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Konya.

Karasoy, M. (1952). *Menşei hayvani gıda konservelerinden bazıları üzerinde tetkikat ve hayvanlardan gıda vasıtasıyla insanlara bulaşan mikropların gıda konservelerinde yaşama müddetleri*. Ankara: A.Ü. Veterinerlik Fakültesi Yayınları, A.Ü. Basımevi.

Ögel, B. (1978). *Türk kültür tarihine giriş IV. Türklerde yemek kültürü*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Tekinşen, O.C., Doğruer, Y. (2000). *Her yönüyle; pastırma*. 1. Basım. Konya: Selçuk Üniversitesi Basımevi.

LEZZETİN ZİRVESİNDE BİR ÜRÜN: SUCUK

Ümit GÜRBÜZ - H. Ahu KAHRAMAN

1.Giriş

Et, insanlığın başlangıcından günümüze kadar beslenme açısından temel bir besin unsuru olarak yer almaktadır. İlk çağlarda yabani hayvanların avlanarak tüketilmesinin yerini zamanla, hayvanların evcilleştirilmesi aşaması izlemiştir. Günümüzde modern mezbahalarda kesimi yapılan ve endüstriyel proses aşamalarından geçen etlerin tüketimdeki payı, her geçen gün artış eğilimi göstermektedir. Ayrıca yeterli ve dengeli beslenmede zengin protein kaynağı olarak etin yeri ayrı bir önem arz etmektedir. Günümüzde kişi başına tüketilen et miktarı bir ülkenin sosyo-ekonomik yönden gelişmişliğini gösteren en önemli kriterlerden birisi olarak değerlendirilmektedir.

Genel olarak yenilebilir tüm hayvansal dokular et olarak tanımlanır. Yani et; kasaplık hayvanların, kanatlıların, balıkların ve av hayvanlarının yenilebilir iskelet kaslarından elde edilir. Bu tanımlamalardan da anlaşılacağı üzere etin çoğunluğunu kas doku oluşturmakta bununla birlikte kan, epitel, sinir, yağ ve bağ dokularını da yapısında barındırmaktadır.

Et, insan beslenmesinde müstesna bir yere sahip değerli bir besin maddesidir. Bir besin maddesinin değeri ise içerdiği besin öğeleri ve bunların miktarlarıyla yakından ilişkilidir. Etin üstün değerli bir besin maddesi olarak değerlendirilmesi yapısında önemli düzeyde protein bulundurmasından kaynaklanmaktadır. Et proteinleri, bitkisel proteinlere oranla daha yüksek besleyici değere sahiptir. Hayvansal proteinleri, bitkisel proteinlere üstün kılan en önemli faktör, insan organizması tarafından sentezlenemeyen ve dışarıdan besinlerle alınması zorunlu olan eksojen aminoasitleri yeterli ve dengeli bir biçimde ihtiva etmesidir. Buna ilave olarak hayvansal proteinler organizma tarafından önemli düzeyde kullanılabilme oranına sahiptir. Bu oran et ve et ürünlerinde % 95'in üzerinde iken bitkisel proteinlerde % 65-75 civarındadır. Hayvansal proteinlerin aminoasitlerinin, protein molekülü içerisinde sindirim enzimlerinin kolaylıkla etki edebileceği pozisyonda bulunması, B12 vitaminin hayvansal proteinlerle birlikte bulunması, potasyum, fosfor, sodyum, magnezyum, demir ve çinko gibi mineral maddelerin büyük ölçüde sindirilebilir nitelikte olması ve çoğunlukla antikorların bileşiminde bulunması hayvansal proteinlerin diğer üstün özelliklerini oluşturmaktadır. 70 kg ağırlıktaki bir insanın ortalama protein ihtiyacı günde 70 gramdır. Bu ihtiyacın tam olarak karşılanabilmesi için günlük protein ihtiyacının en az % 40-50'sinin hayvansal proteinlerden karşılanması sağlıklı beslenme açısından gereklidir. Günde yaklaşık 200 gram et tüketimi hayvansal protein ihtiyacını, 400 g et tüketimi de günlük protein ihtiyacını karşılamak için yeterlidir (Gürbüz, 2009). Hayvansal kökenli gıda maddesi denilince ilk akla gelen şüphesiz ettir. Ancak etin, kısa sürede tüketilmesi gereken bir gıda maddesi olması, çok eskiden beri insanların eti uzun süre dayanıklı hale getirmek için çok değişik konservasyon teknikleri geliştirmelerine neden olmuştur ve bu değişim günümüzde de devam etmektedir. Üstün besin değerlerinden elverişli bir şekilde yararlanmak amacıyla et, çoğu kez çeşitli ürünlere, özellikle de 250'den fazla çeşidi bulunan sucuğa işlendikten sonra tüketime sunulmaktadır. Türkiye'de sucuk üretiminin toplam et üretimi içindeki payı kesin olarak bilinmemekle birlikte, et ürünleri üretiminin % 50'sinden fazlasını teşkil ederek ilk sırada yer aldığı bilinmektedir. Bir insanın hayati fonksiyonlarını en iyi şekilde yerine getirebilmesinde rasyonel bir beslenme esastır. Rasyonel bir beslenmede, tüketilen gıda maddeleri arasında hayvansal ürünlerin müstesna bir yeri vardır. Hayvansal ürünler içinde et ve et ürünleri, gelişmiş ülkelerde halkın sofralarında hiçbir zaman eksik olmayan gıda maddelerindendir. Günümüzde aile ekonomisinde, kadının da çalışma hayatında etkin bir biçimde yer aldığı dikkate alındığında, aile beslenmesinde kullanılan gıda maddelerinin tüketime hazır ve mamül gıdalar olması lazım gelmektedir. Çünkü günümüzde aktif çalışma hayatında bulunan kadının büyük emekler sarf edip yemek hazırlamaya ayıracak yeterli zamanı bulunmamaktadır.

Et ürünleri içerisinde tüketime hazır bir gıda maddesi olan sucuğun aile mutfaklarında ki yeri küçümsenemez. Çünkü sucuklar hem çiğ, hemde pişirilerek çeşitli şekillerde tüketilme avantajlarına sahiptir. Türki-

ye'de bu ihtiyacı karşılayacak sucuklar, kalite bakımından birbirinden çok farklılık arz etmektedir. O kadar ki, sucuğun kalitesi mevsimlere, imalatçıya ve hatta imal serilerine göre farklılıklar göstermektedir.

2. Tarihçe

Sucuk sözcüğü, Latince, tuzla muhafaza etmek anlamında kullanılan "Salcus" dan türemiş olduğu belirtilmekle birlikte (Alkan, 1989) kelimenin Farça "germe, çekerek uzatma, şerit, kordon" anlamına gelen "ziç", "zicak/ziçak" kökeninden türediği belirtilmektedir (Nişanyan, 2016) . Yabancı dillerde "Saucise, Sausage ve Wurst" olarak isimlendirilen sucuğun ilk defa nerede ve nasıl yapıldığı tam olarak bilinmemekle birlikte, 2500 yıl öncesinde bile sucuk üretimi yapıldığından söz edilmektedir. Yazılı kaynak olarak sucuk veya sosis tabirinin M.Ö 9. yüzyılda Homer'in "Odise", M.Ö 5. yy'da Epikür'ün "Oryae" adlı tiyatro oyununda M.Ö 228 yılında tarihin en eski yemek kitabı olarak bilinen "Diepnosophists"de yer aldığı belirtilmektedir (Alkan, 1989).

Başta Romalılar olmak üzere, Akdeniz kavimlerinin "Tomacina, Circelli, İncisia", "Botili" gibi isimlerle çeşitli form ve şekillerde sucuk ürettikleri ifade edilmektedir (Alkan, 1989).

Türk dünyası bu bakımdan değerlendirildiğinde et ve et ürünleri üretiminde öncü bir millet olduğu tarihi bilgilerden anlaşılmaktadır. Tarihçiler, yabani hayvanları ilk evcilleştiren kavimlerden birinin de Türkler olduğu konusunda hemfikirdirler. Bu bağlamda Türkler, hayvansal kökenli gıdaların bilhassa etlerin uzun süre muhafaza edilmesi amacıyla, tüketim fazlası etleri tuzlayıp havada kurutmak suretiyle saklamışlardır. Bugün bile Orta Asya steplerinde yaşayan Türk boyları, eti kurutarak ve tuzda muhafaza ederek kış aylarında tüketmektedirler (Alkan, 1989; Tekinşen ve Doğruer, 2000). Nitekim, Henri de Couliboeuf de Blocqueville, "Türkmenler Arasında" isimli eserinde 1860-1861 tarihlerinde, Türkmenlerin besledikleri hayvanların bazılarını kesip, gövdelerini parçalayıp, kısım kısım ayırıp tuzladıktan sonra kuruttuklarından bahsetmektedir. Yazar bu etlerin büyük bir beğeni ile tüketildiklerini de ifade etmektedir (Tekinşen ve Doğruer, 2000).

Ayrıca Dede Korkut Destanı'nda etin muhafaza yollarını bulan ve dünyaya yayan atalarımızın bilgilerinin izlerine rastlanmaktadır (Alkan, 1989). Devamlı hareket halinde olan Orta Asya bozkırlarında yaşayan göçebe Türk'lerin sonbahar aylarında kışa hazırlık amacıyla yaptıkları tuzlu, kuru ve dumanlı et ürünlerinin Türklerin Anadoluya göçleri ile birlikte, anadolunun çeşitli bölgelerinde yöresel kültürle birleşerek yeni lezzet ve karekterde ürünlerin ortaya çıkmasına öncülük etmiş ve günümüze kadar yansımıştır. Evliya Çelebi, Seyahatnamesi'nin Kayseri'ye ait bölümlerinde "lahm-ı kadit" adı ile nam salan kimyonlu sığır pastırmasından ve "miskli et sucuğundan" bahsetmektedir. Evliya Çelebi bu et ürünlerinden bahsederken "… bir tarafta yoktur" ifadesini kullanmaktadır.

Dünya genelinde ülkelere, yörelere iklim şartlarına, tüketim alışkanlıklarına ve kültürlere bağlı olarak çok çeşitli fermente et ürünü üretilmekte ve farklı pişirme teknikleri uygulanarak tüketilmektedir. Ürünler arasında gözlemlenen farklılıklar, kullanılan hammaddeye, hammadde miktarına, üretim esnasında kullanılan baharatlara, uygulanan fermentasyon yöntemi ve süresine bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Geleneksel fermente sucuklara Akdeniz ülkelerinde kurutma işlemi uygulanırken, Orta ve Kuzey Avrupa ülkelerinde hem kurutma hemde dumanlama işlemi uygulanmaktadır. Ülkemizde sucuk, diğer et ürünlerine göre daha fazla üretilmekte ve farklı pişirme teknikleri uygulanarak sevilerek tüketilmektedir (Anar, 2012).

Sucuk sadece ülkemizde değil aynı zamanda Orta Asya, Kafkaslar, Orta Doğu, Balkanlar, Güneydoğu ve Kuzey Avrupa'da fermente bir et ürünü olarak bilinmektedir. Sucuk, Rusya'da "sudjuk", Bulgaristanda "sujuk", Romanya'da "sugiuc", Sırbistan/Hırvatistan/Bosna/Makedonya'da "sudžuka" veya "sujuka", Ermenistan'da "eršik", Araplarda "sujud", Yunanistan'da "soutzouki", Kırgızistan'da "chuchuk", Kazakistan'da "shujiq", Türkmenistan'da "soujouk" gibi farklı isimler ile telaffuz edilmektedir (Ercoşkun, 2011).

Türkiye bölgesel olarak değerlendirildiğinde, iklimsel ve coğrafik özelliklerinden dolayı Karadeniz bölgesi haricinde, başta Kayseri olmak üzere yurdumuzun hemen hemen her yöresinde sucuk üretiminin yapıldığı görülmektedir. Üretimde bölgelere göre sığır-manda, sığır-keçi-koyun, manda-keçi-koyun ve koyun-keçi eti kombinasyonları kullanılarak sucuk üretimi gerçekleştirilmektedir. Son yıllarda kanatlı (tavuk, hindi) eti de sucuk üretiminde kullanılmakta tavuk ve hindi sucuğu isimleriyle tüketime sunulmaktadır. Ticari açıdan bakıldığında Türkiye'de sucuklar, genellikle sığır ve manda etinden yapılmaktadır Etin seçimi sucuğun kalitesi bakımından önem arz etmektedir.

Sucuk üretiminde kullanılan hammadde (et-yağ), baharatlar ve katkı maddeleri yöresel alışkanlıklara göre farklılıklar arz etmektedir. Adana ve çevresinde "irişkin" diye tabir edilen sucukların çok baharatlı ve acı olması arzu edilir. Bazı bölgelerde ise az baharatlı sucuklar tercih edilirler. Sucuk üretiminde kullanılan sarımsak ise yine tüketici tercihlerine ve bölgesel özelliklere göre farklılık arz etmektedir. Örneğin Gemlik'te yerli halk sucukları sarımsaklı ve sarımsaksız diye ayrı ayrı isimlendirerek tüketmektedirler.

3. Sucuk Üretimine Hazırlık

Genel anlamda sucuk yapımı tamamen bir sanat olarak algılanmalıdır. Nitekim Dinçer (1980), sucuk üretiminin bir sanat olduğunu belirtmektedir. Günümüzde, şekil bakımından çok sayıda sucuk çeşidi olmasına rağmen, üretim şartları dikkate alındığında, temel olarak fermentasyon ve ısıl işlem altında sucuk üretimi yapılmaktadır. Fermente sucuk üretiminde ısıl işlem uygulanmamakta olgunlaşma doğal şartlarda veya endüstriyel bazda oluşturulan ortam şartları altında gerçekleştirilmektedir. Fermente sucukların kalitesi, fermentasyon ve kurutma süresince, florayı oluşturan mikroorganizmaların tür ve sayılarıyla yakından ilgilidir. Daha açık bir ifadeyle yararlı mikroorganizmaların metabolik faaliyetleriyle fermente sucukların kendilerine özgü bazı nitelikleri (örn. lezzet, aroma, yapı ve renk) oluşturulmaktadır. Endüstriyel ve ticari boyutta üretilen sucukların çoğunluğu ısıl işleme tabi tutularak üretilmektedirler. Bunun temel nedeni üretim süresinin kısa olması ve ürünlerin tüketime kısa sürede sunulmasıdır. Gerçek anlamda arzulanan sucuk çeşidi ise fermentasyon sonucu üretilen fermente Türk tipi sucuktur. Fermente Türk tipi sucuk üretiminin süresi, uzun olduğu gibi iklimsel karakterde göstermektedir. Bu nedenle orjinal sucuk üretiminde ülkemizin bazı bölgeleri ön plana çıkmaktadır. Başlangıçta doğal şartlar altında üretilen fermente Türk tipi sucuk, süreç içerisinde endüstriyel ekipmanların ve ambalajlama yöntemlerinin gelişmesine bağlı olarak, endüstriyel boyutta ülkemizin her bölgesinde üretilebilmektedir.

Hangi tip sucuk üretilirse üretilsin, üstün kaliteli sucuk elde etmek için, üretimde iyi kaliteli et, yağ, katkı maddeleri, baharatlar ve starter kültür kullanılmalıdır. Bunlara ilave olarak üretimde hijyenik koşullara harfiyen uyulması ve etkin paketleme sitemlerinin kullanılması da ürün kalitesinde önemli rol oynamaktadır.

3.1. Hammadde Seçimi

Kaliteli bir sucuk üretiminin temeli, uygun nitelikte hammadde seçimine bağlıdır. Genel anlamda bütün kasaplık hayvan etlerinden sucuk yapımı mümkün olmakla birlikte, olgunlaşmasını tamamlamış 3-7 yaşları arasındaki sağlıklı büyük baş hayvan etlerinin kullanılması kaliteli bir sucuk üretimi için tercih edilmelidir. Sucuk üretiminde kullanılacak hayvanlar kesim öncesi yeterince dinlendirilmeli (Yaz aylarında en az 12, kış aylarında ise 8 saat) yorgun, aşırı aç ve susuz olmamalıdırlar. Çok genç hayvanların etleri, yüksek oranda su içerdikleri ve açık kırmızı renkli oldukları için kullanılmamalıdır. Çok genç hayvan etlerinin yüksek oranda su içermesine bağlı olarak, sucuğun olgunlaştırılması esnasında bazı problemler oluşmakta ve fire oranı artmaktadır. Bir diğer önemli husus sucuk yapılacak etlerin olgunlaşma durumu ile ilgilidir. Bu nedenle sucuk yapımında kullanılacak etlerin olgunlaşmasının sağlanması gerekmektedir. Bu amaçla kesim sonrası karkaslar ½ yarım karkas şeklinde 4 °C sıcaklığa sahip muhafaza depolarında 2-3 gün bekletilmeli ve olgunlaşması sağlanmalıdır. Bu niteliğe sahip etlerin üretimde kullanılması ile daha üstün kaliteli sucuk elde edilebileceği bildirilmektedir (Anar, 2002; Yıldırım, 1996). Ayrıca kesim, depolama, parçalama ve üretimin bütün aşamalarında hijyenik şartların sağlanması, kontaminasyonların önlenmesi gerekmektedir. Kullanılan etin mikrobiyal kalitesinin iyi olması, sucuğun fermentasyonu aşamasında rekabetçi floranın sayısının az olması yönünden ve halk sağlığı açısından önemli bir faktördür (Anar, 2012).

Sucuk üretiminde kullanılan bir diğer hammadde yağdır. Yağın niteliği ise sucuğun kalitesi bakımından oldukça önemlidir. Bu bağlamda temel olarak kabuk yağları kullanılmalıdır. Ancak özel bir aroma istenildiği taktirde koyun kuyruk yağı da üretimde kullanılabilir. Dikkat edilecek en önemli husus yağların sert kıvamlı olmasıdır. Bunun için yağların dondurulmuş ya da çok iyi soğutulmuş olması gerekmektedir. Yumuşak kıvamlı ve uzun süre depolanmış yağlar teknolojik açıdan sorunlara neden olacağından üretimde kullanılmamalıdır.

Kaliteli bir sucuk üretiminde et yağ oranı uygun şekilde ayarlanmalıdır. Et ve yağ oranı, kaliteli bir sucuk üretiminin en önemli basamağını oluşturmaktadır. Genel olarak % 80 et, % 20 yağ kullanımı uygun bir oran olarak kabul edilmektedir. Bununla birlikte üretimde kulllanılan etin yağlılık durumuna bağlı olarak yağ oranı azaltılıp arttırılabilir (Et ve Balık Kurumu, 1988).

3.2. Katkı Maddeleri ve Baharatlar

Son yıllarda tüketici tercihlerinin doğal ürünlere yönelmesine bağlı olarak et ürünleri ile ilgili sağlık açısından olumsuz görüşler ortaya çıkmıştır. Bu açıdan değerlendirildiğinde sucuk, üretimi ve kullanılan katkı maddeleri bakımından sağlıklı bir ürün olarak nitelendirilebilir. Başlangıçta herhangi bir katkı maddesi kullanılmadan üretilen Türk tipi sucuk, geçen süreç içerisinde nitrat ve nitrit tuzları kullanılarak üretilmeye başlanmıştır. Belirtilen kimyasal katkı maddelerinin sağlık açısından olumsuzluklarının ortaya çıkması ve bu katkı maddelerinin bilinçiz bir biçimde kullanılması, nitrat ve nitritin başlangıçtaki gibi üretimde kullanılmaması yönünde görüşlerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günümüzde belirtilen katkı maddelerini kullanmadan da sucuk yapımı mümkün olmaktadır. Bu nedenle nitrat ve nitrit kapsam dışı bırakılarak sucuk üretiminde kullanılan tuz ve bahratlar dikkate alınmıştır.

3.2.1. Tuz

Et ürünleri üretiminde tuz vazgeçilmez bir ingrendiyendir. Tuzun et ürünleri üretiminde kullanılmasının birçok temel fonksiyonu bulunmaktadır (Öztan, 2008; Yıldırım, 1996). Bunlar; suda çözünerek salamura haline dönüşmesi ve mikroorganizmaların gelişimini engellemesi, tuzda çözünen et proteinlerini çözündürerek emülsiyonun oluşumuna katkı sağlaması, yağın yapışkanlığını arttırması, sucuk hamurunun su tutma kapasitesini arttırması, yapıyı sağlamlaştırması, ürünün su aktivitesi değerini düşürmesi ve en önemlisi karakteristik tadın ortaya çıkmasını sağlamasıdır. Sucuk üretiminde % 2-3 oranında tuz kullanılması yeterlidir. Fazla miktarda tuz katılması son üründe kurumaya bağlı olarak tuz miktarının artmasına ve ürünün tuzlu olmasına neden olabilmektedir.

3.2.2. Askorbik Asit

Askorbik asit, sucuklarda renk oluşumunu en üst düzeyde sağlanmak ve antioksidan etkisinden yararlanmak amacıyla kullanılmaktadır. Ürüne katılma oranı 100 kg hamur için 20-30 g dır. Evsel üretimde kullanması tercihe bağlıdır.

3.2.3. Şeker

Şeker, sucuk üretiminde fermentasyonda önemli rol oynayan laktik asit bakterilerinin besin kaynağını oluşturmaktadır. Ayrıca ürünün dilimleme ve kesilebilme nitelikleri kazanmasında rol oynamaktadır. Katılma oranı önem arz etmektedir. Fazla miktarda katılmasına bağlı olarak bakteriler tarafından tamamen kullanılamamakta, arta kalan kısmı sucuğa tatlı bir lezzet ve koyu siyah bir renk vermektedir. Hamura katılım oranı % 0.3-0.8 arasında olmalıdır.

3.2.4. Baharatlar

Baharatlar et ürünleri üretiminde özellikle sucuk üretiminde önemli yer tutmaktadırlar. Baharatlar ürünlere lezzet, tad, aroma kazadırmalarının yanısıra antioksidatif, antifungal ve inhibitör etkileri de bulunmaktadır. Baharatların organizmada salgı bezleri üzerine uyarıcı etkisinin varlığı bilinmektedir. Baharatların içerisinde yer alan etkin maddeler nedeniyle besinlerin sindirim kolaylaşmakta ve ürünler büyük bir iştahla tüketilmektedirler. Ayrıca baharatlar, içerdiği antimikrobiyal maddeler, eterik yağlar ve aromatik bileşenler ile ürünün tadı, raf ömrü, rengi ve sindirim değeri üzerine de etkili olmaktadır (Öztan, 2008).

Sucuk üretiminde genel olarak sarımsak, kırmızıbiber, karabiber, kimyon ve yenibahar kullanılmaktadır. Sarımsak, sucuk ve pastırma üretiminde yaygın olarak kullanılmaktadır. Etken maddesi allisindir. Kendine özgü aromaya sahiptir. Kullanım oranı % 0.4-1.5 arasındadır. Yaz aylarındaki üretimler de oran düşük tutulmalıdır. Kullanım oranı bölgesel tüketici tercihlerine bağlı olarak farklılık göstermektedir. Diğer baharatlardan ayrı olarak, başlangıçta sucuk hamuruna soyulmuş ve temizlenmiş sarımsak dişleri şeklinde katılmalıdır. Sarımsağın tüketim sonrası etrafa yaydığı istenmeyen koku nedeniyle kullanımı oldukça sınırlıdır.

Ülkemizde sarımsağın ne zaman kültüre alındığı bilinmemekle birlikte, Evliya Çelebi Seyahatname'sinde sarımsaktan söz etmektedir. Buna ilave olarak, Orta-Asya Türklerinin sarımsağı tanıması ve bilmesi, Türklerin Anadolu'ya gelmeden çok daha önceden sarımsağı kullanmış olmalarını mümkün kılmaktadır. Türkiye'de Orta Kuzey Anadolu'da özellikle Kastamonu ve çevresinde Kastamonu sarımsağı, Trakya ve Marmara bölgesinde Edirne sarmısağı, Balıkesir civarında Balıkesir sarmısağı üretilmektedir. Ayrıca Kayseri, Konya, Bafra, Çarşamba yörelerinde de üstün nitelikli sarımsak üretimi yapılmaktadır (Anonim, 2013).

Kırmızıbiber, *Solanaceae* familyasına ait olan *Capsicum annuum* L. türüne dahil olan bir sebzenin kurutularak öğütülmesi sonucu elde edilen, yemeklere lezzet ve acılık vermek amacıyla kullanılan bir baharattır (Duman, Zorlugeç & Evliya, 2002). Sucuk üretiminde kullanım oranı % 0.6-1.5 arasında değişim göstermektedir. İsteğe bağlı olarak bu oran dâhilinde acı ve tatlı kırmızıbiber kullanılabilir.

Karabiber *(Piper nigrum L. Black pepper*), çiçekli bitkilerden *Piperaceae* familyasına ait bitkilerin meyvelerinin kurutulup, öğütülerek toz haline getirilen bir baharattır. Beyazbiber, yeşilbiber gibi çeşitleri de vardır. Kökeni Hindistan olmasına karşılık, tüm sıcak iklimlerde yetiştirilebilir (Çoban ve Patır, 2010). Sucuk üretimine kullanım oranı % 0,3-0,8 arasında değişim göstermektedir. Hafif acı niteliğine sahip olmasından dolayı acı kırmızıbiberin üretimde kullanılmasına bağlı olarak oran bakımından daha düşük düzeylerde kullanılmalıdır.

Kimyon (*Carum carvi, Cuminum cyminum*) özel kokuludur. Arap, Türk, İran, Hint ve Meksika mutfaklarının tipik baharatıdır. Aromatik yapısı sebebiyle et ürünleri üretiminde kullanım alanı bulmuştur. Sucuk üretiminde % 0.5-1.5 oranında kullanılabilir. Kullanım miktarı diğer baharat kullanım miktarları ile dengelenmelidir. Aksi takdirde keskin hoş olmayan bir tat ve koku oluşumuna neden olabilir.

Yenibahar (*Pimenta racemosa, Pimenta officinalis*) kokulu ve hafif acı bir baharattır. Aromatik özelliktedir. Karabiber, karanfil ve tarçın karışımı bir tat ve kokuya sahiptir (Öztan, 2008). Sucuk üretiminde kullanım oranı % 0.3-0.6 arasındadır. Sucuk üretiminde bu baharatlara ilave olarak değişik baharatlarda (örn., zencefil, karanfil, buy otu) çok düşük oranlarda kullanılabilir.

4. Sucuk Üretiminde Kullanılan Ekipmanlar

Kıyma makinaları: Çeşitli tip ve kapasitelerde olup, farklı büyüklükteki (çaplı) delikli aynalar takılarak, eti kuşbaşı büyüklüğünden, bir mm çaplı küçük parçalara kadar ayırma işleminde kullanılırlar. Manuel ve otomatik tipli olabilirler.

Karıştırma makinaları: Kıyma halindeki et, doğranmış yağ ve baharatların homojen bir biçimde karıştırılması amacıyla kullanılırlar. Küçük çaplı üretimde karıştırma, hijyenik şartlar dikkate alınarak elle yapılabilir.

Doldurma makinaları: Çeşitli tip ve kapasitede olabilirler. Hazırlanan sucuk hamuru karışımının bağırsak ve benzeri kılıflara doldurması amacıyla kullanılırlar.. Otomatik dolum makinaları olabildiği gibi manuel çalışan tipleri de mevcuttur. Küçük çaplı üretimde daha çok manuel tipli olan dolum makinaları kullanılmaktadır. Kasaplarda üretilen sucuklarda daha çok bu işlem kıyma makinalarına takılan bir huni vasıtasıyla gerçekleştirilmektedir.

Olgunlaştırma Fırınları: Dolum işlemi gerçekleştirilen sucukların fermentasyonunu sağlamak amacıyla kontrolü hava sirkülasyonu hızı, sıcaklık ve ortam nemini sağlamak için kullanılan ekipmanlardır. Bu fırınlarda fermente sucuk üretimi yapılabileceği gibi çoğunlukla ısıl işlem görmüş sucuk üretimi gerçekleştirilmektedir.

Sucuk yapımı birbirini takip eden bir seri işlem basamaklarından oluşmaktadır. Kaliteli bir sucuk elde etmenin temeli bütün işlem basamaklarının kendine has özelliklerini uygulamakla mümkün olmaktadır.

5. Sucuk Üretimi İşlem Basamakları

Et ve yağ seçimi: Sucuk yapımında olgunlaşmasını tamamlamış orta yaşta besili sığır ve manda etleri tercih edilir. İstenildiği taktirde diğer kasaplık hayvanların etleride belli oranlarda katılarak sucuk yapımı ger-

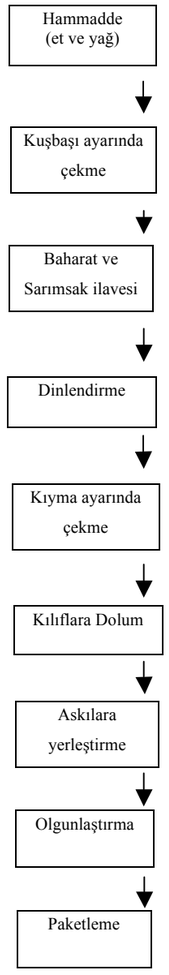
çekleştirilebilir. Burada dikkat edilmesi gereken husus kasaplık hayvanlardan elde edilen etlerle, kanatlı hayvan etlerinin karıştırılmamasıdır. Yağ olarak nitelikli kabuk yağları ve tercihe bağlı olarak kuyruk yağları kullanılabilir. Kullanım öncesi etlerin olgunlaşma periyodunu tamamlamış ve soğuk nitelikte olması, yağların ise donmuş nitelikte olması gerekmektedir.

Hamurun Hazırlanması: Soğutulmuş, yumruk büyüklüğüne getirilmiş et ile donmuş küp şeker büyüklüğüne getirilmiş yağ homojen bir şekilde karıştırılır. Bundan sonra karışım doğrama makinasına atılarak kuşbaşı halinde kıyılıp baharat karıştırılmaya hazır hale getirilir. Önce sarımsak et hamuruna yayılır, homojen hale gelinceye kadar karıştırılır. Bu aşamadan sonra hammadde miktarına uygun düzeyde hazırlanmış baharat karışımı ayrı bir kapta tuz dahil homojen bir biçimde karıştırılır. Homojen halde bulunan baharat karışımı sarımsaklanmış et kitlesi üzerine her tarafa eşit miktarda dağılacak şekilde serpilir, bu aşamada karıştırma makinası çalıştırılır. Karıştırma makinası sayesinde bu karışım iyice yoğrulur. Ev tipi üretimlerde karıştırma elle ile yapılabilir. Karıştırma işleminin çok iyi yapılması iyi bir sucuk için başarı şansını arttırır. Karıştırma işlemi sonrası hamur 1-2 saat soğuk ortamda bekletilir. Bekletme süresi sonrasında karışım, 2-3 mm'lik kıyma makinası aynasından veya sıfır numara aynadan geçirilerek hamur hazırlama işlemi tamamlanır. Buna ilave olarak yağ, baharatla karışmış etlerin kıyma makinasından çekilme işlemi esnasında da azar azar ilave temek suretiyle de gerçekleştirilebilir. Hazırlanan sucuk hamuru hava almayacak şekilde bastırılarak 1°C'de en az 6 saat dinlendirmeye alınır.

Dolum: Dinlendirilmiş sucuk hamuru zedelenmemiş uygun şartlarda üretilmiş hava kurusu sığır ince bağırsaklarına doldurulur. Son yıllarda özellikle ısıl işlem görmüş sucuk üretiminde suni bağırsaklar yaygın olarak kullanılmaktadır. Sucuk hamurunun doldurulmasında, içinde hava kalmaması, mümkün mertebe aynı büyüklükte olmasına dikkat edilmelidir. Aksi takdirde olgunlaşma döneminde hatalı üretim ortaya çıkabilmektedir. Yapılan kangallar uç uca 4-6 adedi bir arada olacak şekilde sağlam bir ipe dizilir. Dolum işlemi tamamlandıktan sonra şartlara bağlı olarak dengeleme fazı için belli bir süre (4-8 saat) soğuk ortamda bekletilir.

Fermentasyon veya Kurutma: Sucuk olgunlaşması bu dönemde bakteriyal fermentasyon sonucu meydana gelmektedir. Bu aşama kaliteli sucuk üretiminin en kritik aşamasıdır. Bu süreç endüstriyel tipteki fırınlarda kontrollü şartlar altında yapılabileceği gibi, ülkemizin birçok yöresinde olduğu gibi doğal şartlarda da gerçekleştirilebilir. Kurutma aşamasında sucuk kangallarının birbirine değmemesi ve aralarında hava sirkülasyonunu sağlayacak şekilde seyrekçe asılması gerekmektedir. Aksi takdirde kurumada farklılıklar ve istenmeyen hatalar oluşabilmektedir. Endüstriyel tipte fırın kullanımı, fermentasyonu kontrol etmeyi mümkün kılmaktadır. Fermente Türk tipi sucuk, en iyi 23-18 °C'de en çok 10-14 günde üretilebilmektedir. Doğal şartlarda üretimde ise güneş ısısı ve tabii hava sirkülasyonundan faydalanılmaktadır. Doğal şartlarda üretim yaparken ürünün toz-toprak bulaşmalarından, kirlenmeden, sinek, fare ve benzeri zararlılardan korumak için gerekli tedbirlerin alınması gerekmektedir. Kurutma esnasında sucukların, içilebilir nitelikteki suyla günde bir veya iki kez püskürtme yöntemi ile ıslatılmaları gerekmektedir. Aksi takdirde istenilen nitelikte homojen bir kuruma sağlanamamaktadır. Isıl işlem görmüş sucuklar ise dengeleme fazından sonra iç ısı 60-65 °C olacak şeklide fırınlarda kurutulmakta ve 1 gün içerisinde sevkiyata hazır hale gelmektedir (Alkan, 1989; Anar, 2012; EBK, 1988; Dinçer, 1980; Öztan, 2008; Yıldırım, 1996).

Türkiye'de sucuklar tüketim özellikleri, kullanılan doldurma metaryali, uygulanan kurutma işlemi, kullanılan hammadde ve benzeri birçok etkene bağlı olarak çok değişik tip ve şekilde üretilmekte ve farklı isimlerle adlandırılmaktadırlar. Bunlar Bez, kangal, baston veya baton, parmak, horeka, mangal, büfe, tost, dilimli, acılı, acısız, sarımsaksız ve organik sucuklardır. Şekil 1'de genel anlamda sucuk üretim iş akış şeması gösterilmektedir.



Şekil 1. Fermente Türk tipi sucuğun üretim iş akış şeması

6. Sucuğun Kalite Kriterleri

Sucuk satın alırken, bazı temel özellikler dikkate alınarak alım yapılmalıdır. Bunlar;

Tat ve koku, dış yüzey ve kesit yüzeyi rengi ve görünüşü, tekstür, hava boşluğu olup olmadığı, makroskobik (gözle görülebilir) küflenme olup olmadığı, yüzeyde yapışkanlaşma olup olmadığı dikkate alınmalıdır. Uygun bir ambalaj materyali ile ambalajlanmış sucuklarda ise yukarıdaki niteliklere ilave olarak, görünüm hoş olmalı, ambalaj materyali ürünün tabii rengini örtmemelidir. Sucuğa dıştan bakıldığında kırmızımsı-kahverengi olmalı, kesit yüzeyindeki yağ taneleri dışında kalan kısmı ise açık kırmızı renkte olmalıdır. Sucuk yüzeyinde kıvrımlar olmamalı, küflenme olmamalı, yağlar dışarıya çıkmamalı ve kılıf altında yağ toplanmamalı, kılıflar patlak ve zedelenmiş olmamalıdır.

Sucuğa herhangi bir yerinden dikey veya yatay kesit yapıldığında kesit yüzeyi mozaik manzarasında olmalı, kesit yüzeyinin çevre ve orta kısmı arasında belirgin bir renk farkı bulunmamalıdır. Sucuk orta-yumuşak

yapıda olmalı kesit yapılırken bıçağa bulaşma olmamalıdır.

7. Muhafaza

Sucukların olgunlaşmaları esnasında meydana gelen bakteriyel ve biyokimyasal olaylar, muhafazaları esnasında da devam etmektedir. Bu nedenle sucukların muhafazasında uygulanacak yöntem, o sucuğun bozulmasında ve dayanıklılık süresinin uzamasında etkili olmaktadır. Endüstriyel bazda muhafazada, depo ısısı, rutubeti, ortamın hava sirkülasyon hızı önemle dikkate alınmalıdır.

7.1. Evlerde Sucukların Saklanması ve Muhafazası

Muhafaza işlemi, satın alınan sucukların paketli olup olmamasına göre değişkenlik göstermektedir. Kaliteli bir paketleme materyali ile paketlenmiş sucuklar buzdolabında son kullanma tarihine kadar muhafaza edilebilir. Paketi açılmış sucuklar ise en kısa süre içerisinde tüketilmelidir. Açık şekilde alınan sucukların rutubet durumuna dikkat etmek gerekmektedir. Yaş nitelikli sucuklar, açık, havadar ve direkt güneş ışığı almayan bir yerde belli bir kuruluğa ulaşılıncaya kadar kurutulmalıdır. Sucuklar evlerde genellikle buzdolabı ortamında muhafaza edilmektedir. Burada dikkat edilecek husus sucukların belli bir kurutma işlemine tabi tutulup tutulmadığıdır. Yaş sucukların buzdolabında dahi muhafazası zordur. Bu nedenle açık sucuklar öncelikle kurutulmalı veya satın alırken yeteri düzeyde kurtulmuş, rutubet oranı % 45-50 düzeylerine düşmüş sucukların alımına özen gösterilmelidir. Bu niteliğe sahip sucuklar buzdolabı poşeti veya benzer bir ambalaj metaryali içine alınıp, mümkünse diğer gıda maddelerinden ayrı bir şekilde buzdolabın da muhafaza edilmelidir. Uygun ambalaj meteryali kullanıldığı takdirde olgunlaşmasını tamamlamış sucuklar derin dondurucularda da uzun süre muhafaza altına alınabilirler. Burada da dikkat edilmesi gereken husus, et ürünlerinin mümkün mertebe diğer gıda maddeleriyle temas etmeden ayrı bölmelerde muhafaza altına alınmasıdır.

8. Türk Yemek Kültüründe Sucuğun Yeri

Yemek kültürü olgusu, toplumların kültürel bir parçası olup yüzyılların birikimini ve çeşitliliğini yansıtan, törenlerin, dinsel merasimlerin, düğünlerin, eğlencelerin, ölümlerin ve daha pek çok toplumsal davranışın vazgeçilmez öğelerinden birisidir (Beşirli, 2010; Beşirli, 2011). Yemeklerin ve yemeklere ait toplumsal kültürün biçimlerinin, coğrafyalara göre değiştiği görülmektedir. Fiziksel çevrenin, dini inançların, kültürel birikimlerin, sosyal ve etnik farklılıkların damak zevkleri ile bütünleşmesinin yemek kültürünün çeşitlenip özelleşmesinde büyük önem taşıdığı bilinmektedir (Sağır, 2012).

Coğrafi farklılıklar yemeklerin ve yemeklere ait toplumsal kültürün biçimlerinin ve formlarının da değişmesine neden olmaktadır. Özellikle fiziki çevrenin, mutfak kültürünün şekillenmesinde birinci derecede etkili olduğu görülmektedir. Örneğin denize kıyısı olan bölgelerde deniz ürünlerinin mutfak kültüründe ve beslenme alışkanlıklarında hâkim olduğu; tahıl yetiştirilen yerlerde tahıl ürünlerine bağlı yeme alışkanlıkların oluştuğu, geçimlerini hayvancılık ile sağlayan yerlerde ise et ve et ürünlerinin mutfak kültüründe önemli bir yer tuttuğu görülmektedir (Sağır, 2012).

Çeşitliliği ve zengin lezzetler barındırması sebebiyle Türk mutfağının, dünyadaki sayılı mutfaklar arasında olduğu görülmektedir. Evliya Çelebi'nin Seyahatnamesi'nde çağrılı olduğu bir konaktaki iftar sofrasında onbir çeşit pilavdan söz edilmektedir (Erten 1986). Bu zenginliğin oluşmasında, Türklerin göçlerle farklı coğrafya ve kültürlerle birarada olması ve Türk kültürünün tarihsel olarak oldukça eskilere dayanması etkili olmuştur.

Geleneksel Türk mutfağı; kızartmalar, ızgaralar, kavurmalar, kebaplar, yahniler, güveçler, sahan yemekleri, buğulamalar, kapamalar, haşlamalar, köfteler olmak üzere oldukça çeşitli et yemeklerine sahiptir. Türk mutfağında sucuğun, gerek yemeklerin ve hamurişi yiyeceklerin içerisinde lezzet arttırıcı, gerek sade olarak tüketimi oldukça yaygındır.

Kızartma, kuru ısı uygulama (fırın, ızgara) yoluyla pişirilebilen ve sulu yemekler içerisine ilave edilebilen sucuğun genel hatları ile Türk mutfağındaki kullanım alanları şu şekilde özetlenebilir;

Kurubaklagil Yemekleri: Pastırma, sucuk gibi et ürünleri ile kurubaklagil yemekleri enfes bir hale dönüş-

türülebilir.

Yumurta Yemekleri: Yumurtadan ayrıca yapılan yemeklerdir. Sucuk ilavesi ile de tüketilebilmektedir. Sucuk ile yumurtanın buluşması ise adeta bir lezzet şölenidir.

Hamur işleri: Börek ve pidelere iç harcı olarak sucuk eklenebilmektedir.

Sucuk Döner: Özellikle Afyon bölgesinde, sucuğun farklı bir servis formu olan "sucuk döner" üretimi yapılmakta ve bu bölgeyi ziyaret eden yerli ve yabancı turistler tarafından sevilerek tüketilmektedir. Sucuk döner, şişlere geçirilerek üretilen döner şeklindeki sucuğun, kuru ısı uygulaması sonrası döner bıçağı ile ince bir biçimde kesilmesi ile elde edilen ve ekmek arası ya da porsiyon olarak tüketilen bir yiyecektir.

Sucuk Tava ve Izgara: Kızartma ve ızgara yöntemleri ile pişirilen sucuklar Türkiye'de sevilerek tüketilmektedir.

Mangalda Sucuk: Mangal kültürü dünya genelinde en yaygın olarak Türk insanı tarafından kullanılmaktadır. Mangalda sucuk ise Türk insanının hafta sonu pikniklerinin vazgeçilmez bir ritüelidir. Öyle ki mangal yapılan alanlarda sucuğun mangal ile buluşması sonrasında oluşan kendine has kokusu ve lezzet özellikleriyle adeta bir tüketim ziyafeti yaşanmaktadır.

Sonuç olarak, sucuk gerek ihtiva ettiği baharatlar, gerekse tüketim alışkanlıkları bakımından tamamen milli bir karakter göstermektedir. Sabah ve hafta sonu kahvaltılarının baş tacı olan sucuk, aynı zamanda iftar sofralarının da vazgeçilmez bir yiyeceği olarak karşımıza çıkmaktadır.

KAYNAKLAR

Alkan, M. (1989). *Elazığ ve kayseri bölgesinde imal edilen fermete sucukların mikrobiyolojik, organoleptik, fiziksel ve kimyasal kaliteleri üzerine araştırmalar*. S.Ü. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Konya.

Anar, Ş. (2012). *Et ve et ürünleri teknolojisi*. (2. Baskı). Bursa: Dora Basım-Yayın Dağıtım Ltd.Şti.

Anonim. (2013). *Sarımsak yetiştiriciliği*. 27 Ocak 2016. http://www. tarimkutuphanesi. com/SARMISAK_YETISTIRICILIGI_00356. htm.

Beşirli, H. (2010). Yemek, kültür ve kimlik. *Milli Folklor*, 22(87), 159-169.

Beşirli, H. (2011). Türk kültüründe güç, iktidar, itaat ve sadakatin yemek sembolizmi esasında değerlendirilmesi. *Türk Kültürü ve Hacı Bektaşi Veli Araştırma Dergisi*, 58, 139-152.

Çoban, Ö.E., ve Patır B. (2010). Antioksidan etkili bazı bitki ve baharatların gıdalarda kullanımı. *Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi*, 5(2), 7-19.

Dinçer, B. (1980). *Yerli sucuklarda fermantasyon ve kurutmada bileşimsel, organoleptik ve lipolitik değişiklikler üzerine araştırmalar*. Doçentlik Tezi. Ankara. TÜBİTAK VHAG grubu Proje No:457.

Duman, A.D., Zorlugenc, B. & Evliya, B. (2002). Kahramanmaraş'ta kırmızıbiberin önemi ve sorunları. *KSU Fen ve Mühendislik Dergisi*, 5(1), 111.

Ercoşkun, H., Tağı, Ş., ve Ertaş, A.H. (2011). Kinetics of traditional Turkish sausage quality aspects during fermentation. *Meat Sci*., 22,165-172.

Erten, Ş. (1986). Tokat yemekleri. *Türk tarihinde ve türk kültüründe tokat sempozyumu*. Ankara: Gelişim Matbaası.

Et ve Balık Kurumu. (1988). *Et ve balık kurumu et mamülleri dairesi işletme ve imalat yönetmeliği*. Yönetmelik Sıra No.33. Ankara.

Gürbüz, Ü. (2009). *Mezbaha bilgisi ve pratik et muayenesi*. Konya: S.Ü. Basımevi.

Öztan, A. (2008). *Et bilimi ve teknolojisi*. Ankara: Filiz mat. San. ve Tic.Ltd.Şti.

Sağır, A. (2012). Bir yemek sosyolojisi denemesi örneği olarak tokat mutfağı. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 7(4), 2675-2695.

Nişanyan. S. (2016). *Nişanyan sözlük. Çağdaş türkçenin etimolojisi*. 02 Şubat 2016. http://www.nisanyansozluk.com/?k=Sucuk&lnk=1.

Tekinşen, O.C., ve Doğruer, Y. (2000). *Her yönüyle pastırma*. (1. Basım). Konya: Selçuk Üniversitesi Basımevi.

Toygar, K., ve Baysal, A. (1993). Türk yemek kültüründe değişmeler, beslenme ve sağlık yönünden değerlendirme. *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar*. Ankara: Türk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı.

Divanı Lügati't-Türk. (Cilt 1). (2006). Ankara: Türk Dil Kurumu Basımı.

Yıldırım, Y. (1996). *Et Endüstrisi*. Ankara: Koza Ofset Matbaacılık.

KURUTULMUŞ ET

Ümit GÜRBÜZ - Semra KAYAARDI

1.Giriş

"Kurutulmuş et" ya da "kuru et", kasaplık hayvan etlerinin tuzlanarak güneşte veya mekaniksel olarak kapalı bir ortamda kurutulmasıyla elde edilen bir et ürünü olarak tanımlanmaktadır. İngilizce "sun dried meat" veya "dehydrated meat" olarak bilinir.

Kurutulmuş et, gıda teknolojisi tarihinde insan beslenmesinde kullanılan belki de ilk et preparatı olma niteliğindedir. Güneş ışınlarının etkin olduğu, etinde çok miktarda üretildiği yerlerde kurutulmuş ete rastlamak her zaman mümkündür. Geçmişte olduğu gibi günümüzde de halen pek çok Afrika, Asya ve Güney Amerika ülkelerinde, Kızılderililerde ve doğal olarak ülkemizde, özellikle İç Anadolu, Güney, Güney-Doğu ve Doğu Anadolu bölgelerinde bu teknikle kurutulmuş et üretilmekte ve kış aylarında çeşitli yemeklerin yapımında kullanılarak sevilerek tüketilmektedir. Sistemin pratik, uygulanabilirliğinin kolay ve ekonomik olması nedeniyle, özellikle buzdolabı ve soğutma araç ve gereçlerinin yetersiz olduğu ülkelerde ve bölgelerde sık sık etlerin kurutularak saklanması yoluna gidilmektedir. Ülkemizde bu teknoloji asırlardan beri kuru et veya kısmen kurutmanın söz konusu olduğu pastırma yapımı şeklinde geleneksel olarak uygulanmaktadır. Her yıl 2.5-3 milyon kurbanın kesildiği ülkemizde kısa bir süre için yoğun et stoku ile karşılaşıldığında, çabuk bozulan böyle bir gıda maddesinin, özellikle kırsal kesimlerde, güneşte kurutulması kaçınılmaz hale gelmektedir. Buna ilave olarak halen Anadolu'nun bir çok bölgesinde, bu amaç için özenle beslenmiş hayvanlar sonbaharda kesilerek güneşte kurutulmakta ve kış aylarında tüketilmek üzere hazırlık yapılmaktadır.

Kurutma teknolojisi en eski ve yaygın kullanılan gıda muhafaza yöntemlerinden biridir. İnsanlık tarihi ile başladığı ifade edilen kurutma işlemi doğada çoğu zaman kendi kendine gerçekleşmekte ve ürün dayanıklı hale gelmektedir.

2. Tarihçe

Sağlıklı ve dengeli beslenmenin vazgeçilmez gıda grubundan olan et, yüksek biyolojik değerli protein, B grubu vitaminler ve minerallerin önemli bir kaynağı olarak kabul edilmektedir. Bununla birlikte et, yüksek su aktivitesi sebebi ile bozulmaya elverişli bir gıda maddesi olmasından dolayı korunması ve yeni ürüne işlenebilmesi için hızlı, basit, ucuz, sağlıklı ve tekrarlanabilir yöntemlere ihtiyaç duyulmaktadır. Et kurutulması özellikle eski çağlarda olumlu etkileri ve uygulanabilir olması açısından geliştirilmiş ve bu işlem günümüze kadar gelmiştir. Özellikle sıcak iklim bölgelerinde ve gelişmekte olan ülkelerde et muhafazası ile ilgili sorunların yaşanması ve bunu gerçekleştirmek için oluşan yüksek maliyetler, et kurutulmasının hâlâ geçerli bir et muhafaza yöntemi olmasını sağlamaktadır.

Eti muhafaza etmesinin yanı sıra, etin kurutulması ile geliştirilen yeni ürünler, farklı ürünlere (hazır çorba vb.) bir ingrediyen olarak katılarak da önem taşımaktadır. Etin su miktarının düşmesi, tuzlama ve kürleme gibi ön işlemlerle sinerjistik bir etki oluşturmakta ve bunun sonucunda kurutulmuş et ürünleri, mikrobiyal olarak güvenli et ürünleri olarak değerlendirilmektedir.

Dünyanın farklı bölgelerinde farklı hayvanların etleri kullanılarak ve farklı işlemler uygulanarak çok çeşitli kurutulmuş et ürünleri elde edilmektedir. Ayrıca bu ürünler hem et menşei hem de işlenme tarzı ve bölgesel talepler ile şekillenerek bir coğrafi işaret gibi o bölgelerin kültürünü yansıtmakta ve bölge ekonomilerine katkı sağlamaktadır.

Kurutmanın tarihçesinin MÖ 20.000'li yıllara kadar uzandığı bildirilmektedir. Bu çağlarda ilk önceleri et, daha sonra da balık, hububat, meyve-sebze gibi gıdalar kurutulmaya başlanmıştır. MS 300-400 yılları arasında çayın kurutulması devreye girmiştir. Orta çağda, Japonya' da kurutulmuş gıdalar popüler olmuş meyve, sebze, et, balık, kabuklular ve deniz yosunları gibi yiyecekler kurutularak depolanmaya başlan-

mıştır. MS 1240 yılında süt tozu üretimi gerçekleştirilmiştir. 17.yy'da kurutma işleminde ateş kullanılmaya başlanmış, ancak gıdaların kurutulmasında ateş uygulamalarıyla istenilen nitelikte ürün üretimi gerçekleştirilememiştir. 18. yüzyılda doğal kurutmanın yanında yavaş yavaş kontrollü kurutma ve baskılama işlemlerine başlanmış ancak arzu edilen kalitede ürün tam anlamıyla temin edilememiştir. Gıda kurutma teknolojisinde 19. yüzyılda önemli gelişmeler kaydedilmiş, 1856 da ilk defa orijinal bir vakum metoduyla konsantre süt üretilmiştir. 20. yüzyılda püskürtme ve silindir kurutma üzerinde yoğun çalışmalar yapılmış, 1960 da dondurarak kurutma metodu geliştirilerek ilk hazır kahve, 1970 de de yüksek kaliteli soğan tozu üretilmiştir (Hayashi, 1989).

Etin güneşte kurutulması doğal sıcaklık, nem ve hava cereyanı altında güneş ışınlarının direkt etkisine bağlı olarak etlerin muhafazasında kullanılan en eski metotdur. İlk insanın bir parça eti kaya üzerinde unutup bir süre sonra tesadüfen geri döndüğünde güneşin etkisiyle değişik lezzet ve tekstürde, hoş kokulu bir yiyecekle karşılaşması kurutulmuş et teknolojisinin başlangıcı sayılır. Oldukça ilkel olan bu metotla etin kurutulması geleneksel olarak bazı bölgelerde özellikle kırsal alanlarda hala sürdürülmektedir (Bischoff 1984).

Etin güneşte kurutulması Türkler tarafından yaygın olarak kullanılmıştır. Savaşçı oldukları için hayatları at üzerinde geçen Eski Türkler'in atlarının terkilerinde taşıdıkları kurutulmuş çiğ et ile beslendikleri bildirilmektedir. Bu şekilde kullanılan kurutulmuş et ilk taşınabilen gıda olarak da literatüre geçmiştir (Labuza 1976). Kaşgarlı Mahmud'un Divanü Lügati't Türk isimli yapıtında Selçuklu dönemi başlarında Orta Asya Türklerinden yapılan derlemelerde "kak et" deyiminin kurutulmuş et anlamında kullanıldığı ve aynı dönemde sığır ve at etinin yanında koyun etinin de kurutulduğu bildirilmektedir (Anıl 1988).

Mısırdaki Memlük devletinde pastırma tipi etlere "kak" denildiği, rüzgarda kurutulan etlerin ise "süret" veya "sü-ret" olarak adlandırıldığı, ayrıca eski Türklerde bugünkü pastırmanın ilkel şekli olan bazen baharatla karıştırılarak bazen de sadece tuzlanarak elde edilen güneşte kurutulmuş et ürünlerinin de "yazok et" olarak anıldığı ifade edilmektedir (Ögel 1978). Kayaardı (1992) ülkemizde geleneksel olarak uygulanmakta olan doğal et kurutma yöntemleri hakkında herhangi bir literatür bilginin bulunmadığını, bununla birlikte bu tip ürünlerin özellikle iklimin uygun olduğu sonbaharda veya kurban bayramına rastlayan günlerde sığır, koyun ve/veya keçi etlerinin kemikli veya kemiksiz olarak ince ince dilimlenmesi ve bolca tuza yatırılarak 1-2 saat bekletilmesi, sonra da et parçalarının güneşli havada direkt ve sürekli rüzgara maruz kalmamak üzere temiz bir yerde tercihen özel çengellere asılarak 3-10 gün kurutulması suretiyle elde edildiğini belirlemiştir. Araştırmacı kurutmada etler küçük ve ince parçalara ayrılmadığı taktirde kurutma zamanının uzadığını, aynı zamanda tek örnekliliğin sağlanmasının zor olduğunu; kurutma süresi, rüzgar hızı ve ortam nemi gibi iklim koşullarının ayarlanması gerektiğini, aksi taktirde etin dış kısmında ürün neminin dışarı çıkmasını engelleyen bir kabuk oluşumunun kaçınılmaz olacağını ileri sürmüştür.

Kurutulmuş etin kendine özgü lezzet, aroma ve tekstürü olup taze etinkinden oldukça farklıdır. Bazı yörelerde bu ürün pişirilmeden önce suda ıslatılmak suretiyle kuru fasulye, nohut gibi yemeklerde taze et yerine kullanılmakta, bunun yanında kuru etler döğülerek "kurut" ya da "kavut" gibi değişik mahalli adlarla anılan ürün elde edilmektedir. Bu şekilde çok küçük parçalara bölünen hatta toz haline getirilen kuru et çerez gibi yenmekte veya yemeklere katılmaktadır.

3. Kurutmanın Temel Prensipleri

Kurutmanın temel amacı, ürünün raf ömrünü uzatmak veya yeni bir ürün elde edebilmektir. Kurutma, maddeden buharlaşma, süblimleşme ya da ozmotik yolla suyun hareket etme süreci olarak tanımlanmaktadır (Lewicki ve ark., 2014). Gıda endüstrisinde kurutma ise ham, işlenmiş ya da yarı işlenmiş katı, sıvı, yarı sıvı gıdaların yapılarındaki su oranının azaltılarak belirli düzeylere düşürülmesi işlemi olarak tanımlanmaktadır (Saldamlı ve Saldamlı, 2000). Nemin gıdadan hızla uzaklaştırılması, mikrobiyal gelişim açısından önem taşımaktadır. Bu anlamda gıdalarda tuzlama ve kurutma yöntemleri ile gıdayı korumak, ideal bir yöntem olarak kabul edilmektedir (Bennani ve ark., 2000).

Et gibi katı gıdaların kurutulmasında, gıdadaki mevcut su ürünün dış kısmınadoğru buharlaşmaya başlamaktadır. Bu aşamada ısı ve kütle transferi olmak üzere iki temel süreç gerçekleşmektedir. Kurutma, ısı ve nem transferinin aynı süreçte meydanageldiği bir olay olup hammaddeden suyun uzaklaştırılmasını ifade etmektedir. Hammaddeden suyun kontrollü bir şekilde uzaklaştırılmasına bağlı olarak mikrobiyal, enzimatik ve diğer biyokimyasal reaksiyonlar yavaşlamakta bunun sonucunda yeni ürünün muhafaza süresi uzamaktadır.

Havanın sıcaklık derecesi, nemi, akış yönü ve hızı, yüzey alanı, ortamın basıncı ve ürünün şekil ve büyüklük gibi özellikleri kurutma sürecini etkileyen faktörlerdir (Saldamlı ve Saldamlı, 2000; Lewicki ve ark., 2014).

Gıdaların kurutulması ev tipi geleneksel üretimlerde, doğal yollarla güneş altında yapılırken, endüstriyel üretimde, kurutucular ve kurutma odaları kullanılmaktadır. Bu şekilde üretim hızlı ve yüksek miktarlarda ürün verirken, aynı zamanda açık havanın dezavantajları olan iklim koşulları değişkenliği, mikrobiyal ve çevresel kontaminasyon sorunlarını da azaltmaktadır (Saldamlı ve Saldamlı, 2000). Kurutma ile gıdaların raf ömrü uzamakta, ağırlık kaybından dolayı taşınması kolaylaşmakta, depolama ve taşıma maliyetleri minimize edilmektedir. Ayrıca ürünün mikrobiyal kontaminasyon riski de azalmaktadır (Karabacak ve ark., 2014).

Ülkemizde ve dünyada tuzlu ve kürlenmiş etin açık havada kurutulması ile elde edilen pek çok kurutulmuş et ürünü bulunmaktadır (Öztan, 1999). Terim olarak kurutma, et ve et ürünlerinden suyun uçurulması işlemidir. Mikrobiyal gelişimi durdurmak için gerekli olan düşük su aktivitesi (aw) bu şekilde elde edilmektedir (Heinz ve Hautzinger, 2007). Türk Gıda Kodeks (2012)'i Et ve Et Ürünleri Tebliği'ne göre ise kurutma, üretim sırasında ürünün teknolojisi gereği suyunun bir kısmının uzaklaştırılması işlemi olarak tanımlanmaktadır. Et kurutma, hayvan kesimi ile başlayan, bunu takiben trimming, hammadde seçimi, ön işlemlerle devam eden ve uygun kurutma yönteminin seçilip uygulanması ile sona eren karmaşık bir süreç olarak kabul edilmekte, sürecin ilk aşaması olan hayvan seçiminde, orta yaşlı, yağsız ve sağlıklı et, kurutulma işlemi için uygun bir seçim olarak görülmektedir. Sığır, manda, keçi ile geyik ve antilop gibi av hayvanları kurutulmaya en uygun hayvanlar olarak ifade edilmektedir. Et yağının oksidasyonu, kuru etin tipik tadına katkı sağlamakla birlikte aşırı ransit tat tüketiciler için problem oluşturabilmektedir (Anonymous, 1990).

Geleneksel olarak et kurutulması güneş altında doğal yollarla yapılmaktadır. Bu durum bazı doğal tehlikeleri de beraberinde getirmektedir. Toz, rüzgâr, yağmur, böcek, fare ve kuşlardan kaynaklanan kontaminasyonlar başlıca sorunlar olmaktadır. Güneşte kurutma, düşük ölçekli ev tipi üretimler için uygun ve ekonomik olmakla birlikte bahsedilen riskleri içeren bir metottur. Doğal yollarla kurutma giderek azalırken, özel iklimlendirme odalarında belirli nem ve sıcaklık değerleri ile fazla miktarda ürün veren, endüstriyel tip kurutma işlemi yaygınlaşmaktadır. Et kurutma amacı ile kullanılan pek çok farklı kurutucu tipi bulunmaktadır (Özbay ve Sarıçoban 2015).

Kurutulmuş et ürünleri uzun raf ömrü sağlamak için sıklıkla vakum ambalaj ile ambalajlanmaktadır (Engez ve Ergönül, 2009). Kurutulmuş et ürünlerinin paketlenmesinde çok çeşitli materyaller kullanılmaktadır. Kâğıt, plastik veya alüminyum folyo, selofan ve bezler kullanılan ambalaj materyalleridir. Ayrıca depolama sürecinde kurutulmuş et ürünleri en azından ayda bir kez kontrol edilerek duyusal veya kalite açısından değişiklikler incelenmeli, ortam sıcaklık ve nem değerleri sürekli takip edilmelidir.

4.Kurutulmuş Et Ürünlerinin Özellikleri

Kurutulmuş et ürünleri, farklı bölgelerde çok farklı şekillerde üretilmektedir. Bu farklılıklarla birlikte, et rengi, aroması, mikrobiyolojisi ve kalitesi açısından her ürünün taşıması gereken genel özellikler bulunmaktadır.

Kurutulmuş et ürünlerinin duyusal özellikleri büyük önem taşımaktadır. Duyusal olarak kurutulmuş ette lezzet ve aroma en önemli kriterlerdendir. Üründe kötü koku olmaması, renginin ise tek tip ve koyu kırmızı olması istenmektedir. Ürün yüzeyinin koyu renk, merkezin parlak kırmızı olması, etin hızla kurutulduğunun göstergesidir ve bu durum paketleme ve depolama aşamaları boyunca etin mikrobiyolojik bozulmaya yatkın olduğunu göstererek istenmeyen bir durum yaratmaktadır (Anonymous, 1990).

Kurutulmuş etin besleyici değeri çiğ materyalin kimyasal bileşimine bağlıdır. Kurutma esnasında, nemle birlikte etin diğer unsurlarında da değişik derecelerde kayıp meydana gelmektedir (Kayaardı 1992). Adachi ve ark (1958) kurutma işleminin sığır etinin gıda değerini azaltmadığını ve kurutulduktan sonra 37 ^{0}C'de

depolamaya alınan sığır etinin besleyici değerinin dondurulmuş taze etten daha iyi veya en az onunki kadar olduğunu ileri sürmüşlerdir. Göğüş (1986) etlerin kurutulması esnasında protein kalitesinde önemli bir değişiklik meydana gelmediğini, buna ilave olarak kurutulmuş sığır etinde görülen vitamin kaybının taze etlerin evlerde pişirilmesi esnasında oluşan kayıptan fazla olmadığını ifade etmiştir.

Uygun üretim ve depolama şartları sağlandığında kurutulmuş etlerin kalitesi yükselmektedir. Kurutulmuş etin bileşiminde, taze etin içerdiği protein, yağ, vitamin ve mineral maddelerin tamamına yakın kısmı bulunmaktadır. Nem miktarı ise, kurutma sonucu büyük bir kısmı uçurulduğundan, taze ete oranla oldukça düşük seviyelerdedir. Ayrıca kurutmada koruyucu olarak tuz da kullanıldığından kurutulmuş etin bileşimine girmektedir. Kurutulmuş etlerde su miktarının azalmasına bağlı olarak, göreceli bir şekilde protein, kuru madde, tuz, yağ ve kül miktarlarında artış görülmektedir.

5. Dünyada Tüketilen Kurutulmuş Bazı Et Ürünleri

Dünyanın birçok bölgesinde geniş bir ölçekte yer alan birçok geleneksel kurutulmuş et ürünü bulunmaktadır. Bu ürünler kullanılan hayvan, etin kesim şekli (parça, şerit vb.), ete uygulanan ön işlemler (tütsüleme, kürleme vb.), kurutma şekli (askı, yığın vb.) gibi faktörlere bağlı olarak değişkenlik göstermektedir (Özbay ve Sarıçoban 2015). .

Bu ürünlerin bazıları tüketime hazır olarak direkt yenebilirken, bazıları ise kızartma veya rehidre etme gibi ön işlemlere tabi tutularak tüketilebilmektedir. Ayrıca bölgeye has baharatlar ve aromaların kullanılması da farklı ürünlerin elde edilmesine olanak sağlamaktadır. Ülkemizde tüketilen "pastırma", Afrika'da "biltong", Brezilya'da "charqui" gibi ürünler, bilinen geleneksel kurutulmuş et ürünleridir. Bu tip ürünler, yerel halk tarafından küçük ölçekli olarak ev tipi doğal yollarla veya endüstriyel tipte büyük miktarlarda üretilmekte ve bazıları dünya gıda pazarında satışa sunulmaktadır (Kayaardı 1992; Özbay ve Sarıçoban 2015).

Kurutma işlemi, bozulmaya yatkın çiğ eti uzun süre soğuk zincir olmaksızın depolamamıza olanak verirken, mikrobiyolojik olarak da güvenli bir gıda üretimini sağlamaktadır. Aynı zamanda bu ürünler, bölgelerin geleneksel tüketim alışkanlıklarını temsil eden birer coğrafi işaret gibi de kabul edilebilmektedir. Bu bağlamda bu ürünlerin dünya gıda pazarında sirkülasyonları, kültürel alışverişi sağlaması, boyut olarak küçük olması, bozulmaya dayanıklı ve soğuk zincir gerektirmemesi gibi avantajları dolayısıyla büyük önem taşımaktadır.

Sonuç olarak, insanoğlu var oluşundan bu yana yaşamını sürdürebilmek için gıdaları temin etmenin yanında bunları uzun süre koruma çabası içine girmiştir. Zira gıdalar kimyasal reaksiyonlar, mikroorganizmaların çoğalması veya enzimatik faaliyetler sonucu fiziksel, kimyasal, mikrobiyolojik ve duyusal değişikliklere uğramaktadır. Bunun sonucunda da gıda maddelerinde bazı durumlarda kokuşma ve bozulmalar meydana gelmektedir. Gıdalarda meydana gelen bu tür bozulma ve kokuşmaları engellemek veya en aza indirmek amacıyla çeşitli koruma yöntemleri uygulanmaktadır. Bir gıdadan nemin uzaklaştırılması yani kurutma da bu koruma yöntemlerinden biridir. Kurutma tekniği ile elde edilen gıdalardan biri olan kurutulmuş et, hem geleneksel yöntemlerle hem de endüstriyel boyutta üretilmekte, çeşitli yemeklerin yapımında kullanılarak veya doğrudan tüketim şeklinde farklı lezzetlerle insan beslenmesine katkı sağlamaktadır.

KAYNAKLAR

Adachi, R.R.,Sheffer, L. ve Spector H. (1958). *The in vitro digestibility and nutrient quality of dehydrated beef, fish and beans*. Food Res. 23, 401.

Anıl, N. (1988). *Türk Pastırması: Modern Yapım Tekniğinin geliştirilmesi ve vakumla Paketlenerek Saklanması*. S.Ü. Vet Fak Derg., 4,1, 363-375.

Anonymous. (1990). *Manual on simple methods of meat preservation*. FAO Animal Production and Health Paper 79. Rome: Food and Agriculture Organization of The United Nations.

Bennani, L., Faid, M. & Bouseta, A. (2000): *Experimental manufacturing of kaddid, a salted dried meat product: control of the microorganisms*. Eur Food Res Technol, 211:153–157

Bischoff, J. (1984). *Making dried beef. It is a lost art?* Meat Industry, 23. 26-29.

Engez, S. T. ve Ergönül, B. (2009). *Kurutulmuş Et Üretiminde HACCP Sisteminin Uygulanması.* Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi, 4(3): 12-19.

Göğüş, A. K. (1986). *Et Teknolojisi*. Ankara: A.Ü. Ziraat Fakültesi Yayınları.

Heinz, G. and Hautzinger, P. (2007): *Meat Processing Technology for Small-To Medium-Scale Producers.* Bangkok: Food and Agriculture Organization of The United Nations.

Kayaaradı, S. (1992). Kurutulmuş Etin Kalite Faktörleri Üzerinde Araştırmalar. Konya: S.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayımlanmamış Doktora Tezi.

Labuza, L. (1976). *Drying Food: Technology improves on the sun*. Food Technol., 37-46.

Lewicki, P., Arboix, J. A., Botó, P. G., Beringues, J. C. and Moreno, I. M. (2014). Drying. M. Dikeman, & C. Devine, Encyclopedia of Meat Science (Second Edition) (s. 471- 479). London: Elsevier Ltd.

Ögel, B. (1978). Türk Kültür Tarihine Giriş IV. *Türklerde Yemek Kültürü (Göktürklerden Osmanlılara).* Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Saldamlı, İ. ve Saldamlı, İ. (2000). Gıda Endsütrisi Makinaları. Ankara: Savaş Yayınevi.

Karabacak, M. S., Esin, A., ve Çekmecelioğlu, D. (2014): *Drying Behavior of Meat Samples at Various Fiber Directions and Air Conditions.* Drying Technology, 32: 695–707.

Öztan, A. (1999). *Et Bilimi ve Teknolojisi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Yayınları.

Özbay Doğu, S., Sarıçoban, C. (2015). *Et Kurutma Teknolojisi ve Dünyada Tüketilen Bazı Kurutulmuş Et Ürünleri.* Journal of Food and Health Science 1(3): 103-117.

Türk Gıda Kodeks (2012). *Et ve Et Ürünleri Tebliği*. Tebliğ No: 2012/74 Ankara.

SÜT VE GELENEKSEL SÜT ÜRÜNLERİ

Ebru BAYRAK

GİRİŞ

Dünya üzerindeki zengin gıda kültürlerinden birine sahip olan Türk beslenme kültürünün kökeni, Türkistan'a kadar uzanmaktadır. Günümüzde, Anadolu'da yapılmakta olan gıda maddeleri ile Orta Asya'da halen yapılagelmekte olan gıdalar ve bunların adlarında ve yapılış şekillerinde büyük benzerlikler bulunmaktadır. Türklerin Anadolu'ya yerleşmeleri ile birlikte tüm bu kültür ve geleneklerin sentezi olan zengin sofra anlayışı oluşmuştur. Anadolu kültürlerinden kaynaklanan çok çeşitli ve değişik gıda maddelerinin üretim biçimleri günümüze kadar gelmiş olup, bugünkü modern işletmelerin bilimsel ve teknolojik temelinin oluşmasına katkıları bulunmuştur (Anonymous 1988).

Ülkemizin her bir bölgesinin en ücra köşelerinde bile yaşatılan, yerli yöre halkı tarafından geleneklere göre üretilip, orada tüketilen, hatta çok az bir kısmı gıda sanayi üretimine kadar giren farklı bileşimlerde zengin geleneksel ürünlerimiz mevcuttur. Günümüzde gıda endüstrisinde "geleneksel, yöresel gıdalar" kavramlarıyla karşılaşır durumda olmamız, konunun Türk yemek kültürü açısından önemini göstermektedir (Kavas 2000).

Geleneksel süt ürünlerimiz, özellikle yöresel bazı peynir çeşitleri, yapımında kullanılan sütten, hayvanın yetiştiği yörenin iklimi ve bitki örtüsünden ve uygulanan işlemlerden dolayı benzerlerinden farklı özellikler taşımaktadır. Bu özellikleri nedeniyle söz konusu ürünler bölge veya yöre ile özdeşleşmekte ve bu bölge dışında da tüketilmektedirler.

Geleneksel süt ürünleri tüketiciler tarafından beğenilen bazı ayrıcalıklı duyusal özelliklere sahiptirler. Bu özellikler kültürel ve coğrafi etkenlerden kaynaklanabilir. Beğenilen kaliteyi sağlamak veya sürdürebilmek için bu gıdalar ait oldukları bölgelerde üretilmelidir.

3.1. GELENEKSEL PEYNİRLER

Ülkemizde üretilen sütün fazla hacimli olması, taşıma zorluğu ve çabuk bozulması gibi nedenlerle, % 60'a yakın kısmı daha dayanıklı ürünlere işlenmektedir. Bu ürünlerden biri olan peynir, süt ürünlerimiz arasında önemli bir yer teşkil etmektedir. Ekonomik değere sahip beyaz, kaşar ve tulum peynirlerinden başka yöresel olarak, aile tipi işletmelerde üretilen birçok peynir türü vardır. Ülkemizde en az 50 çeşit bölgesel peynirin var olduğu bildirilmektedir (Anonymous 1990).

Türkiye'de üretilen toplam sütün % 22'si peynire işlenmektedir. Ekonomik değere sahip birkaç peynir türü dışında, mahalli olarak üretilen çok sayıda peynir çeşidimiz vardır. Bölgesel ve il bazında evlerde sadece kendi ihtiyaçlarını karşılamak için yapılan birçok peynir türünün keşfedilmeyi beklediği kaçınılmaz bir gerçektir (Çağlar ve Çakmakçı 1997). Burada, peynir çeşitlerinden en çok bilinenler üzerinde durulmuştur.

3.1.1. Tulum Peyniri

Tulum peyniri; ham peynirin (teleme) ufalanıp, tuzlandıktan sonra tulumlara basılması ve belli bir süre olgunlaşması sonucu elde edilen peynir olarak tanımlanmaktadır. Duyusal ve kimyasal özellikleri dikkate alınarak yapılan bir tanımda ise beyaz ve krem renkte, kuru madde ve yağ oranı yüksek, kolay dağılmayan (plastik özellikte), ağza alındığında eriyerek kendine has tereyağı aroması kolaylıkla hissedilen, yarı sert, homojen tekstürde ve belirgin asidik tatta olan bir peynir çeşidi olarak belirtilmektedir (Dağdemir 2000). Tulum peyniri, yapım tekniği ve görünümü itibariyle birbirinden oldukça farklılık gösteren kuru ve salamuralı olmak üzere iki tipte yapılmaktadır.

Salamuralı tulum peynirine nazaran daha çok üretilen kuru tulum peyniri en çok Doğu, Güney ve Güney Doğu Anadolu bölgelerinde; İzmir tulum peyniri adıyla bilinen ve artık nispeten yöresel peynir olmaktan çıkmış olan salamuralı tulum peyniri ise Ege bölgesinde kıyıya yakın yerleşim merkezlerinde yapılmakta-

dır (Akın 2002, Tekinşen 2005). Tulum peyniri genelde yaygın olarak üretildiği yörelere göre farklı isimlerle anılmaktadır. Yaygın olarak bilinenleri Erzincan (Şavak), Divle, Çimi ve İzmir (salamuralı) tulum peynirleridir (Keleş 1995).

Geleneksel olarak tulum peyniri aile kullanımı için yağsız koyun sütünden üretilir; bu süte bazen farklı oranlarda keçi veya koyun sütü de ilave edilebilmektedir. Ayrıca tat vermesi için yoğurt da üretimde kullanılabilmektedir. Geleneksel üretimde çiğ süt bir bez parçasından süzülür ve sıcaklığı parmakla bakılarak ayarlanır. Mayalama sıcaklığı soğuk havalarda 27-41 °C arasında, sıcak havalarda 28-39 °C arasında değişmektedir. Çiğ süt pastörize edilmediği için bazı bozucu ve patojen (hastalık oluşturan) mikroorganizmalar için muhtemel bir kaynaktır. Bu zengin mikro flora nedeniyle tulum peynirinin pastörize sütten üretilen peynirlere kıyasla eşsiz bir tat ve aromaya sahip olduğu düşünülmektedir (Kurt ve Öztek 1984). Peynirler bakteriyel aktivite, pH ve tuz konsantrasyonu ile doğrudan; su aktivitesi, depolama sıcaklığı ve olgunlaşma zamanı ile dolaylı olarak etkilenen proteolitik ürünlerin oluşumu için ideal bir kaynaktır. Bunun sonucu olarak, doğal mikro flora ürünün güvenliği ve duyusal özelliklerinde önemli bir role sahiptir (Öner vd. 2005).

Geleneksel üretimde bir kaşık dolusu rennet yaklaşık 20 litre süte yavaş bir şekilde ilave edilir. Sıcaklığı korumak için kap etrafı birkaç kat bez ile örtülür. Pıhtı oluşumu parmakla kontrol edilir ve yaklaşık 57-160 dakika içinde pıhtı parmağa yapışmadığı zaman tamamlanır. Oluşan pıhtı 1,5 kg'lık torbalara kepçelerle doldurulur. Peynir altı suyunun uzaklaştırılmasından sonra pıhtı büyük teknelere aktarılır ve çıplak ayaklarla yoğrulur. Tulum içerisine doldurulurken tuz ilave edilir ve sıkıca basılarak havası alınır. Peynirde havanın varlığı bozulmaya sebep olabilir. Bazı üreticiler peyniri, daha yumuşak ve tatlı yaptığı, ayrıca tuluma basımı kolaylaştırdığı düşüncesiyle bir miktar süt ile peyniri yoğurmaktadır. Tuz peynir üzerine ve tulumun ağız kısmına serpiştirilir (Akyüz 1981). Tulumlara doldurulan peynirler olgunlaşması için 6-10 °C'de % 65-85 nispi nemde 3-6 ay süre ile bekletilir.

Olgunlaşma sırasında keçi derisi doğal mikro florayla birlikte tulum peynirine özgü keskin tat ve aromanın oluşumuna katkıda bulunur. Mandıralarda peynirler bazı tehlikeli mikroorganizmaların kontamine olmasını önlemek için keçi derisi yerine sağlığa uygun plastik ambalajlar kullanılarak olgunlaştırılmaktadır (Erdoğan vd. 2003, Yılmaz vd. 2005).

3.1.2. Karın kaymağı peyniri

Karın kaymağı peyniri, genellikle koyun sütünden üretilen ve işkembeye basılarak muhafaza edilen, yağ oranı çok yüksek, tulum peyniri benzeri bir peynir çeşidimiz olarak tanımlanabilir (Çakmakçı vd. 1995). Bu peynir çeşidi Doğu Anadolu Bölgesinde, Gümüşhane ve Kars illeri ile bu illerin çevresinde, özellikle Sarıkamış'ta üretilmektedir. Sarıkamış yöresinin peynir üreticilerinden elde edilen bilgilere göre, peynirin üretiminde koyun sütü tercih edilmekte, fakat inek sütü de kullanılabilmektedir. Süt ısıl işlem görmeden, yağı alınmadan, ortalama olarak 28-34 °C arasında buzağıların şirdeninden elde edilen maya ile mayalanmaktadır. Pıhtılaşma süresi 1,5-3,5 saat olup, parçalanan pıhtı, keten torbalara alınarak kendi halinde 10-36 saat süzülmeye bırakılmaktadır. Ardından üzerine ağırlık konularak 18-72 saat ikinci bir süzme yapılır. Kitle sertleşince işleme son verilir. Peynir ufalanarak, % 2-3 oranında tuz ilave edilip, peynir oranında krema veya tereyağı ile harmanlanır. Temizlenen, 8-10 dakika haşlanan, kurutulmuş işkembe, ılık suda ıslatılarak elastiki bir yapı kazandırıldıktan sonra boşluk kalmayacak şekilde peynirle doldurulur, ağzı sıkıca bağlanarak, düz bir yerde üzerine bir tahta parçası konulup, 50-140 kg arasında baskı uygulanır. İkinci baskılama 3 gün devam ettirilir. Baskıdan alınan peynir, nem oranı, % 70-80 ve sıcaklığı 5-10 °C olan bir yerde iplere asılarak olgunlaşmaya bırakılır. Olgunlaşma süresi 2-3 aydır (İloğlu 2001).

3.1.3. Çökelek

Hammaddesinde "ayran" ya da "yoğurt" bulunan çökelek bir çeşit peynir olarak tanımlanabilir. Protein ve kalsiyum bakımından oldukça zengin olan çökelek peyniri, süt ürünlerinin en iyi değerlendirme şeklidir (Dığrak vd. 1996, Kaptan ve Büyükkılıç 1983). Doğu ve Güneydoğu Anadolu Bölgesinde tüketimi en fazla olan bir peynir çeşididir (Keven vd. 1998).

Türkiye'nin büyük kentlerinde çarşı ve pazarlarında satılan tekdüze çökelek peynirinin dışında, yerel özellikleri ağır basan taze tüketilen, tulum ya da küpe basılarak ömrü uzatılan, güneşte kurutularak saklanan çeşitli çökelek tipleri de vardır. Koyunun ilk iki gün verdiği ağızdan yapılan "caba altı" denilen süt çökeleği İnebolu'da üzerine pekmez ya da şeker dökülerek tüketilmektedir. Isparta Sütçüler ilçesinde "tortu" ya da "ekşimik" denilen yayık artığı, koyun ya da keçi sütünden yapılmış yoğurdun ayranına süt ilave edilerek kaynatılması sonucu elde edilen kahverengi bir çökelek türüdür. "Kurçi veya Kurçta" Rize ve Erzurum yöresinde yayık altı suyundan kestirilerek yapılan bir başka çökelek türüdür. Elle ovuşturulduğunda ufalanır ve özellikle mısır ekmeği ile birlikte tüketilmektedir. Bunların dışında ayrandan Giresun çökelek peyniri, tereyağından arta kalan yayık altından Kars çökelek peyniri, yayık artığı ayranından Milas "kırk tokmak" peyniri, Hatay tulum çökeleği ve Antakya "zahterli cara çökeleği" gibi yöresel çökelek türleri de vardır (Ünsal 1997).

Burdur ve civar bölgesinde üretilen çökelek peyniri; yoğurttan, sütten, yoğurt ve peynir altı suyu karışımı olmak üzere 3 farklı hammaddeden üretilebilmektedir.

1. Sütten üretilen çökelek; çiğ süt kesilinceye kadar bekletilir, daha sonra kaynatılır. Dibe çöken tortu kısmı bez keselere aktarılır ve bez kesede bekletilerek süzülür. Süzme işlemi tamamlandıktan sonra parçalanır ve çökelek peyniri olarak tüketilir.

2. Yoğurttan çökelek üretimi: Süt kaynatılır, mayalanır ve kendi halinde bekletilerek iki üç gün ekşitilir. Hafif sulandırıldıktan sonra yayıklanır, yağı alındıktan sonra geriye kalan ayran kaynatılır ve tuzlanır. Bez kesede süzüldükten sonra arta kalan kısım ise çökelek peyniridir.

3. Yoğurt ve peynir altı suyu karışımından üretilen çökelek; yoğurt yayıklanır, yağı alınır ve geriye kalan yayık suyu ve peynir altı suyu ile karıştırılarak kaynatılır ve tuzlanır. Bez kesede süzüldükten sonra kesede kalan kısma çökelek peyniri olarak adlandırılmaktadır (Kırdar 2004).

3.1.4. Akçakatık peyniri

Burdur'un Kozluca ve Dinar köylerinde yapılan mahalli bir peynirimizdir. Akçakatık peyniri dış görünüş olarak tulum peynirine benzemektedir. Diğer peynirlerden farkı, yoğurttan yapılmış olması ve içerisine farklı baharatlar katılarak üretilmesidir. Bu baharatlar, peynirde hoşa giden keskin bir tat ve koku oluşturmaktadır.

Akçakatık peynir üretiminde inek veya keçi karnı kullanılmaktadır. Hazırlanmasındaki ilk işlem karının kaba pisliğinin alınarak iyice temizlenmesidir. Karının yüzeyi elde sürtülerek pürüzler giderilene kadar işleme devam edilir. Temizlenen karın daha sonra kirece yatırılarak bekletilir. Bunun nedeni yüzeydeki beneklerin çıkarılmasıdır. İşlem sonunda bol su ile yıkanarak kireçten tamamen arındırılan karın deterjan veya sabunlu su ile yıkanır. Bol su ile durulandıktan sonra 2-3 gün tuzda bekletilir ve şişirilir. 5-6 gün kurutmaya bırakılır. Kuruyan karın bir hafta sonra peynirin ambalajlanmasında kullanılır.

Peynir üretiminde iki farklı yöntem uygulanmaktadır. Birinci yöntemde hammadde olarak inek ve keçi sütü kullanılmaktadır. Yağı alınmamış süt yaklaşık 87°C'a kadar ısıtılmakta ve sonrasında mayalama sıcaklığı olan 40 °C 'ye soğutulmaktadır. Bu sıcaklıkta bir gün öncesinin süzme yoğurdu maya olarak kullanılmaktadır. Fermantasyon işlemi yaklaşık 2,5-3 saat sürmektedir. Bu süre sonunda yoğurtlar buzdolabı sıcaklığında (+10 °C) 1 gün bekletilmektedir. Geleneksel yoğurt üretimini süzme yoğurt üretimi takip etmektedir. Yoğurtlar bez torbalara aktarılarak 2-3 gün süreyle tüm serum ayrılıncaya kadar süzme işlemine tabi tutulurlar.

Süzme işlemi tamamlandıktan sonra tuz katılır. Sonrasında baharat katımı (karanfil havanda dövülür ve çörek otu) gerçekleştirilir. Elde edilen karışım inek veya keçi karnına elle veya soku yardımıyla doldurulur ve iyice sıkıştırılır. Sıkıştırma işlemi tamamlandıktan sonra karnın ağzı dikilir. Peynirler gölgede ve açık havada 3-4 ay kadar bekletilir ve bekletme esnasında sık sık ters düz edilir. Peynir üretimi sırasında inek veya keçi karınının kullanılma sebebi, peynirin muhafaza süresini uzatmak ve peynirin kendine özgü keskin aromasının oluşumunu sağlamaktır. Peynirin karında saklanma süresi 3-6 aydır. Peynir üretimi bahar ve yaz aylarında yapılmakta olup, kışın ise tüketilmektedir.

Peynirin üretiminde kullanılan ikinci yöntem ise şu şekildedir: Geleneksel yöntemle inek ve keçi sütü kullanılmak suretiyle yoğurt üretimi gerçekleştirilmektedir. Süzme işleminden sonra yoğurt baharat karışımlarıyla iyice yoğrulur, topaklar halinde elde şekillendirilir. Güneşte kurutmaya bırakılır. Kurumuş ürün karna doldurulur ve kış aylarında tüketilir. Tüketim sırasında peynir ısıtılarak yumuşak hale getirilmektedir (Kırdar 2004).

3.1.5. Otlu Peynir

Van'ın geleneksel otlu peyniri ilkbaharda, hem sütün hem de otun bol olduğu dönemde, genellikle koyun sütünden üretilir. Ancak, koyun sütüne inek ve keçi sütü de karıştırıldığı olur. Sütler çiğ olarak ya da çok az ısıtılarak mayalanır. Mayalama sıcaklığı yaklaşık 30°C'dir. Süt 1-2 saatte pıhtılaşır. Daha sonra bir kat pıhtı, bir kat önceden doğranıp hazırlanmış çeşitli yabani otlar olmak üzere bez bir torbaya alınır. Torbaya aktarım işlemi bittiğinde torbanın ağzı kapatılır ve iki taş arasına sıkıştırılarak ya da üstüne tahtadan ağırlık konarak süzülmeye bırakılır. Süzülme 5-6 saat sürer.

Elde edilen teleme, yaklaşık 2-3 cm. kalınlığında dilimlere bölünür. Kesme işleminden sonra iki farklı şekilde tuzlanarak olgunlaştırılmakta veya taze olarak tüketilmektedir. Birinci şekilde, salamura tuzlama metodu kullanılmaktadır. İkincisinde ise peynir kalıpları belli müddet kuru tuzlamaya tabi tutulduktan sonra, toprak küplere veya plâstik bidonlara sıkıca basılmaktadır. Basma işleminde peynir kalıpları arasına cacıklar veya ufalanmış peynir konarak boşluk kalmamasına dikkat edilmektedir. Sıkı doldurulmuş plâstik kaplar, ağzı değişik yapraklarla kapatıldıktan sonra ters çevrilerek toprağa gömülmektedir. Burada peynirler en az 3 ay olmak üzere 7 aya kadar olgunlaştırılmaktadır (Ünsal 1997).

3.2. GELENEKSEL YOĞURTLAR

En önemli fermente süt ürünlerimizden olan ve dünyaya da Türkler vasıtasıyla tanıtılan yoğurt, severek tüketilen bir gıdadır. Yoğurdun süzülerek, pişirilerek koyulaştırılması veya tuz ile yoğrularak güneşte kurutulması oldukça eski devirlerden beri geleneksel olarak yapılmaktadır. Bu tür ürünler toplumumuzun beslenmesinde önemli bir yere sahiptirler. Yöresel olarak üretilen bu ürünler içerdikleri yüksek miktardaki protein nedeniyle, bölge halkının hayvansal protein ihtiyacını karşılamakta ve ayrıca ailelere ek gelir sağlamaktadırlar.

Diğer süt ürünlerinde olduğu gibi yoğurdun da raf ömrü sınırlıdır. Pastörizasyon işlemi uygulansa bile dayanma süresi en fazla 3 hafta olmaktadır (Özdemir vd. 1994, Şahan ve Say 1998).

Ülkemizde ve bazı Orta Doğu ülkelerinde halkın temel yiyeceği olarak kabul edilen yoğurdun geleneksel işleme metotları kullanılarak dayanma süresi artırılmaya çalışılmıştır. Bu amaçla farklı yörelerde farklı isimlerle çok çeşitli kurutulmuş ve koyulaştırılmış yoğurtlar elde edilmiştir. Bu ürünler yöresel yemeklerin yapımında kullanıldığı gibi tek başına da tüketilebilmektedirler.

3.2.1. Koyulaştırılmış Yoğurtlar

3.2.1.1. Torba Yoğurdu

Sütün bol olduğu dönemlerde fazla olan sütü önce yoğurda işlemek, sonra da bu yoğurtlardan ve/veya ekşimiş yoğurtları değerlendirmek üzere "torba yoğurt" üretmek bilinen en eski yöntemlerden birisidir (Anonymous 2001) .

Torba yoğurdu, binlerce yıldan beri ülkemizde ve birçok Orta Doğu ülkesinde yapılmaktadır. Genellikle kırsal kesimde yoğurdun bez torbalarda süzülerek suyunun ayrılması ve kuru maddenin artırılması ile yapılan dayanıklı bir yoğurt çeşididir (Uysal ve Gönç 1998, Yaygın 1999).

Yoğurt karakteristik tat ve kokusuyla en popüler fermente süt ürünü olmasına rağmen özellikle çevre sıcaklıklarında birkaç günde bozulabilmektedir. Genellikle sıcak bölgelerde yoğurdun raf ömrünü uzatmak amacıyla çeşitli yöntemler geliştirilmiştir. Bunlardan biri yoğurt serumunu uzaklaştırarak kuru madde içeriğini artırmak ve ürünün raf ömrünü bir süre daha uzatmayı kapsamaktadır. Anılan ürün 'torba', 'kese' ya da 'süzme' yoğurt olarak tanımlanmaktadır.

Ülkemiz insanının beslenmesinde önemli bir yer tutan bu dayanıklı yoğurt çeşidimiz daha çok, bilinen klasik yöntemlerle üretilmektedir. Fakat bu durumda birçok besin maddesi de kaybolmaktadır. Ancak endüstriyel olarak vakum ve ultrafiltrasyonla koyulaştırılan sütlerden yapılan torba yoğurtlarında bu kayıplar azaltılmakta, randıman ve dayanıklılık müddeti daha da artırılmaktadır (Uysal 1993, Uysal ve Gönç 1998).

Torba yoğurdu doğrudan doğruya yenilebildiği gibi hem yoğurt mayası olarak hem de kurut imalinde kullanılabilir Ayrıca torba yoğurduna tuz karıştırılıp olgunlaştırılmak suretiyle "çökelek" de yapılmaktadır.

3.2.1.2. Tulum Yoğurdu

Tulum (tuluk) yoğurdu ülkemizin daha çok Denizli ve Burdur illeri ile Ege bölgesinde bilinen, koyun veya keçi derileri içinde muhafaza edilen fermente bir üründür (Yaygın 1970).

Tulum yoğurdunun belirli bir yapılış şekli yoktur. Kıllarından temizlenen ve çam kabuğu ile boyanarak yıkanan tulumlara yeni sağılmış süt, ısıtılmış süt, kesilmiş süt veya yoğurt konulur. Yalnız çok fazla konulunca süzülme zor olacağından, tuluma bunlar en az 3-5 lt bırakılmalıdır. Tuluma 2-3 günde bir 100 g kadar tuz atılmalıdır. Sütler sıcaklığın ve içindeki asitliği yüksek pıhtının etkisiyle kısa zamanda pıhtılaşır ve su tulumdaki kıl deliklerden dışarı süzülür (Yaygın 1970; 1999).

Tulum yoğurdu ilkbahar, yaz ve sonbahar aylarında yapılır. Kışın yapılan tulum yoğurtlarında sütün kendiliğinden pıhtılaşması çok daha zor olduğundan tuluma süt yerine yoğurt koymak daha uygundur. "Sütlük" adı verilen serin yerlerde bekletilen tulum tamamen dolduğu veya ailenin süt üretimi bittiği zaman, içindeki yoğurt tulum parçalanmadan çıkartılır. Besleyici değeri yüksek olan tulum yoğurdu tek başına tüketilebileceği gibi keş ve katık gibi mahalli bazı süt ürünlerinin yapımında da kullanılır. Ayrıca sulandırıldıktan sonra yayıkta yayıklanarak tereyağı da elde edilir. Buna "tulum yıkama" denir. Yayık altı ayranından ise çökelek yapılır (Yaygın 1970; 1999).

Tulum yoğurdu da protein ve yağ bakımından zengin bir besindir (%10,06 ve %22,5). Süt ve yoğurda göre yağ oranı çok yüksek, fakat su ile birlikte bazı proteinli maddelerin de süzülmesinden dolayı proteininin aynı oranda olmaması dikkati çekmektedir (Yaygın 1999).

3.2.1.3. Kış Yoğurdu

Ülkemizde kış yoğurdu; güz yoğurdu, tuzlu yoğurt, pişmiş yoğurt ve tutma yoğurt adıyla bilinmektedir.

Kış yoğurdu özellikle memleketimizin Van, Hatay, Sivas illeri ile Akdeniz bölgesinin bazı illerinde yapılıp tüketilen konsantre bir yoğurt çeşididir (Gökalpay 1965, Gönç ve Oktar 1973, Kaptan 1986).

Kış yoğurdu sütün bol olduğu mevsimde yapılır ve olmadığı kış aylarında ekmek üzerine sürülerek veya diğer şekillerde tüketilir. Kış yoğurdunun standart bir işleme şekli yoktur. Her bölgede, hatta aynı yörede bile farklı işleme şekillerine rastlanır. Fakat hepsinin amacı, yoğurdu dayanıklı hale getirmektir. Bu yoğurt aylarca bozulmadan kalabildiğinden halkın en önemli besin kaynağı olmaktadır.

Hatay ve Sivas illerinde yapılan kış yoğurdunda hammadde olarak daha çok keçi sütü kullanılır. Süzülerek yabancı maddelerden ayrılan süt, 80-95 °C'lerde bir süre ısıtılır. Sonra kaplara veya tenekelere boşaltılır. Mayalama derecesine soğuyan süt, bir gün önce yapılan yoğurt ile mayalanır. Kapların üzeri eski çuval, keçe, battaniye vs. ile örtülür. Süt 3-4 saat inkübasyona bırakılır. Elde edilen taze yoğurtlar önce torbalarla asılır, bir miktar suyun süzülmesi için 2-5 saat beklenir. Sonra süzülen su kadar, temiz soğuk su yoğurdun içine katılır ve yoğurt karıştırılır. Yoğurtların pişirilmesi için genellikle yayvan kaplar kullanılır. Derin kaplarda pişirme sırasında yoğurdun esmerleştiği belirlenmiştir. Suyu süzüp tekrar sulandırarak pişirilen yoğurtlar daha beyazdır. Pişirme işlemi 1- 1,5 saat kadar devam eder ve bu sırada yoğurt sürekli karıştırılır. İyice koyulaştırılan yoğurttan su buharı çıkar ve kitlede delikler oluşur. Bu sırada yoğurda % 1-3,5 oranında tuz ilave edilir. 10-15 dk daha tekrar karıştırma ve ısıtma işlemine devam edilir. Pişirilen yoğurtlar hemen yayvan kaplara alınır ve soğumaya bırakılır. Soğutulan yoğurt tenekelere, kavanozlara, içi sırlı kaplara hava almayacak şekilde yerleştirilir. Ambalajdaki yoğurdun üzeri iç yağı, zeytinyağı veya margarin ile örtülür. Kapların ağızları iyice kapatılır ve kapların etrafına cam macunu sürülür. Tenekeler soğuk hava depolarına, diğer ambalajlar evlerde serin yerlere konur. Yoğurtların tenekelerde 5-6 ay kadar kalabildiği, kavanozlar-

da ise 2 yıl kadar kaldığı halde bozulmadığı bildirilmiştir (Gönç ve Oktar 1973, Şahan ve Say 1998, Yaygın 1999).

Van ve yöresinde yapılan kış yoğurdunda ise pişirme ve tuzlama işlemleri yoktur. Ham madde olarak daha çok koyun sütü tercih edilir. Pişirilip mayalama derecesine kadar soğutulan süt mayalanarak inkübasyona terk edilir. Oluşan yoğurt üzerine, bez serilerek suyun alınması sağlanır. Daha sonra kaymak tabakası kaldırılarak, yoğurdun hava ile temasını kesmek için üzerine eritilmiş tereyağı/sadeyağ dökülür (Ocak 1996).

Kış yoğurdu çok sevilen bir yiyecektir, çeşitli çorbaların yapımında ve börek yapımında kullanılır. Ayran olarak hazırlanır; yemeklerde tüketilir. Ayrıca kırmızıbiber, nane ve zeytinyağı ilavesiyle kahvaltılık ve meze olarak da kullanılmaktadır.

3.2.1.4. Pesküten

Pesküten, daha çok Sivas ili ve çevresinde üretilen koyulaştırılmış bir yoğurttur. İşlendiği yöreye göre " pesküten, pestigen veya pestikan" adlarıyla bilinmektedir.

Peskütenin yapılışında ilk önce süt yoğurda işlenip, daha sonra yayıklanır. Tereyağı alındıktan sonra geriye kalan ayran kısmı ısıtılır, içine bir miktar da buğday tanesi ve tuz atılır. Pıhtı oluşunca pişirmeye son verilir ve soğutulur. Suyunun süzülmesi için bez torbalara alınır. Sonra pıhtı küp, teneke veya uygun diğer kaplara basılır ve bunların üzerlerine don yağı dökülür. Böylece hava ile teması kesilen yoğurt evlerin serin yerlerinde bırakılır veya toprağa gömülerek saklanır. Pesküten kış aylarında halkın yararlandığı çok dayanıklı bir süt ürünüdür. İyi hazırlanırsa 1-2 sene bozulmadan kalabilir (Kurt ve Çağlar 1988, Yaygın 1999).

3.2.2. Kurutulmuş Yoğurtlar

Kurut ya yağsız yoğurttan ya da yoğurdun yayıklanarak yağı alındıktan sonra geriye kalan ayrandan elde edilir.

Yoğurt veya ısıtılmak suretiyle çöktürülen ayran torbalara alınır. İyice süzülmesi sağlanır. Daha sonra içine bir miktar tuz katılarak pıhtı iyice yoğrulur. 20-60 gram ağırlığında parçacıklara ayrılır. Temiz bezlere serilerek 1-2 hafta güneşte kurutulur. Genel olarak 16-17 kg yağsız yoğurttan 1 kg kurut elde edilir. İçerdiği yüksek miktardaki protein nedeniyle (%52,89), bölge halkının hayvansal protein ihtiyacını karşılamada önemlidir (Akyüz ve Gülümser 1987, Patır ve Ateş 2002).

Ülkemizin Denizli, Aydın, Balkanlar ve Karadeniz Bölgesinin özellikle Ordu ve çevresinde kurut "keş" adıyla da bilinmektedir (Kumral 1970, Tarakçı vd. 2001, Ergun Aydın).

1.1.3. İlitme Yoğurdu/Tarhana Yoğurdu (Aydın)

Tarihi çok eskilere dayanan, günümüzde unutulmaya yüz tutmuş yoğurtlardan biridir. Temel özelliği çiğ sütten uzun sürede üretilmesi, uzun süre bozulmadan, buzdolabına gerek olmadan saklanabilmesidir. İlitme yoğurdu eskiden altında çeşmesi olan iki kulplu küplerde yapılırdı. Bu gün her çeşit kapta yapılabilmektedir.

Bir kaba arzu edildiği kadar ısıtılmış süt koyulur. (Tarhanalık hazırlanacak ise birkaç kg, yemeklik ise 1 kg. civarında olabilir.) Sütün çiğ veya pişmiş olması fark etmez. (Eskiden hep çiğ sütten yapılırdı.) Yoğurtla mayalanır. Yaz mevsiminde sütün herhangi bir ısıda olması fark etmez. Kışın daha çabuk kabarması (kabarması yoğurdun yenmeye hazır olduğunun işaretidir.) için daha sıcak mayalanması ve oda sıcaklığında bekletilmesi gerekmektedir. Kabaran yoğurdun altında biriken gök su, küplerin altında bulunan çeşmelerden (semaver gibi) her gün boşaltılır. Yoğurt üretme süresi önemli değildir. 3-5-10-15 gün süreyle yoğurt yenilenmeye devam edilebilir. Tencere, plastik kova gibi bir yerde yapılıyorsa yan getirilip bir bütün halinde olan yoğurdun akması süzgeçle engellenerek her gün gök suyu boşaltılır. Daha sonra her gün üzerine arzu edilen miktarda süt ilave edilip karıştırılır. Günlük yemeklik yoğurt alınacak ise süt dökülmeden önce alınmalıdır. Servis tabağına alındığında üzerine tuz ekilebilir. Ekşimtrak bir tadı olan ilitme yoğurdu, yanında domates, salatalık, biber ve yeşilliklerle birlikte –özellikle yaz mevsiminde serin bir "katık" vazifesi görmektedir.

Tarhana için hazırlanacak ise ihtiyaca göre daha fazla süt (3+3+3 veya 5+5+5 kg gibi. İllaki üç kerede tamamlanma, her seferinde aynı miktarda ilave edilme şartı da yoktur.) kullanılmalıdır. Yoğurt yapımı bittiğinde kabaran yoğurt bez keseye alınır. Kesede süzülen yoğurt tarhana yapımı için hazırdır.

Not 1: İlitmeden yapılan yoğurt, normal süzme yoğurda göre iki kat sütten yapılır.

Not 2: Tarhana yapımında kullanılacak sütün kart sağınlı inekten (yavrusu büyümüş) olmasına dikkat edilmelidir. Daha koyu ve daha yağlı olacağı için daha bereketli olur; çorbaya kremamsı bir kıvam ve daha fazla lezzet verir. Çorba pişirilirken içine veya üzerine yağ-yağ sosu konmasına gerek kalmaz.

Not 3: İlitme yoğurdu yağ ve çökelek/keş yapımında da kullanılabilir. Yoğurdun içine bir miktar su katılarak çırpılırsa yağı ayrışır; tereyağı elde edilmiş olur. Kalan kısım kaynatılarak kesede süzülürse çökelek/keş elde edilir. Yağı alınmadan kaynatılırsa yağlı bir çökelek elde edilebilir.

3.2.4.DERİ YOĞURDU (Gaziantep)

Terbiyelenmiş, tabaklanmış oğlak tuluğu içinde yapılır. Tuluğun içine arzu edildiği kadar süt koyulur. Yoğurtla mayalanır. Her gün içine süt, ayran, yoğurt evde artan ne varsa koyulur. Suyunu deri sızdırır. Ara ara tuz konur. Genellikle baharda yapılır. Kış boyu yenir. Tulum peyniri kıvamında olur. (Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Mehmet Boz(Gaziantep-merkez Şehit Kamil İlçesi Arıl Köyü 1952, makine mühendisi)'dan derlenmiştir.)

3.3. GELENEKSEL FERMENTE SÜT İÇECEKLERİ

3.3.1. Ayran

Ayran, yoğurda su katılarak veya kuru maddesi ayarlanan süte yoğurt kültürü ilave edilerek içilebilir kıvamda hazırlanan fermente bir süt ürünüdür (Anonymous 2001). Türklere özgü bir içecek olan ayran, pide, lahmacun, kebap vb. yiyeceklerin yanında yaygın olarak tüketilmektedir.

Tüketici beğenisini ve tercihini belirleyen en önemli faktörlerden biri ayranın ağızdaki hissedilen kıvamıdır. Ayrana benzer ürünler dünyada çeşitli ülkelerde de üretilmekte olup yoğurt içeceği veya fermente süt içeceği gibi isimler almaktadır. Ayranın aksine bu tür içecekler, hammadde olan yoğurdun yanı sıra, meyve suyu veya püresi ve stabilizatörlerle formüle edilmektedir (Köksoy ve Kılıç 2003).

3.3.2. Kefir

Kefir, kefir daneleri kullanılarak etil alkol ve laktik asit fermantasyonları sonucu elde edilen, çok eski geçmişe sahip, fermente bir süt ürünüdür. Uzun zamandan beri Kafkasya'da bilinmekte ve yöre halkı tarafından geleneksel olarak üretilip tüketilmektedir. Kafkasya'da, deri tulumlar ya da meşeden yapılmış fıçılar içinde üretilen kefirin besleyici değeri ve fizyolojik özelliklerinin anlaşılmasından sonra 19. yüzyılın sonlarına doğru Doğu ve Orta Avrupa ülkelerinde de üretilmeye başlandığı belirtilmektedir (Alpkent ve Demir 2004).

Kefir, tanelerinden hazırlanan ana kültürün ya da kefir tanelerinin süte katılmasıyla elde edilir. Bu taneler; laktik asit ve asetik asit bakterilerini ve laktozu fermente eden ve edemeyen mayaları bir polisakkarit matriksi içinde kompleks laktoz ve kazein ile birlikte içerir. Kefirin kendine has tadı tanedeki bakteri ve mayaların metabolik aktivitesi sonucu oluşmaktadır. Laktik asit ve alkol fermentasyonlarının bir arada yürümesi neticesinde son üründe oluşan karbondioksit, asetaldehit, asetoin, laktik asit ve etanol, kefirin taze, ferah ve ekşi tadını vermekte ve içindeki karbondioksit nedeniyle de köpüren bir özelliğe sahip olmaktadır (Irigoyen vd. 2005, Karagözlü ve Kavas 2000, Farnworth 2005).

Kefir sütten yapıldığı için, süt içindeki yağ, laktoz, mineral maddeler ve vitaminler gibi besin maddelerinin hepsini yapısında bulundurmaktadır. Hatta oluşumu sırasında bazı vitaminlerin sentezlenmesi, proteinlerin ve laktozun kısmen parçalanması, kefirin besleme değerini artırmaktadır (Libudzisz ve Piatkiewicz, 1990).

Kefirin yapısında bulunan mikroorganizmalar sütte meydana getirdikleri değişikliklerle onu daha kolay sindirilir hale getirirler. Böylece kefirdeki besin elementlerinin vücut tarafından daha kolay emilimi sağ-

lanır. Özellikle sütteki laktozun, laktik aside dönüşmesi nedeniyle kefir, laktoz-intolerant kişiler tarafından da rahatça tüketilebilir. Kefir, kalsiyum, fosfor, aminoasitler, folik asit ve B-vitaminleri bakımından oldukça zengin bir süt ürünüdür (Anonymous 1998).

3.3.3. Kımız

Kısrak sütünden yapılan çok eski bir süt içeceğidir. Günümüzde Kırgız, Kazak, Tatar, Özbekler, İdil ve Ural Türkleri, Moğollar ve Sibirya'da Yakutlar tarafından yapılan ve çok sevilen bir içkidir. Bu ürün, %2 gibi düşük alkole sahiptir ancak sert bir içecektir. Fermentasyon süresine bağlı olarak sertliği değişir. Geleneksel yöntemde kısrak sütü sağılır sağılmaz hemen mayalanır. Maya olarak mevcut kımız kullanılır. Yapılan çalışmalar kımızda *Lb. delbrueckii* ssp. *bulgaricus, Str. Lactis* ssp. *lactis, Mycoderma,* laktozu fermente edemeyen *Saccharomyces cartilaginosus, Torulla* ve *Candida* bulunduğunu göstermiştir. Endüstriyel kımız yapımında kısrak sütü yerine %2,5 sakkaroz, ilave inek sütleri de kullanılmaktadır (Gökçer ve Üstün 2001).

3.4. DİĞER SÜT ÜRÜNLERİ

3.4.1. Kaymak

Türk Gıda Kodeksi Yönetmeliğine göre kaymak, "içerisinde en az % 60 oranında süt yağı bulunan ve dışarıdan herhangi bir madde katılmadan özel metotla yapılıp şekil verilen krema" olarak tanımlanır (Anonymous 2003).

Kaymak, ülkemizde özellikle Afyon, Edirne, Kocaeli, İstanbul, Bursa, Ankara illerinde genellikle küçük aile işletmelerinde üretilen ve "Lüle Kaymağı" adı altında satılan geleneksel bir süt ürünüdür. Esas olarak manda sütünden, manda sütünün yetersiz olduğu durumlarda ise, belirli miktar kremayla yağ oranı zenginleştirilmiş olan inek sütünden yapılmaktadır (Kurt ve Özdemir 1988, Öksüz vd. 2000).

Kaymak esas itibariyle sütün yağdan zengin bir kısmıdır. Kürecikler halinde bulunan süt yağının özgül ağırlığı 0.931 g/mL' dir. Buna karşın, sütün plazma kısmının özgül ağırlığı 1.034 g/mL' dir. Süt uzun süre bekletildiğinde özgül ağırlığı değişir, özgül ağırlığı daha az olan yağ kısmı yavaş yavaş yağ küreciklerinin yukarı çıkmasıyla sütün yüzeyinde toplanır. Yağ kürecikleri kısmen birleşerek büyük kitleler oluştururlar. Sütün yüzeyinde toplanan tabaka giderek yağca zenginleşir ve böylece kaymak tabakası oluşur. Oluşan kaymak tabakasının büyük bölümü süt yağı içermektedir. (İnal 1990, Anonymous 2004b).

En iyi kaymak, yağ (% 9,3) ve kuru maddece zengin ve kaymak bağlama yeteneğinin yüksek olması nedeniyle manda sütlerinden yapılmaktadır. Bu sütün kaymağı kalın, beyaz renkte ve iyi kıvamdadır. Belli oranlarda inek kreması ile zenginleştirilen manda sütlerinden de kaymak yapılmakta fakat bu durumda kaymak daha ince ve sarımtırak renkte olmaktadır. Ayrıca sade manda kaymağı aromasını da vermemektedir (Çon vd. 2000, Anon. 2004b). Bu nedenle manda sütünden yapılan kaymaklar daha ekonomik olmakta ve tüketici tarafından da tercih edilmektedir.

Özellikle manda sütünün değerlendirilmesi bakımından önemli bir değer taşıyan kaymakçılık, üretildiği yerlerde fazlaca kazanç sağlayan bir iş koludur. Ayrıca, kış mevsiminde şehirden uzak yerlerde, sütler içme sütü olarak değerlendirilemediği takdirde kaymağa işlenebilmektedir. (Kurt ve Özdemir 1988).

Kaymak üretimi geleneksel ve teknolojik olmak üzere iki bölüme ayrılır. Geleneksel kaymak yapım sürecinde, taze manda sütü ya da yağ oranı krema katılmasıyla yükseltilmiş inek sütü kullanılmaktadır. Süt sağıldıktan hemen sonra, çift kat tülbent bezinden süzülerek 2,5-3 lt'lik alüminyum ya da kalaylı bakır kaymak tavalarına alınmaktadır. Hacminin yarısına kadar doldurulan tavalar öncelikle 70-75°C'ye kadar bir ön ısıtma işlemine tabi tutulmaktadır. Ön ısıtmadan sonra inek sütünden üretim yapılıyor ise, % 10 oranında taze krema ilave edilmelidir. Manda sütü kullanılması durumunda bu işleme gerek duyulmamaktadır. Ön ısıtmayı takiben, tavalardaki süt sürekli karıştırılarak 90-95°C'ye kadar ısıtılmakta ve ısıtma işlemine, 4-5 saat daha devam edilmektedir. Süre sonunda süt, geniş ve 8-10 cm derinliğindeki tavalara belirli bir yükseklikten aktarılarak köpük oluşumu ve kaymağın gözenekli bir yapıda olması sağlanmaktadır. Ayrı bir odaya alınan tavalar 40-45 °C'ye soğuyuncaya kadar kendi halinde soğumaya bırakılmaktadır. Soğutma sonrası tavalara tekrar 70-75°C'de kısa süreli bir ısıtma uygulanarak 24 saat soğuk bir odada beklemeye alınmakta ve kaymak tabakasının iyice şekillenmesi sağlanmaktadır. Bu kaymak tabakasını sertleştirmek

için tava yüzeyine küçük buz parçacıkları serpilerek keskin bir bıçakla dilimler halinde kesilmekte ve paketlenerek tüketime sunulmaktadır (Öksüz vd. 2000).

Kaymak elde edilmesinde ilk teknolojik adım, 1864 yılında atılmış ve kaplar içerisine konulan süt, kapların döndürülmesiyle kısa zamanda kaymağından ayrılmıştır. Fakat ilk yapılan makinelerin hem kapasitesi düşük olmuş, hem de elde edilen kaymak kaliteli olmamıştır. 1877 yılında Ledfeld'in bulduğu davlumbaz santrifüjü ile kaymağın kısa sürede ve tam olarak sütten ayrılması sağlanmış, daha sonraki dönemlerde yapılan santrifüjlere disk tertibatının da takılmasıyla günümüzdeki makineler geliştirilmiştir (İnal 1990). Günümüzde kaymağı teknolojik olarak üreten bazı firmalar vardır. Teknolojik üretimlerde seperatörler vasıtası ile merkezkaç kuvveti sistemine dayanılarak süt, yağından ayrılır. Bu yöntemle ayrılan süt yağının oranı % 60' a standardize edilir. Daha sonra pastörize edilip soğutulur ve uygun ambalajlara doldurulur. Bu şekilde el değmeden hijyenik şartlarda üretilen ve paketlenen kaymaklarda mikroorganizma üremesi yavaş olduğundan geleneksel yöntemle üretilen kaymaklardan daha dayanıklıdır (Anonymous 2004a).

Kaymak, az dayanıklı bir ürün olması nedeniyle mutlaka soğukta saklanması gerekmektedir. Aksi halde kısa zamanda bozulur. Piyasaya sunulan kaymaklar en az pastörizasyon veya pastörizasyona eşdeğer ısıl işlem görmüş olmalıdır. Pastörize kaymakların bulaşmayı önleyecek biçimde ambalajlanması, pişirilmiş kaymakların ise kapalı kaplarda satılması gerekmektedir (Anonymous 2003).

Kaymak, özellikle büyük şehirlerde süt, bal veya şekerle karıştırılıp yenilir. Bazen de kaymaklı lokum gibi bazı şekerlerin içine katılır (Adam, 1971). Kaymak tereyağından daha az kalorilidir. Çünkü tereyağının süt yağı oranı % 82 iken kaymakta süt yağı oranı % 60' tır. Tereyağı gibi katı yağlardan daha sağlıklıdır. Çünkü tereyağında doymuş yağ asitleri daha fazla olduğundan kaymağa göre kolesterol oranı daha yüksektir. Kahvaltı sofralarında bal ve reçelle tüketilebilir. Geleneksel Türk mutfağının tüm tatlıları ile servis yapılabilir. Besleyici ama basit bir lezzet yaratmak için bal, muz, cevizle sunulabilir (Anonymous 2004a).

KAYNAKLAR

Adam, R.C. (1971). *Süt III. Çeşitli ürünler ve artıkları*. İzmir: E.Ü.Z.F. Yayınları.

Akın, N. (2002). Some properties of traditional brined turkish cheeses. *Cheese Art*, 4-9. (Invited Presentation). Ragusa-Italy.

Akyüz, N. (1981). *Erzincan (savak) tulum peynirinin yapılısı ve bileşimi*. *Atatürk Ü. Zir. Fak. Dergisi*, 12(1): 85-112.

Akyüz, N., Gülümser, S. (1993). Van yöresinde imal edilen kurutlar üzerine bir araştırma. *Gıda Dergisi*, 18 (4): 253-25.

Alpkent, Z., Demir M. (2004). Kefir ve kefirin sağlık üzerine etkileri. *Geleneksel gıdalar sempozyumu*. 23-24 Eylül 2004. Van. s.257-262.

Anonymous. (1988). *Geleneksel gıdalarımız*. Ankara: Tarım Orman ve Köyişleri Bakanlığı, Koruma ve Kontrol Genel Müdürlüğü.

Anonymous. (1990). *Süt mamulleri sanayii*. Ankara: T.C. Başbakanlık Devlet Planlama Teşkilatı VI. Beş Yıllık Kalkınma Planı Ö.İ.K. Raporu, DPT Yayın No:2239.

Anonymous. (1998). Kefir's history, kefir's production, kefir's health benefits. *Functional Foods Magazine's Article about Lifeway Foods* (www.kefir.com).

Anonymous. (2001). *Fermente sütler tebliği*. Türk Gıda Kodeksi Yönetmeliği, Tebliğ No: 2001/21.

Anonymous. (2003). Türk gıda kodeksi yönetmeliği. Krema ve kaymak tebliği. *Resmi Gazete*, 27.09.2003 – 25242, 2003/34.

Anonymous. (2004a). www.eker.com.tr./ürünler/kaymak

Anonymous. (2004b). http:// yogurt7.tripod.com.

Anonymous. (2004c). web.ttnet.net.tr/kocatepetae/Dünyada ve Türkiyede mandacılık.htm.

Çağlar, A., Çakmakçı, S. (1997). Karın kaymağı peynirinin mikrobiyolojik özellikleri. *Gıda*, Cilt:1, Sayı: 5.

Çakmakçı, S., Şenol, M., Çağlar, A. (1995). Karın kaymağı peynirinin üretim tekniği ve bazı fiziksel ve kimyasal özellikleri. *Gıda*, 20(4).199-203.

Çon, A. H., Gökçe, R., Gürsoy, O. (2000). Farklı şekillerde ambalajlanan Afyon kaymaklarının muhafaza sürelerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. *VI. Süt ve süt ürünleri sempozyumu*. Tekirdağ. s 557-566.

Dağdemir, V. (2000).Erzincan ilinde tulum peynirinin imalat maliyeti ve pazarlama marjının belirlenmesi üzerine bir araştırma. Tr J Agric. For, 24: 57-61.

Dığrak, M.,Yılmaz Ö., Çelik S., Özçelik S. (1996). Elazığ'da satışa sunulan taze beyaz peynirlerin mikrobiyolojik kalitesi ve yağ asitleri analizi. *Turk J Biology*, 20, 221-230.

Erdoğan, A., Gürses, M., Sert, S. (2003). Isolation of moulds capable of producing mycotoxins from blue mouldy tulum cheeses produced in Turkey *Int J of Food Mic*, 85: 83-85.

Farnworth, E. R. (2005). Kefir-a complex probiotic. *Food Sci. and Tech. Bulletin: Functional Foods*, 2(1):1-17.

Gökalpay, S. (1965). *Antakya'da konserve yoğurtçuluk zerinde incelemeler*. Ankara Ü. Ziraat Fak. Yayımlanmamış Mezuniyet Tezi. Ankara.

Gökçer, R., Üstün Ö. (2001). Yurtdışında üretilen fermente süt içecekleri. *Gıda Müh.Derg.*, (10): 24-29.

Gönç, S., Oktar, E. (1973). Hatay bölgesinde yapılan kış yoğurdunun teknolojisi ve kimyasal bileşimi üzerine araştırmalar. Ege Ü. Ziraat Fak. Mecmuası 10(1):97-110.

Hamzaçebi, Y. (1973). *Afyon ve çevresinde satışa arz edilen kaymakların hijyenik kaliteleri üzerinde araştırmalar*. Ankara: Olgun Kardeşler Matbaası.

Irıgoyen, A., Arana, I., Castiella, M., Torre, P., Ibanez, F. C. (2005). Microbiological, physicochemical and sensory characteristics of kefir during storage. *Food Chem*, 90: 613-620.

İloğlu, A. (2001). Sarıkamış-İnkaya-Kars. Kişisel Görüşme.

İnal, T. (1990). *Süt ve süt ürünleri hijyen ve teknolojisi*. İstanbul: Final Ofset.

İZMEN, E.R., Eralp, M. (1967). *Lüle kaymağı üzerine araştırmalar*. Ankara: A. Ü. Zir. Fak. Yayınları.

Karagözlü, C., Kavas, G. (2000). Alkollü fermente süt içecekleri. *Gıda*, (7) 86-92.

Kaptan, N., Büyükkılıç N. (1983). Ankara'da tüketime sunulan beyaz peynirlerin kalitesi. *Gıda*, 8, 61-66.

Kaptan, N. (1986). *Süt teknolojisi kitabı*. Ankara: Ankara Ü. Ziraat Fak. Yayınları. Ders Notu:18.

Kavas, G. (2000). Etnik gıda kavramı ile yöresel gıda kavramının irdelenmesi. *Gıda*. 69-71. Ankara: Gıda Teknolojisi Derneği Yayını.

Keleş, A. (1995). *Çiğ ve pastörize sütten üretilen tulum peynirinin farklı ambalajlarda olgunlaştırılmasının kaliteye etkisi üzerine araştırmalar*. Selçuk Üniversitesi Yayımlanmamş Doktora Tez. Konya.

Keven, F., Hayaloğlu A., Konar A. (1998). Malatya'da tüketilen deri tulumlarda olgunlaştırılmış çökeleklerin bazı özellikleri. *5. Süt ve süt ürünleri sempozyumu*, Tekirdağ. Ankara: Milli Peodüktivite Yay.

Kırdar, S. S. Akçakatık peyniri üretimi üzerine bir araştırma. *Geleneksel gıdalar sempozyumu*. 23-24 Eylül 2004. s.354-356. Van.

Köksoy, A., Kılıç, M. (2003). Effects of water and salt level on rheological properties of ayran, a turkish yoghurt drink. *International Dairy Journal*, 13, pp 835-839, (a).

Kumral, H. (1970). *Denizli'de yapılan mahalli süt ürünlerinden keş ve deri peynirinin yapılışı ve özellikleri*. Yayımlanmamış Mezuniyet Tezi.

Kurt, A., Öztek L. (1984). Şavak tulum peynirinin yapım tekniği üzerine araştırmalar. *Atatürk Ü. Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15: 65-77.

Kurt, A., Çağlar, A. (1988). Peskütenin kimyasal ve mikrobiyolojik özellikleri üzerinde bir araştırma. *Gıda Dergisi*, 13(5): 341-347.

Kurt, A., Özdemir, S. (1988). Erzurum'da yapılıp satılan kaymakların bileşimi ve mikrobiyolojik kalitesi. *Gıda*, 13 (3): 205-208.

Kurt, A. (1990). *Süt teknolojisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları.

Lıbudzısz, Z., Piatkiewicz, A. (1990). Kefir production in Poland. *Dairy Industries International*, 55(7): 3 1-34.

Ocak (Özrenk), E. (1996). *Van ve yöresinde üretilen kış yoğurtlarının duyusal, mikrobiyolojik, fiziksel ve kimyasal nitelikleri üzerine bir araştırma*. Yüzüncü Yıl Ü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van.

Öksüz, Ö., Kurultay, Ş., Şimşek, O., Gündoğdu, A. (2000). Tekirdağ ili merkezinde tüketilen kaymakların bazı kimyasal ve mikrobiyolojik özelliklerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. *VI. Süt ve süt ürünleri sempozyumu*. (Ed. M. Demirci). s 567-570. Tekirdağ.

Öner, Z., Sağdıç, O., Şimşek, B. (2004). Lactic acid bacteria profiles and tyramine and tryptamine contents of turkish tulum cheeses. *Eur Food Res Technol*, 219: 455-459.

Özdemir, S., Gökalp, H., Zorba, Ö. (1995). Yoğurdun muhafaza teknikleri. *III. Milli süt ve süt ürünleri sempozyumu. Yoğurt.* Ankara: Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları.

Patır, B., Ateş, G. (2002). "Kurut"un mikrobiyolojik ve kimyasal bazı nitelikleri üzerine araştırmalar. *Turk J Vet. Anim. Sci*, 26: 785-792.

Şahan, N., Say, D. (1998). Hatay ilinde üretilen tuzlu yoğurtlar üzerine bir araştırma. *V. Süt ve süt ürünleri sempozyumu 21-22 mayıs geleneksel süt ürünleri*. Tekirdağ. Ankara: Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları.

Tarakçı, Z., Küçüköner, E., Yurt, B. (2001). Ordu ve yöresinde imal edilen keşin yapılışı ve bazı özellikleri üzerinde bir araştırma. *Gıda Dergisi*, 26(4): 295-300.

Tekinşen, O. C., Tekinsen, K. K. (2005). *Süt ve süt ürünleri: temel bilgiler, teknoloji, kalite kontrolü*. Konya: Selçuk Ü. Basımevi.

Uysal, H. R. (1993). *Vakum ve ultra filtrasyonla koyulaştırılan sütlerden torba yoğurdu yapımı ve klasik yöntemlerle karşılaştırılması üzerine araştırmalar*. Ege Ü. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İzmir.

Ünsal, A. (1997). *Süt uyuyunca. Türkiye peynirleri*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Yaygın, H. (1970). Tulum yoğurdu. *Ege Ü. Ziraat Fak. Dergisi*, 7(1): 25-34.

Yaygın, H. (1999). *Yoğurt teknolojisi kitabı*. Ankara: Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları.

Yılmaz, G., Ayar, A., Akın, N. (2005). The effect of microbial lipase on the lipolysis during the ripening of tulum cheese. *J Food Eng*, 69: 269-274.

EKMEK

Meral TAŞLI

Ekmek; un, su, tuz ve mayanın belli ölçülerde karıştırılarak yoğrulmasıyla oluşan hamurun, mayalanma süresinin ardından pişirilmesi ile ortaya çıkan üründür. 'Türk Gıda Kodeksi ve Ekmek Çeşitleri Tebliği'ne göre ise ekmek tanımı şöyledir:

Madde 4-a) Ekmek: Ekmeklik buğday ununa içilebilir nitelikte su, tuz, maya (Saccharomyces cerevisiae), gerektiğinde "Türk Gıda Kodeksi Yönetmeliği"nde izin verilen katkı maddeleri ile Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı'ndan üretim izni almış şeker, enzim ve benzeri maddeleri içeren ekmek katkı karışımları katılarak hazırlanan hamurun tekniğine uygun bir şekilde yoğrulup, çeşitli şekillerde hazırlanıp fermantasyona bırakılması ve pişirilmesi ile yapılan üründür.

Ekmek; emeğin simgesi, Allah'ın bir nimeti olarak bütün dinlerce kutsal sayılır. İslam kültüründe olduğu gibi Hıristiyanlık ve Musevilikte de ekmeğin özel bir yeri vardır.

Ekmek bereket simgesidir. Türklerin olmazsa olmazıdır. Yaşantımızın her alanında ekmeği kullanırız. Deyişlerimizde, atasözlerimizde hep ekmek vardır. Kimi zaman bir 'lokma' sözüyle anılan ekmek, pek çok yörede 'yemek' anlamında kullanılmış ve yemek yeme işlemi 'ekmek yemek' şeklinde söylenmiştir.

Yörelere göre farklı teknikler uygulandığı gibi, söyleyişleri farklı, anlamları aynı pek çok atasözümüz vardır. Bunlardan bazıları şunlardır:

- İnsanın kökü ekmek, ağacın kökü toprak.
- Buğday ekmeğin yoksa buğday dilin ola.
- El adama akıl verir de ekmek vermez.
- Tandır sıcakken ekmek tutmaz.
- Ekmeğin kestiğini kılıç kesmez.
- Elden ekmek yiyen yolda acıkır.
- Açа kuru ekmek bal helvası gibi gelir.
- Adam olmana bir fırın ekmek ister.
- Açın gözü ekmek teknesinde olur.
- Ekmek elden su gölden.
- Büyük ekmek, büyük bezeden olur.
- Büyük lokma ye, büyük söz söyleme.
- İnanma dayına, ekmek al yanına.

Ekmeğin ortaya çıkışıyla ilgili çeşitli rivayetler vardır. Her ne kadar bu günkü şekliyle olmasa da insanların hububatı fark edip yemeye çalıştıkları zamandan bu yana ekmeği görmek mümkündür.

Genel inanışa göre, ilk insanlar sert hububat tohumlarını yiyebilmek için taşlarla ezmişler ve biraz yumuşatma amacı ile su ile ıslatmışlardır. Daha sonra doyurucu ve çok olmasını sağlamak amacıyla içindeki katı maddelerini arttırmışlar ve ortaya çıkan hamuru öylece tüketmişlerdir. Yaptıkları karışımın, sıcak taşlar üzerinde kaldığında daha lezzetli olduğunu fark ettiklerinde ise pişirmeye başlamışlardır. Böylece dünyanın ve Anadolu'nun pek çok yerinde yapılan mayasız, yassı, yufka benzeri hamur ürünleri ortaya çıkmıştır.

Ekmekte mayanın kullanılması da bir tesadüf sonucu olmuştur. Bir rivayete göre hamurunu yapıp kızgın kayalar üzerinde pişiren kadın, bir miktar hamur parçasını kayanın kenarına düşürür. Ertesi gün önceden

kalan hamurunu görüp yeni mayanın içine katar. Bu defa yaptığı ürün hem daha lezzetli hem kabarıktır. Buna kayanın kenarında bulunan tuz zerrecikleri ve beklemede oluşan zamanın neden olduğunu düşünür. Böylece yeni bir hamur yaparken içine kaya tuzundan bir parça koyarak yoğurur ve bir miktarını sonraki hamur için saklar.

Rivayetler çeşitlidir. Muhtemelen hepsi de farklı yerlerde yaşanmış doğrulardır. Değişmeyen bir şey insanların ekmekten vazgeçememiş olmasıdır.

Ekmek Türk kültüründe yiyeceklerin başında gelen bir beslenme maddesidir. Gerek tarihte, gerekse günümüzde ya somun, ya bazlama ya da yufka biçiminde yapılmaktadır(Barı, 1982).

Bazlama, büskeç, sinçü ve pide Türk kültür tarihinde yapılagelmiş başlıca ekmek çeşitlerindendir. (Ögel 1985: 37).

"Ekmek" sözünün eski Türkçede "etmek", bazı bölgelerde ise "ötmek" şeklinde söylendiği, Osmanlıcada "etmek" olarak yazıldığı, ekmek şeklinde telaffuz edildiği, kaynaklarda görülmektedir. Divan-ı Lügat-it Türk'te "etmek" şeklinde geçer (Oğuz 1976; Ögel 1985).

Türkler, öğüttükleri buğdaydan çok çeşitli ekmek yapmışlar ve bu ürüne bazen pişiriliş tarzına, bazen biçimine göre değişik isimler vermişlerdir.

İnce pide, Azeri ve Çağatay Türkçesinde yufka olarak geçmektedir. Bu ekmeklerden başka mısır, arpa, darı ve buğday unlarından mayalı-mayasız, yağlı-yağsız, ince-kalın, şekerli-şekersiz, sacda pişirilen ekmek türleri vardır. Başka bir ekmek çeşidi olan "sinçü" bugünkü pideye benzer ekmektir. "Çukmin" adı verilen kurabiye biçiminde bir ekmek çeşidi daha vardır. Her ne kadar ekmek adı verilmişse de bazılarının ekmek özelliği göstermediği; çörek, pide vb. olduğunun kabul edilmesi gerekir. Türklerin XI. yüzyılda bugünkü şekil ve adı ile çeşitli çörekler yaptıkları belirtilmiştir. Çörek çeşitleri arasında küle gömülerek yapılan "kömeç" günümüzde "gömeç-gömbe-kömbe-göbe-göbü" adları ile hâlâ yaşamaktadır(Arlı-Işık 1994).

Yufkadan başka bazlamacın da Selçuklular devrinde yapıldığı bilinmektedir. Mayalı hamurun içinde ceviz, fındık, susam, bazen kıyma, bazen de üzüm konan yağlı, şekerli, şekersiz olarak yapılan ve nokul-lokul adı verilen çöreklere, Selçuklu devri yiyecekleri arasında rastlanmıştır. Bu çeşitlerin hepsinin Anadolu'ya Türklerle beraber geldiği tahmin edilmektedir (Yücecan 1992: 291- 297).

1. MAYA

Canlı bir organizma olan maya fermantasyonu sağlayan esas unsurdur. Bazen hiçbir işlem yapılmadan kendi haline bırakılmış bir hamur parçası bir süre sonra değişikliğe uğrar. Yumuşar, her yanından kabarcıklaşmalar başlar ve delikler oluşur. Belirgin bir koku salar, tadında da ekşimsi bir lezzet hissedilir. Bu havadan gelen genellikle bakteri türünde olan mikroorganizmaların oluşturduğu doğal mayalanmadır.

Ekmek yapımında kullanılan maya çeşitleri:

a) Ekşi Maya: Doğal mayalar içinde en çok bilineni ekşi maya denilen maya çeşididir. Ekşi maya/eski maya denildiği gibi tuz koymadan yapılan hamura da "biga" denilmektedir.

İlk yapılışında un, su, tuz ile hazırlanır. Bu hamur birkaç gün bekletildiğinde maya canlıları üreyerek kabarmayı ve ekşimeyi gerçekleştirir. Bu maya ilk hazırlandığında ekmek için kullanılırsa çok başarılı olmaz. Bu nedenle ilk hazırlanan hamur kabardığında birazı ayrılmalı ve yeni un, su karışımı ile tekrar yoğrulup birkaç gün daha bekletilerek daha fazla mayalanma sağlanarak kullanılmalıdır.

Ekşi maya ilk hazırlanırken içine az miktarda ticari maya katarak hazırlamak da mümkündür. Bu şekilde hazırlanan hamurun mayalanma süresi kısalır. (Mayalık hamur kullanılıp ürünler hazırlandıktan sonra mutlaka bir miktar hamur ayrılıp mayalık olarak saklanır.)

Ayrılan mayalık parça yöre özelliklerine göre çeşitli şekillerde saklanmaktadır. En eski şekli mayanın un içinde saklanmasıdır. Un içine doğrudan doğruya gömülerek bir sonraki ekmek yapımına kadar bekletilir. Buzdolaplarında streç filmlerle kaplanarak dondurulmak suretiyle veya ince tabakalar halinde kurutulup kırıldıktan sonra bez torbalarda saklandığı bilinmektedir. Çok uzun süre saklanmayacaksa buzdolabında

korunabilir. Önemli olan kullanım sırasında mayayı uygun hale getirerek kullanmaktır.

b) Tatlı Maya: Nohuttan yapılır. Nohut mayası da denir. Çeşitli yöntemlerle kırılan nohut üzerini örtecek kadar su ile bekletilir. İçine mayalanma hızını arttırmak için biraz şekerle tuz konur. Cam kavanoz tercih edilir. Ağzı sıkıca kapatılarak bekletilir. Köpükler oluşmaya başladığında tadına bakılır. Kokusu incelenir. Ekşimsi tadı oluşmuşsa süzgüden geçirilip kullanılır.

Su gibi olduğundan hamurun yoğrulması sırasında eklenir. Ayrıca mayalanma için hamur hazırlanmaz. Bazı ülkelerde nohut hamurunda tarçın, kişniş veya karabiber gibi baharatlar kullanılmaktadır.(Evde uygulama yapmak için internetten araştırmalar yapabilirsiniz.)

c) Diğer Doğal Mayalar: Mayalama işlemi için birçok ürün kullanılabilir. Sıkça kullanılanlar üzüm, yoğurt, maya otu, ıhlamur çiçeği, patates, ağız sütü, yeni doğmuş oğlak ölmüşse midesinden kesilen parçalardan mayalama yapılır. (Rıfat Köksal, 2010, Balıkesir)

Bazı yörelerde de nohut ve yoğurt karışımıyla hazırlanan tarhanaları mayalama için kullanmaktadırlar. Bir kilo una bir kilo tarhana katıp yoğurarak hamur tutulduğu bilinmektedir.

ç) Ticari Mayalar: Ülkemizde mayanın fabrika ortamında üretimini yapan çeşitli markalar vardır. Maya fabrikalarında modern teknolojiler kullanılarak yaş maya, kuru maya, instant maya üretilmektedir. Hazır halde kullanıma sürülen mayaların kullanım özelliklerine dikkat edilerek tüketilmesi gerekir.

2. EKMEK ÇEŞİTLERİ

Türk Gıda Kodeksi Ekmek ve Ekmek Çeşitleri Tebliği'ne göre; **b)Ekmek çeşitleri: "**a bendinde tanımlanan karışıma, çavdar ununa diğer tahıl unları, soya unu, patates unu, süt tozu, peynir altı suyu, bitkisel yağ, buğday kepeği, susam, tahin, ceviz, zeytin ve benzeri maddeler katılarak tekniğine uygun ve çeşitli şekillerde yapılan ürünlerdir." şeklinde tanımlanmaktadır.

Ekmekleri çeşitlerine göre incelemek için iki grupta toplamak mümkündür:

a) Yapım tekniklerine göre ekmek çeşitleri: Kullanılan ham madde özelliği ve pişirme teknikleri, şekilleri, tüketildikleri yöreye göre adları farklı, bazen de ismi farklı kendi aynı olan, genel olarak ekmek denilen çeşitleri.

b) Kullanım amaçlarına göre ekmek çeşitleri: Özel bir kullanım için hazırlanan ve genelde yalnız o amaca uygun tüketilen ekmeklerdir. Tost ekmeği, hamburger ekmeği, tıbbi ekmekler vb.

Ekmek yapımında ustalık kazanmış ve genelde sanatsal özelliğe sahip ekmekler için de Artisan ekmek terimi kullanılmaktadır. Bu ekmekler yukarıdaki grupların hem içinde hem dışında yer alabilir. Geçmiş yıllarda sunaklara bırakılan hediye veya adak ekmekleri ile sipariş hazırlanmış ekmekler bu özelliğe sahiptir.

2. 1. Yapım Tekniklerine Göre Ekmek Çeşitleri

2. 1.1.Yufka Ekmekleri: Daha çok Yörüklerin, Türkmenlerin ekmeğidir. Sac üzerinde yapılan mayasız ekmektir. 1300 yıl önce Türklerin bu ekmeği yediklerini Göktürk kitabelerinden anlıyoruz(Eröz 1983:109).

Türk dilinde yufka her şeyin incesi demektir. Türk mutfağının önemli ekmeklerindendir. Ülkemizin her yöresinde özeklikle kırsal alanda değişik ekmekler yapılmaktadır. Ekmekler içinde Anadolu'da en yaygın olanı yufka ekmeğidir. Böreklik/ baklavalık yufka gibi açılır. Yapıldığı an veya kurutularak uzun süre saklanarak gerektiğinde kullanılır. Mayalı veya mayasız hamurdan hazırlanır. İsmi hamur özelliğine veya yörelere göre değişse de teknik aşağı yukarı aynıdır.

Bazı yörelerde sac üzerinde piştiği için sac ekmeği, serilerek kurutulduktan sonra yenildiği için serme denir. Yufka bazı yörelerde "şebit-sepit-şipit" (Tekirdağ-Malkara), "işkefe" (Tokat-Artova), "gardalaç" (Tokat- Eskişehir-Ankara) buğday veya mısır unu ile (Bolu-Kastamonu-Sivas) yapılır. İçel'de mısır ve darı ununda yapılan yufka ekmeğine "tapıl" adı verilmiştir (Oğuz 1976).

Kimi yörelerde "açık ekmek", "kirde" ya da "girde" de denir. İçine peynir, ıspanak, patates ya da kıyma konup katlanan yufkaya Orta Anadolu'da, Çorum'da "lemis" denir. Ege'de yufka ikiye katlanarak yarım ay biçimin-

de içli pişirilmişse "kıstırma", dört tarafından katlanarak kare görüntü verilmiş ise daha bir yaygın söyleyişle "gözleme" adı verilmiştir. (Ergun, 2010, Aydın)

Şipit Denizli'de kalın yufka olarak belirtilmiştir. Mayasız olarak yoğrulan hamur bezelere ayrılır. Bezeler oklava ile 1-2 mm kalınlıkta, 50-100 cm çapında daire şeklinde açılıp, kızgın sac üzerinde pişirilir. Pişmiş yufka, 50-100 cm çapında 1 mm kalınlıkta daire şeklindedir. Rengi, yapıldığı unun randımanına göre değişmektedir.

Ankara ve Kırıkkale'de yufka hamuruna limon tuzu, ayran, süt veya ekşi erik pestili karıştırılmaktadır. Kırklareli'de hamura yumurta ilave edildiği belirtilmiştir (Tekeli 1970). Denizli'de hamura haşhaş katılarak da haşhaşlı yufka yapılmaktadır. (Halıcı 1981)

Niğde, Afyon ve pek çok bölgede kış hazırlıkları içinde kuru yufka ekmeği de yer alır. Aileler 6- 9 aylık ekmeklerini, komşularıyla yardımlaşarak (imece) yaparlar. Yörede bu şekilde kış gelmeden hazırlanan yufkaya 'kış ekmeği" denir. Bu ekmekler yeneceği zaman ıslatılmaları gerekmektedir. (Ongan 1958: 67- 77; Oğuz 1977: 8069).

Ege, Marmara yörelerinde de imece usulü kuru yufka yapılır. Ancak bu yufkalar eskisi gibi ekmek olarak kullanılmaktan çok ağırlıklı olarak ramazanlık börek yapımında kullanılmaktadır. Bazı köylerde eski usul ıslanıp ekmek niyetine tüketilse de azalmıştır.

Çoğu yerde, yufka ekmeği, haftalık, aylık hatta imece usulüyle birkaç aylık yapılır. Yufka "ömrü çok" bir ekmek türüdür, bir ilâ altı ay arasında dayanır. Çok dayanması isteniyorsa, örneğin "kışlık yufka" yapılırken, sac üzerinde daha uzun pişirilerek kurutulur.

Yufka Ekmeği: Önce un, tekne içine elenir, tuzu atılır, suyu katılır ve elle iyice yoğrulur ki, hamuru özlü olsun. Ancak, yufka hamuruna diğer ekmek hamurlarına katılandan daha fazla su katılır; hamur biraz 'cıvık' tutulur. Hamur *eysiran/ısıran* denilen küçük bir keski ile yumruk büyüklüğünde parçalara *(beze* veya *pazı* da denir) ayrılır. Her parça, *yassı ağaç* veya *senit* denilen ekmek tahtası üzerinde oklava ile yaklaşık 1-2 mm. inceliğine ve 50-100 cm.lik çapa ulaşıncaya dek açılır. (Ünsal 2011).

Yufkanın yapışmasını önlemek için, açılırken tahtanın üzerine biraz un serpilir. Bu una "uğra" veya "ufra" denir. Yufka oklavaya sarılır ve yanan ocakta kızdırılan sacın üzerine serilir. Sac bir yerden bir yere taşınırsa demirden sacayağı üzerine oturtulur. Yufkalar, genelde 60-100 cm. çapında, 2-2,5 mm. kalınlığında bir daire olan sacın dışbükey, yani kabarık yüzünde pişirilir. Hamurun bir yüzü pişince, ahşap enli bir kamayı veya küçük bir küreği andıran bir "pişirgeç/çevirgeç" ile çevrilir ve öteki yüzü pişirilir, iki yüzü de pişen yufkalar bir bez içinde üst üste yığılır. Eğer hemen yenmeyecekse, üzerleri bir bezle kapatılıp serin ve kuru bir yerde saklanır. Yenileceği zaman üstüne su serpilip on-on beş dakika kadar bir bez içine sarılarak yumuşatıldıktan sonra sofraya konur.

Balıkesir ve civar yerleşim bölgelerinde, genellikle ramazan yufkası yapılırken, ayrıca yemek yapma derdi olmasın diye, acıkanlar için yufkadan yiyecekler hazırlanır. Adına kalın yuka (yufka) denir. Pişirilirken iç konmaz. Sacdan indirildikten sonra yağlanır ve isteyen istediği iç malzemesini içine koyarak rulo yapıp sarar. Buna dürüm de denir. Bu tarza Anadolu'nun pek çok bölgesinde rastlanır. İçine sonradan iç koyulması ve içine çok doldurulması (tepilmesi) nedeniyle "tepitme" de denir. (Kaynak kişi: Gülay Dayıcan Akbaş Köyü Muhtarı Balıkesir)

Yufka ekmeğinin içine peynir, çökelek, kıyma, sucuk, pastırma, yumurta, piyaz, erişte, pilav, ceviz, üzüm gibi maddeler konularak düremeç, sıkma veya sıkmaç denilen dürümler hazırlanabilir (Üçer 1992: 15-30).

Çökelekli dürüm, gök soğanlı ve kaynamış yumurtalı dürüm, kavurmalı (sızgıt) dürüm, ballı dürüm Kırşehir yöresinin temel yiyeceklerindendir.

Safranbolu Yufka Ekmeği: Hacılarobası köyünde Safiye Hanım yufka yapım macerasını şöyle anlatır: "Su değirmeninde öğütülen un eve getirilir, ambara konur. Yufka günlük yapılır. Her sabah, un ince elekte elendikten sonra tuz ve suyla yoğrulur; bezelere ayrılır; biraz bekletilir. Bu arada ateş yakılır, sacayağı üzerinde sac kızdırılır. Bezeler oklava ile açılır, sacın üzerine konur. Bir taraf pişince bir "bişleç'le (ahşap pişireç) çevrilir, öteki tarafı da pişirilir. Sonra da ya yemeğe katık edilir ya da içine malzeme konarak "sıkma" olarak yenir. Ölçüsü de şöyledir: 3 kilo una iki kepçe tuz (ince) katılır, yoğrulur, biraz dinlenir, ufak kesilir, oklava ile açılır. Bir yere toplanır, üst üste konur, soğuduktan sonra iki kat yapılıp, ekmek dolabına konur. Sofra kurulduğunda kişi başına üçer tane katlanmış ekmek dağıtılır. Artan olursa, üzeri sarılıp dolaba gider.

Gözleme/ Dürüm/ Sac otlusu: Mayasız hamurdan hazırlanır. Yufka açılır. Üzeri yağlanır. Karşılıklı kenarlardan tutulup ortaya kadar çekilerek getirilir. Üzeri tekrar yağlanır. İsteğe göre kıymalı, patatesli, peynirli vb. iç malzemesi konulur. Kenarlarından tutulup ortaya çekilir. Ancak bu defa uçlar karşılıklı bırakılmayıp üst üste gelecek şekilde katlanır/ bohçalanır. Üzerine tekrar yağ sürülerek sac üzerinde pişirilir.

Sac otlusu/Kıstırma: Tek yufka açılır, içine iç malzemesi serilir. Yarım ay şeklinde kapatılır. Kenarları bastırılır. Sac üzerinde pişirilir. Piştikten sonra tereyağ ile yağlanarak yenir. İçine ıspanak, yabani otlar, patates, soğan, kıyma, peynir ve kabaklı iç hazırlanabilir.

Bazlama (Pıtpıt-Yere yazma): Mayalı hamurdan hazırlanır. Yarım cm kadar kalınlıkta küçük yufkalardır. Saç üzerinde pişirilir. Bazı yerlerde bazlamaç denir. Ekmek niyetine tüketilir.

Günümüzde bazlama adı altında satılan ve çapı 15 cm kadar olan 'pıt pıt' ekmekleri vardır. Bu ekmek daha küçük ve kalın olduğundan yumuşak anlamında, Kastamonu'ya mahsus olmak üzere 'hamurlu ekmek' denir. Sinop'ta sac ekmeği derler. Rakete benzer el yaslağacında (tahtasında) yassıltıldığı ve bu esnada bir el ile de vurulduğu için pıtpıt-pıtı pıtı da denir. Pişirmeden önce ekmekler hazırlanarak bir bez üzerine dizilip beklemeye bırakılır. Bu bez üzerinden alınıp pişirildiği için Küre ilçesinde yere yazma tabir edilir.

Pıtpıt: Un, tuz ve su ile kulak memesi yumuşaklığında hamur hazırlanır. Portakal büyüklüğünde yumak tutulur. 15.20 dakika dinlendirilir. Eller hafif unlanarak Pıtpıt tahtasında 1,5 cm eninde açılır. Sacda pembe renkte pişirilir. Not: sıcak olarak yenmek istenirse yağlanır. Aynı şekilde mısır unundan da hazırlanır(Vezirköprü 2008).

Maçka'da evlerin mutfak bölmelerinin ortasında ya da baş taraflarında bulunan ocaklar, ekmek, yemek pişirmek ve ısınmak için kullanılır. Bu ocaklarda sacayağı denilen üç bacaklı, demirden yapılmış bir tencere, kazan altlığı bulunurdu. Bu sacayağı üzerine konarak kızdırılan sacın üzerine mısır ya da buğday unundan hazırlanarak kabartmaya bırakılan hamur kabardıktan sonra, pide kalınlığında yayılır ve her iki tarafı kızartılarak ' bazlama ' denilen pide yapılır. Bazlama sıcak olarak, tereyağı sürülerek yenir(Koz 2002).

Ankara Ebelemesi: Ankara ve çevresinde yapılan ebeleme için hamur portakal büyüklüğünde bezelere ayrılır, yufka inceliğinde açılır, sac üzerinde pişirilir, sonra da altı üstü yağlanır(Ünsal 2011).

Ebeleme de, ekşili ekmek gibi mayalı hamurdan yapılır. Hamur yumruk büyüklüğünde bezelere ayrılır. Farkı, ince yufka gibi açılmasıdır. Mayalı yufkalar sac üzerinde pişirilir; altına ve üstüne tereyağı sürüldükten sonra yenir. Ebeleme, Orta Anadolu'da, özellikle Ankara dolaylarında bugün de yapılmaktadır.

Ankara Cızlaması: Cızlama da ebelemeye benzer. Ancak daha kalın açılan küçük yuvarlak bir ekşili ekmek çeşididir. Bir kg. una bir ceviz büyüklüğünde maya, aldığı kadar ılık su ve yeterince tuz katılarak yumuşak bir hamur tutulur, dinlendirilir. Hamur mayalandıktan sonra küçük pazılara bölünür, pazılar elle yassılatılarak ve 8-10 cm. çapında bir daire biçimi verilerek sacın üzerine konur. Önlü arkalı pişirdikten sonra her iki yüzüne de tereyağ sürülüp yenir.

Mayalı ve Şıllık: "Mayalı" da cızlama gibi bir saç ekmeğidir. Hamur 1 cm. kalınlığında, 10–15 cm. çapında daire biçiminde açılır. Genellikle sac üstünde, kimi yörelerde de fırında pişirilir. Aynı ekmeğin yağlanmış sac üzerinde pişirilmişine de yağlı ekmek veya "şıllık" denir. Daha çok Güneydoğu Anadolu'da, ayrıca Konya, Karaman ve Niğde'de yapılır. Günlük pişirilir, mayalı olduğu çok dayanmaz.

Ter Ekmeği: Yufka benzeri bir ekmektir. Yufka gibi açılır, yağsız olarak sacda pişirilir. Et yemekleri ve sulu yemekler olduğu zaman yapılır içine soğan, yumurta konularak sarılıp yenir. Ayrıca ter ekmekten "bandırma" denilen bir yiyecek yapılır. Bunun için pişmiş ter ekmekleri kare şeklinde parçalara ayrılır. Üzerine ceviz konur, kenarları kapatılarak tepsiye dizilir ve üzerine sıcak hindi suyu dökülür.

Cizleme: Hamuruna un, su ve tuza ilaveten yumurta da katılır. Esas gevrekliğini yumurta sağlar. Cizlemenin değişik bir yapılışı da şöyledir: Hamur tavaya dökülüp ters çevrilir, ikincisi de öyle yapılır. İkisi ortasına etli ekmek eti (kıymalı pide harcı) konur. Böylece yeniden pişirilir ve yağlanır.

2.3.1.2. Lavaş - Lavaj Ekmeği - Tandır Ekmeği: Mayalı hamurdan hazırlanıp, kızgın tandır duvarlarına yapıştırılarak pişirilen özel ekmektir. Genellikle Orta Anadolu'dan sonra doğuya doğru yaygınlaşarak görülür. Çoğunlukla uzunca bir ince pide görünümündedir. Pişmiş hali 30 cm.den başlayan ve 50 cm.ye yaklaşan uzunluktadır. Bir el basımı tabir edilen 15–20 cm ende ve 1–1,5 cm kalınlığında elips şeklindedir.

Kazanda dinlendirildikten sonra hamurlar istenilen grama kesilir. Tahta minetlere alınan hamurlar 20 dakika kadar bekletilir. Hamurkârlar önlerine gelen hamuru özel bir yatay tahta üzerinde elleriyle bastırarak yassıltırlar. Tandıra atmakla görevli olan usta yassılaşmış hamuru elinde yere vurarak ve çevirerek istenilen şekle sokar. Mazraka adı verilen özel bir yastıkla hamuru kızgın tandıra yapıştırır. Çok kızgın duvarlara yapıştırılan lavaş ekmek 5–10 saniyede pişer. Elle tutularak çekilir ve tezgâha üst üste yığılarak satışa sunulur. İçinde hemen hemen hiç nem olmadığından bayatlama süresi uzundur. Sıcak veya soğuk yenildiğinde aynı tazelik ve lezzeti bulmak mümkündür. Midede şişkinlik yapmaz. (Van -2009-Fırıncılık Araştırma Çalışmaları)

2.1.2. Trabzon Ekmeği / Vakfıkebir Ekmeği: Kendine has odun fırınlarında pişirilen normal somun ekmeğinden daha büyük hazırlanan ve kendine has maya kullanılarak yapılan bir ekmektir. Ekmeklerin büyük yapısından dolayı pişme süresi uzun olur. İyi pişmiş ekmek kalın kabukludur. İçyapısı pişkin ve yumuşak olur. Bayatlama süresi uzundur. Özel bir maya kullanılarak hazırlanan ekmeklerin kendine has bir lezzeti vardır. Ufalanmaz.

Hazırlanışı şöyledir: İlk maya tutumunda 5–6 kg civarında Gocuk Hamuru denilen bir karışım hazırlanır. Un, sirke, su, tuz ile çok katı bir hamur yoğrulur(Bazı yerlerde ekşi erik suyu ile de maya hazırlanır). Tahta teknede üzerine un serpip una gömerek tahta bir kapak ile kapatılır. Hava şartlarına göre değişmekle birlikte en az 6 saat bekletilir. Bu hamur maya olarak kullanılır.

Yapılan ekmekten her defasında bir miktar mayalık alınarak maya sürdürülür. Bu mayaya ekşi maya denir. Ekşi mayanın yenilenmeden uzun süre kullanımı mayanın kalitesini düşürür. Gocuk hamurunun haftada bir tekrarlanması, yenilenmesi uygundur. (Mayanın yenilenmesi olayına mayanın beslenmesi de denir.) Yenilenmiş gocuk mayayla hazırlanan ekmeklerin rengi parlak kırmızımsı, içi düzgün bir yapıda olur.

Hamur yoğurma işleminde tüm malzemeler birlikte yoğrulur. Suyun miktar ve ısısı hava ve un kapasitesine göre ayarlanır. Yoğurma işlemi kazanda 15 dakikadır. Hamur süresi de ustanın tecrübesine göre ayarlanabilir. Eğer az yoğrulursa sakızımsı ve yapışkan olur. Fazla yoğrulduğunda ise parçalanır gibi olur fazla kabarmaz.

Yoğurma işleminden sonra 15 dakika kazanda dinlendirilen hamur gramajlanarak hafif unlanmış mermer tezgâha alınır. Burada hamurkâr tarafından hafifçe yoğrulur. İçerisinde kaput bezi veya tek kullanımlık file konmuş plastik kaplarda 30–40 dakika kadar dinlenmeye alınır. Bu fermantasyon işlemine fırıncı dilinde "hamurun gelmesi" denir. Hamurun geçmiş olması mayalama süresinin uzamasıdır.

Trabzon ekmeğinin en belirgin özelliği olan kuşaklar bu aşamada takılır. Ekmek hamuruna biraz daha un katılarak sert bir hamur hazırlanır. Bu hamurdan 1cm kalınlık, 20 cm uzunlukta şeritler yapılır. Bu şeritlere kuşak, çubuk, simit, fitil, kıtkıt gibi isimler verilir. Ekmek hamurunun üzerine tam orta kısımdan geçecek şekilde takılan bu şeritler hamurun fazla kabarmasını önler. Ekmek hamurundan daha sert bir hamurdan hazırlandığı için pişme sırasında çabuk kuru ve kabarmakta olan ekmeğin üzerini gerdirerek çatlatırlar. Böylece ekmeklerin iç kısımlarının da pişmesi sağlanır.

Fitilleri takılan ekmekler fırına atılmadan önce üzerlerine fırça ile bulamaç sürülür. Bulamaç 1lt suya 1 su bardağı un konulup kaynatılmış ve soğutulmuş karışımdır. Bulamaç, fırına girerken ekmeklerin kızarması, fırından çıkarırken de parlak görünmesi için sürülür. Sıcak ekmek üzerine sürülen bulamaç ısının etkisiyle hemen kuruyarak ekmeğin parlak görünmesini sağlar.

Pişmesi tamamlanarak fırından çıkarılan ekmekler tahta raflarda soğutulmaya alınır. Altları hasır süpürgeyle süpürüldükten sonra satışa kadar beklemeleri için tahta dolap veya tahta raflarda bekletilirler. (Küçükağa Bülbül Ekmek Ustası, 2010, Balıkesir)

2.1.3. Mısır Ekmeği: Genellikle Karadeniz bölgesinde yapılan ekmek türüdür. Mısır unu, tuz ve su ile hamur yapılır. Genelde mayasız yapılır. Bazı yörelerde (Sinop-Türkeli, Trabzon-Arsin, Kastamonu İnebolu) mayalı olarak yapıldığı belirtilmiştir Normal ekmek yerine tüketilmektedir. Kaynayan suyun içerisine mısır unu ve tuz yavaş yavaş eklenirken bir yandan da karıştırılır. 3-4 cm derinliğinde yağlanmış tepsiye dökülür ve kızgın fırında altı üstü kızarana kadar pişirilir. (Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları: 73 Türk Folkloru Araştırmaları 1986)

Mısır ekmeği sacda pişirildiği gibi tepsiye dökülerek fırında da pişirilebilir. Fırında pişirilenlerde, hamurun kalınlığı 2–3 cm olmalıdır. Saçta pişirilenlerde ise hamur 1–1,5 cm kalınlıkta ve 15–20 cm çapında, daire şeklinde yapılmalıdır. Yağlanmış tepsi ya da tavaya konulan hamurlar fırında veya kuzine sobada pişirilirler. Mısır ekmeği, piştiği kabın şeklini alır ve 2–3 cm kalınlığında olur. Doğal olarak rengi sarıdır. Hamurun üzerine yumurta sürülürse, buna yumurtalı mısır ekmeği adı verilir. Mısır ekmeği çabuk bayatladığı ve ufalandığı için günlük yapılır.

Artvin yöresinde mısır unundan mayasız olarak hazırlanıp "bileki" denilen (mutfakta toprak zemine gömülü taştan yapılmış tepsi şeklinde bir pişirme aracı) araç içinde pişirilen ekmeğe "cadi" denilmektedir (Tekeli 1970). Mısır ekmeğine Ordu'da "toraman" denilmektedir (Oğuz 1976).

Mısır ekmeğinin Sinop'ta farklı yöntemle hazırlandığı belirtilmiştir. Kaynayan suyun içerisine mısır unu ve tuz yavaş yavaş eklenirken bir taraftan da karıştırılır. Yağlanmış 3-4 cm derinliğinde tepsiye dökülerek, kızgın fırında altı üstü kızarıncaya kadar pişirileceği belirtilmiştir Aydın-Birer 1986

Hamsili Mısır Ekmeği: Hamsili ekmek Karadeniz'in sevilen geleneksel mısır ekmeği çeşitlerimden biridir. Taze ya da tuzlu hamsiden yapılır. Kimi zaman hamurun içine kıyılmış sebze de katılır.

Trabzon Otlu Ekmek (Lames): Trabzon'un köylerinde mısır ekmeği hamuruna çeşitli otlar katılır. Yöre diliyle "lames"li ekmek de pırasa, ot çeşitleri ve mısır ununun yoğrulmasıyla yapılır. Trabzon'un köylerinde mısır ekmeği hamuruna çeşitli otlar katılır. Doğu Karadeniz'de Maçka, Zigana ve Kelkit'te içine sebze konarak pişirilen pidelere de "lamen" adı verilir.

Mısır Ekmeği Hamur Formülasyonu: Ön hamur; 6 kg mısır 10 kg kaynar suda karıştırılıp yarım gün bekletilir. 3600 gr su, 45 gr maya ve 2700 gr buğday unu ile 2700 gr mısır unu karıştırılıp yarım gün daha bekletilir.

Bu karışıma; buğday unu: 1300 gr, mısır unu: 1300 gr, kuru üzüm: 3300 gr, yağ: 150 gr, şeker: 300 gr, maya: 150 gr, su: 450 gr eklenir. Hazırlanan hamur kalıplara dökülerek pişirilir.

2.1.4. Nohut Ekmeği Ve Eftazymo: Ege ve Ayvalık yöresinde yapılan tatlı maya, nohut ekmeği ve eftazymo adıyla bilinen farklı bir ekmektir. Tazesinden ziyade beklemişi tercih edilir. Peksimet türüdür (Kaynak kişi: Ülker Kaya, 2010 Balıkesir).

Sadece tatlı maya/nohut mayasıyla yapılan klasik nohut ekmekleri de günlük tüketilir.

2.1.5. Kabaklı Ekmek: Balıkesir Dursunbey'de Yörük köylerinde çok yapılır. Aş kabağı ya da "tez geldi

kabağı" denen bir kabak tercih edilir. Ancak, yörede çok fazla kabak ekildiği için elde kalan kabaklar çürümesin, ziyan olmasın diye her cins kabaktan yapılmaktadır.

Kabaklı Köy ekmeği için ekşi hamur hazırlanır. Kabak az suda pişirilir, ezilir. Yarım çuval una bir koca kabak yeter. Kabak miktarı arzuya göre artabilir. Maya tutulmuş hamurun içine ezilmiş kabaklarda katılarak yoğrulur Daha sonra bu kabaklı hamurdan bir sonraki ekmek için mayalık ayrılır. Ekmekler şekillendirildikten sonra minet denen ağaçtan oyulmuş taşıma kaplarına yerleştirilir. Dinlendirilir. Bu arada hamur kabarır. Tercihen meşe odunuyla ısıtılmış kara fırınlarda pişirilir (Göktaş, 2010, Dursunbey/Balıkesir)

2.1.6. Sütlü Çerkez Ekmeği (Adapazarı): Çerkezler sütlü ekmeklerine *dongot zus* derler. Su yerine süt kullanılınca, ekmek daha yumuşak ve tatlı olur. Örneğin, 1 litre süt, 3 yumurta, 1 paket (250 gr.) margarin, 2 kilo buğday unu, 1 kibrit kutusu yaş (ticari) maya ve yeterince tuz ile hamur tutulurken, "iyice", yaklaşık yarım saat yoğrulur. Hamurun üstü bir bezle örtülerek yarım saat bekletilir. Hamur kabarınca, istenilen büyüklükte alınıp, yağlanmış bir tepsi üzerine yayılır. Üzerine yoğurtla çırpılmış yumurta sarısı sürülür, çatalla delinerek şekiller verilir ve sıcak fırında pişirilir.

2.1.7. Sarımsaklı Ekmek (Burhaniye /Balıkesir): Beş baş sarımsak, 7 yemek kaşığı zeytinyağı, 4 sap biberiye, yarım kg un, 50 gr. bal, 200 gr çavdar unu, 1 adet yaş maya, tuz, karabiber.

Sarımsak folyoya sarılır; fırında pişirilir. Geri kalan malzeme bir kabın içine konularak ılık suyla yoğrulur. Hamur 45 dakika dinlendirilir. Fırınlanmış sarımsaklar hamura eklenir ve hamur fırın kabına yayılır. Ekmeğin üzeri çatlamasın diye zeytinyağı sürülür. 225^{0}C de pişirilir. (Zeytinyağlı Ege Yemekleri 2010)

2.1.8. Kıkırdaklı Ekmek: kuyruk yağı sızdırılınca arta kalan kısma kıkırdak denir. Kıkırdak içine incecik doğranmış soğan ve yağla ısıtılarak iç elde edilir. Bu iç ile burmalı çörek denen, börek ile çörek arası yiyecek yapıldığı gibi etli ekmek türündeki hamur içine de konularak yapılan ekmeğe kıkırdaklı ekmek denir**.**

2.1.9. Mantarlı Ekmek: ormandan toplanan koç, kanlıca, tellice türü mantarlar yıkanıp temizlendikten sonra haşlanır. Haşlanan mantarlar küçük parçalar halinde doğranır. Son zamanlarda blenderlerde de çekilmektedir.

Doğranan mantar parçaları; soğan ve baharatla yağda kavrulur. Hazırlanan bu ekmek üstüne sürülebilir veya özel bir araçla yağlanır. Soğuklukla (ekşi, komposto, ayran) birlikte sunulur (Abdulkadiroğlu-Koz 2002).

2.1.10. Zeytinli Ekmek: 1,5 çorba kaşığı kuru maya, ¼ su bardağı sıcak su, aldığı kadar böreklik un, 1 çay kaşığı deniz tuzu, yarım su bardağı çekirdeksiz dilimlenmiş siyah zeytin, 1 tatlı kaşığı bal, 3,5 su bardağı tam buğday unu, yarım su bardağı iri dövülmüş ceviz, 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile hazırlanır.

Çukur bir kaba tam un, bal, maya, tuz ve su konur; elle hafifçe karıştırıp üzeri kapatılır. 10 dakika bekletilir. Hamura ceviz ve zeytinyağı koyup bir elle yoğrulurken bir elle de hafif hafif un serpilir. 1,5–2 bardak kadar un, alacak olan elinize yapışmaya başladığında artık un eklenmez.

Hamur iyice esnekleşene kadar yoğrulup yağlanmış çukur bir kaba konur ve üzeri kapatılır. Ilık bir yerde kabarması için 1,5–2 saat kadar üzeri kapalı beklettikten sonra kısa bir süre hamur tahtasında yoğrulup zeytin ilave edilir. Somun haline getirilen hamur, yağlanmış ekmek kalıbına koyulur; 1 saat bekletilir. Fırın 175^{0}C üzerinde iken yumurta akı 40 dakika pişirilir. Soğuduktan sonra dilimlenir(İnoltong 2002).

2.1.11. Yoğurt Ekmeği: Tercihan torbadan süzdürülmüş yağlı manda yoğurdundan yapılır ve içine taze yeşil soğan ile dereotu (Kastamonu ağzında arak dalı) doğranır.

2.1.12. Kastra Ekmeği (Akhisar): Hamur mayalanır. Derin, geniş ve büyük bir tepsiye un serpilir. Tepside mayalanması beklenir. Ocakta küllü kor biriktirilir. Kastra tepsisi ortasında sap bulunan özel bir kapağa sahiptir. Kapak, tepsideki ekmek hamurunun üzerine kapatılır. Tepsi korun üzerine oturtulur, kapağın üzerine de kızgın korlar konur. Pişince kapak çekilir, altından ekmek tepsisi alınır. Ekmek beze sarılır, soğuyunca kesilerek yenir(Kahraman, 2010, Balıkesir).

2.1.13. Ocak Ekmeği: Küçük aileler günlük ekmek ihtiyaçlarını karşılamak için evlerindeki mutfak bölümlerinde bulunan ocaklarda 'ocak ekmekleri' yaparlar. Bunun için ocak taşı kızdırılır. Sonra mısır veya buğday unundan hazırlanıp kabarmaya bırakılan hamur, ocak taşına serilen kestane yapraklarının üzerine ekmek şeklinde konur ve üzeri saçla kapatılır. Saçın üzerinde bir süre ateş yakılır. Sonra pişen ekmek çıkarılır ve taze yenir (Koz 2002).

2.1.14. Kara Étmek: Bir çeşit ekmektir. Et epriyesiye kadar kaynatılır, sonra üzerine un, yağ ve şeker konur; karıştırılarak kaynatılır; sonra yenir (Kahraman 1995).

2.1.15. Çarşı Ekmeği: Hazır ekmek veya çarşı ekmeği sözcüğü evlerde ekmek yapımı azalmaya başladığında ortaya çıkmış bir terimdir. İlk zamanlarda bazı yörelerde sadece fakirler aldığı için istenmeyen bir durum olarak değerlendirilmiştir. Bazı yerleşim bölgelerinde ise para ile satın alınan ve beyaz olan ekmek zenginlik belirtisi olmuştur. Değerlendirme ne olursa olsun ekmek fırınları/çarşı fırınları artık bir teknoloji ürünü haline gelen ekmekleriyle yaşamımızda yer almışlardır. Hatta eskiden köylerde yapılan kepekli ekmek de artık çarşı ekmeği olarak tezgâhlarda yer almaktadır.

Kepekli ekmek genellikle rafine edilmiş buğday ununa eklenen ham kepeğin karıştırılması ile elde edilen undan üretilir. (Buğday tanesindeki kabuk bölümünden hayvan yemi olarak kullanılan kepek yapılır. Kabuğun altındaki ikinci katman ise gerçek kepek kısmıdır.)

Kepekli ekmeğin yüksek oranda lif içermesi nedeniyle bağırsağın hızlı çalışmasını sağlayarak bağırsak kanseri riskini ve kabızlığı azaltma gibi etkileri bilinmektedir. Ancak, ham kepekte bulunan fitatlar vücutta kalsiyum, demir ve çinko gibi bazı minerallerin etkin kullanımını engeller. Bu nedenle özellikle büyüme ve gelişme çağındaki kişilerde kepekli ekmek tüketiminden kaçınmak gerekir. Beslenme yönünden de kepekli ekmek yerine tam buğday ekmeği tüketmek daha sağlıklıdır.

Aşağıda yer alan ekmek çeşitlerinin her birine kepek karıştırmak sureti ile çeşitlendirme yapılmaktadır. (Burada sadece ülkemiz için en çok bilinen çeşitleri örnek alınmıştır.

2.1.15. 1.Baget: Görünüm olarak genelde uzun ve kısa boylarda, iki şekilde çalışılan bir ekmektir:

Kısa Baget (Batard /Francala /Baston): Francala, hiç kepeksiz düşük randımanlı undan yapılır. Boyu eninin üç katıdır. Bazı yerlerde tava tipi francala da yapılır. Francala ekmeği çok beyaz olur. Bu görünümde olan ekmeğe birçok yerde baston ekmek denir. Ekmek üzerindeki bıçak tek ve boydan boya uzun olabileceği gibi eninden 3 tane de olabilir. Gaziantep'te ekmek fırınlarının iki grup olduğu, birinde tırnaklı ekmek tabir edilen pide tipi, diğerinde Gazianteplilerin somun dedikleri francala/baston tipi yapıldığı belirtilmektedir. Francala isminin 1. Dünya Savaşı'ndaki Fransız işgalinden sonra dile yerleştiği söylenmektedir.

Uzun Baget: Upuzun incecik bir Fransız ekmeğidir. Yaklaşık 68 cm uzunluğunda ve 250 g ağırlığında veya 80 cm uzunluğunda 350 g ağırlığında yapılabilir. Bıçak sayısı genelde (7) yedidir. Uzun, ince bir yapıya ve yuvarlak uçlara sahiptir. Fransızların çok tükettiği bir ekmek çeşididir. Aslında pek bir özelliği yoktur. Sadece uzundur ve dış yüzeye düşen hamur arttığından daha çok alanı kızarır. Kızarmış ekmek sevenlerin tercih edeceği bir ekmektir. Hacimli, hafif görünümlü, bıçaklar birbirine neredeyse paralel ve düzgün açılmış olmalıdır. Kabuğu düzgün, çatlaksız, lekesiz, gevrek ve iyi pişmiş olmalıdır.

2.1.15.2. (Somun) Yuvarlak: Ekmeğin şekle göre isimlendirilmesinde yörelere göre farklı kullanımlar görülmüştür. Birçok yerde yuvarlak ekmeğe somun denirken bazı yerlerde baston denilen kısa baget tipi ekmeğe somun denmektedir. Hatta kırsal kesimlerde şekli ne olursa olsun ev dışında yapılan her tür ekmeğe/ekmek parçasına somun dendiği de görülmüştür.

Genel araştırmalar, çoğunluğun kullandığı şekil ve dilimize yabancılardan geçen isimlere göre bir adlandırmaya gidilerek yuvarlak ekmek için somun adı daha yaygın kullanılmaktadır.

2.1.15.3. Zenginleştirilmiş Ekmek: Klasik ekmeğin un miktarında değişiklikler yapılarak hububat açısından zenginleştirilmiş ekmektir. İçinde kullanılacak tahılların belli bir sayısı ve çeşidi yoktur. Birden çok tahılın kullanılması nedeniyle lezzet ve besin değeri arttırıldığı için özel lezzetler arayanların tercihidir. Tıbbi ekmekle karıştırılmaması gereken özel ekmeklerdir. Genellikle eksikliği hissedilen besin öğelerinin ilave edilmesiyle üretilirler.

Vitaminli ekmek, ruşeymli ekmek, balık yağlı ve kalsiyumlu ve içine şifalı otlar eklenmiş ekmek çeşitleri bulunmaktadır.

İçine eklenen tahıllar çok çeşitli olmakla birlikte en çok kullanılanları; ay çekirdeği, keten tohumu, mısır, sorgum (akdarı) bakla, yulaf, pirinç, kimyon tohumu, arpa, çavdar gibi tahılların birkaçının harmanlanması ile elde edilen karışımlardır.[1]

Yukarıda belirtilen tahıllar kullanılırken genellikle lezzet alışkanlıkları ve birbiriyle uyumuna dikkat edilir. Görünüşü güzelleştirmek ve lezzet vermek için bazı karışımlara kavrulmuş malt unu, vitamin ve mineraller de eklenebilir.

Tam Ekmek (Bol Tahıllı): 4 sb tam buğday unu, ½ sb yulaf ezmesi, ½ sb arpa, çavdar ya da mısır unu, 2 sb süt, 1 çorba kaşığı deniz tuzu, 2 sb böreklik un, 3 yk tereyağı,¼ su bardağı bal, 2 yk kuru maya,½ sb ılık su.

Süt ısıtılıp bal, tereyağı, tuz ilave edilir; karıştırılır, soğumaya bırakılır. Büyükçe bir kapta ılık suya 1 tatlı kaşığı bal ve maya konup karıştırılır ve kabarmaya bırakılır. 5–6 dakika bekledikten sonra içine 4 sb un ve süt karışımı konup en az 200 kere tahta kaşıkla karıştırılır. Bu karışıma yulaf ezmesi ve arpa unu ilave edilir. Arzuya göre, kabuğu ayıklanmış çekirdek, rezene anason, vb. eklenebilir. Yavaşça 2 sb un eklenir. Hamur yumuşak ve elastik olana kadar karıştırılır. Yağlanmış bir kaba koyulur. 1,5- 2saat sonra kısa süre yoğrulur. 3 eşit parçaya ayrılır. 10 dakika dinlendirilir. Şekil verilip pişirilir.

2.1.15.4. Ruşeymli Ekmek: Buğday ruşeymi tanenin filizlendiği bölgedir. Muhteviyatında yüksek miktarda A, E ve B1 vitamini, lesitin, esansiyel yağ asitleri ve proteinler ile minerallerden çinko, manganez ve krom bulunmaktadır. Buğday ruşeymi tüm tanenin % 2-3'ünü oluşturur.

Buğday unu, içme suyu, ruşeym, kepek, gluten, ekmek hamur mayası, gıda sanayi tuzu, sirke, ekmek katkı maddesi [Emülgatör (mono ve digliseridlerin diasetil tartarik asit esterleri), şeker, enzim (fungal hemiselülaz, fungal alfa amilaz), antioksidan (askorbik asit)] ve koruyucu (kalsiyum propiyonat) içeren ekmekler, tüketiciye yeterli ve dengeli beslenme konusunda pek çok seçenek daha kazandırmıştır.

2.1.15.5. Vitaminli Ekmek: Toplumun vitamin eksikliği dikkate alınarak TÜBİTAK tarafından verilen değerlere bağlı kalınarak hazırlanan vitamin ve mineral katkılı ekmeklerdir.

2.1.2. Kullanım Amaçlarına Göre Ekmek Çeşitleri:

Her zaman yenilebilen ekmeklerden farklı olarak özel bir amaç için hazırlanan ekmeklerdir. Tost, hamburger, sandviç ekmekleri ve sadece bayramlara has yapılan özel gün ekmeklerini bu grupta inceleyebiliriz.

Sağlık sorunu olan kişiler için yapılan tıbbi ekmekler dediğimiz ekmeklere de bu grup içinde yer verilmiştir.

2.1.2.1. Bayram Ekmekleri: Köylerde günlük tüketilen ekmekler dışında bayram günlerine has yapılan ekmekler vardır. Yörelere göre içine karanfil, sakız, tarçın ve çeşitli baharat karışımları ilave edilerek yapıldığı gibi sadece üzerine yumurta sürülerek bol miktarda susam, çörek otu serpilerek değişik şekillerle pişirildiği de görülmektedir.

Bayram Halkası: Bayramlarda ekmek yerine yapılır. Hamuruna dövülmüş karanfil, dövülmüş günlük sakız konularak yoğrulur. Sevmeyenler için sadesi de yapılır. Üzerine susam serpilir. Çocuklar için mutlaka küçük halka yapılır. Simit boyutlarında olan bu halka çocuklarda bayram neşesidir. Çocuksuz evlerde bile yapılarak gelen çocuklara çıkarılır. Halka her zaman yapılmadığından uzun süre saklanması için kurutulur. Ayakaltı olmayan bir yere kilim yayılır. Üzerine yaygı/örtü serilir. Fırından çıkan halkalar yaygının üzerine konarak biraz havalandırılır. Taze yenecek olanlar kargıdan yapılmış özel sepet/zembillere konur. (Ekmekler de aynı bu şekilde havalandırılarak sepetlere konur.) Saklanacak olan halkalar uzun sırıklara birbirine değmeyecek şekilde dizilir. Sırıklar iki uçlarından yere paralel olarak tavanda bulunan çengellere asılır. Sonraki zamanlarda fırın yakılamayacağı günler veya ekmeksiz kalındığında bu halkalar yenir.

1 *Fotoğrafta ay çekirdeği ve keten tohumu kullanılmıştır.*

Göçbeyli'de nohut mayası ile yapılan ve yörede "simit ekmeği" denilen bir başka ekmek daha vardır. Tavada pişirilen bu ekmeğin tuzu çok azdır. Üzeri baklava biçiminde çizilerek taş fırına verilen 'simit ekmeğinin' hem rengi hem de tadı güzel olur. (SAYAN, 2010, Balıkesir)

Tire Bayram Ekmeği: İzmir Tireli Feride Ülkü Hanım'ın, bundan 40 yıl önce Koşay ve Ülkü-can'ın *Anadolu Yemekleri ve Türk Mutfağı*'nda yer alan bayram ekmeği tarifini aynen aktarıyoruz:

"Buğday unu tekneye elenir. Bu undan sabahleyin erkenden bir kilo kadar bir tencereye ayrılır. Ayrı bir tas içinde sıcak su ile doğulmuş 'ekmek otu' (bir nevi baharat), 'karacut' (çörek otu) ve nohut mayası karıştırılır. Bununla tenceredeki un yoğrulur. Bir iki saat sonra hamur iyice kabarınca teknedeki un ile beraber tuz da atılarak sıcak su ile yoğrulur. Üzeri iyice örtülerek kabarmaya bırakılır. Mayası gelince, yağlanmış tavalara veya tepsilere konur. Üzeri ıslak el ile yepilir (yassıltılır). Susam, karacut, badem içi ile süslenir, iki santim kadar mayalanma payı bırakılır. Hamurlar kabarıp tavayı doldurunca mayası gelmiş demektir. Fırın yakılıp hazırlanır, içindeki közler fırının ağzına doğru çekilir. Ekmeklik hamurlar fırına demir süngü ile salınır. Sonra ağzı kapatılır. Yanmaması için ara sıra bakılır. Pişince çıkarılır ve soğuduktan sonra tekneye yerleştirilir. Bayram müddetince yenir."(Ünsal 2011).

Cevizli Ekmek/ Çörek/ Lokum (Simav-Kütahya): Mayalı hamur yoğrulur. Cevizi kıyma makinesinde çekilir. Çörek kokusu denilen baharat eklenir. Biraz yağ ile karıştırılır. Mayalı hamurun içine karışım yayılır; rulo yapılır. Sonra rulo açılır, iç koyulur, tekrar rulo yapılır. Sonra tekrar açılıp bir kat daha iç koyularak tekrar rulo yapılır. Bu işlem birkaç kez yapılmalıdır. En son hamurdan küçük küçük parçalar kopartılarak yuvarlanır ve tepsiye sıralanır. Üstüne yumurta sarısı sürülür; susam, çörek otu serpilir, pişirilir. Bayramlarda aynı hamurdan büyük tek parça ekmek yapılır. (Kaynak kişi: Gönül AKYOL 2010 Balıkesir)

2.1.2.2. Tost Ekmeği: Tost yapımında kullanılan, yağ ve şeker içeren bir ekmektir. Genel olarak tek kalıpta hazırlanan ve dilimlenerek satılan klasik görünümlü ekmeklerdir. Ege bölgesinde yapılarak ülkeye dağılan bir çeşit de dilimli tost ekmeğidir. Balıkesir/Ayvalık civarında yapılarak yaygınlaştığı için ismi Ayvalık tost ekmeği olmuştur.

Tost ekmeği malzemeleri: Buğday unu (tip 550): 100 kg, su: 56 kg, şeker: 1,5 kg, yağ: 5 kg, maya: 3 kg, süt tozu: 2 kg, tuz:1700 gr, katkı maddesi:1 kg.

Ayvalık tostu ekmeğinde aynı formül katkı maddesi ve süt tozu kullanılmadan hazırlanır. Hamur hazırlandıktan sonra istenilen gramajda kesilir (Genelde 110 gr). Elde baston ekmek hazırlama tekniğiyle işlenip özel tepsi içine yan yana sıralanır. Dar uzun ve kısa kenarlı tepsilerde üzerleri açık olarak fırınlanır. Tek kullanımlık sandviçler halinde hazırlandıkları için dilimlenmeden satışa çıkarılırlar.

Klasik tost ekmeği kalıbı ve pişmiş tost ekmekleri

2.1.2.3. Hamburger Ekmeği: Genellikle yapı olarak tost ekmeği ve sandviç ekmeği biçimindedir. Markalara ve çeşit özelliğine göre küçük farklılıklara sahiptirler. Sandviçlerde olduğu gibi vitamin ve minerallerle zenginleştirilmektedirler. Ayrıca albenisini artırmak amacıyla üst görünümlerinde susam ve çeşitli tohumlar kullanılarak çeşitlendirilirler. Üst kısmı bombeli altı düz yuvarlak görünümlü küçük ekmeklerdir.

Formülasyonu ve bileşenleri: Buğday unu (tip 550) : 100 kg, su: 60-65 kg, şeker: 10 kg, yağ: 8 kg, maya:4 kg, tuz:2 kg, katkı maddesi:2 kg.

Bütün bileşenler karıştırılarak 25-27°C'de hamur hazırlanır. 5–10 dk kazanda dinlendirildikten sonra kesilir ve yuvarlanır.10 dk ara dinlendirmeden sonra hamburger tavalarına yerleştirilir. 45–60 dk son fermantasyona bırakılır. Fırına verilmeden önce üzerlerine tahta bir ağırlık ile bastırılarak üst yüzeyin düzeltilmesi sağlanır. Böylece piştikten sonra istenmeyen kabarıklıklar yerine düzgün bir yüzey oluşumu sağlanır.

2.1.2.4. Sandviç: Genellikle 65–70 g ağırlığında üretilen sandviç ekmekleri fırınlardan taneyle alındığı gibi altışarlı veya daha çoklu paketlerde ambalajlı olarak da satışa sunulmaktadır. Normal ekmeğe göre daha fazla enerji verirler. Diyetler için özel hazırlanan light sandviç türleri vardır. Bu sandviçlerin enerjisi azaltılıp, lif zenginliği ile tokluk hissi arttırıldığından açlık hissini geciktirici etkiye sahiptir.

Çeşitli markaların ürettiği ve kısmi farklılıklara sahip ürünler genellikle vitamin ve mineral yönünden zen-

ginleştirilmiş ve raf ömrü 5–7 gün arası değişen özellikler gösterir. Şekil olarak genelde kısa ve yassı tipik görünümde olmalarına rağmen tombul tipleri ve hamburger ekmeğini andıran yuvarlak şekillilerine de rastlamak mümkündür.

2.1.2.5. Tıbbi Ekmek: Sağlık sorunu yaşayanlar için özel olarak üretilen ekmeklerdir. Üniversitelerin gıda ile ilgili araştırma birimleri ve ekmek üreticilerinin ortak çalışmaları ile üretilir. Tedaviye yardım amaçlı olarak hastaların yaşam standardını yükseltme amaçlıdır. Çölyak, fenilketonüri ve diğer metobolizma hastaları ve bazı böbrek, karaciğer sorunları olan hastaların kullanabileceği ekmek çeşitleri bulunmaktadır. Ayrıca bazı diyet ekmeklerini de bu gruba sokmak mümkündür.

2.1.3. PİDELER

Anadolu'nun her yerinde çörek veya pide adıyla yapılan ve ekmek pişirmeden önce fırının kızgınlığını almayı amaçlayan küçük ekmekler yapılmaktadır. Genel olarak pide adını verilen bu ekmekler mayalı hamurdan hazırlanmaktadır. Yörelere göre değişen yapım çeşitleri vardır.

Değirmenci Boçası (Bohça Ekmeği): Değirmene buğday öğütmeye gelenler sıra beklerken yesin diye pideye benzeyen küçük ekmekler yapılır. Bunlara maya tutulmaz. Bu ekmekler herkesin değirmenci hakkı diyerek verdikleri un kullanılarak yapılmaktadır. Hemen su ve tuz ile yoğrulup çabucak hazırlanan mayasız ekmekler bazen küle gömülerek bazen de fırın ağzında pişirilir. Buna değirmenci boçası (bohça ekmeği) denir.

Bazı yerlerde pideler içli olarak hazırlanır. Doğu Karadeniz'de Maçka, Zigana ve Kelkit'te içine sebze konarak pişirilen pidelere de "lamen" adı verilir. Sadece çocuklar için Afyonkarahisar'da cücü, Ankara'da külçe denen küçük boy ekmekler yapılır(Arlı 1982).

Fırında çocuklar için 'kolof' veya 'kolot' denen küçük ekmekler yapılır. Bunların içine yumurta konduğunda 'yumurtalı kolof' olur. Bazılarının üzerine kesme şeker konularak 'tatlı kolof' yapılır(Koz 2002).

Tatar kökenli bir aileden aldığımız tarifte ise; mayasız hamurdan hazırlanan ve adına Mingen pide denilen çeşitte iç malzemesi olarak kıyma, soğan, karabiber tuz ile karıştırılıp hamurun içine yerleştirildiği, toparlanıp kapatılarak yassıltıp yağsız olarak sacda/tavada pişirildiği belirtilmiştir. (Aşçı Basri ve Makbule Batur, 2010, Akçay-Balıkesir)

2.1.3.1. Ramazan Pidesi -Açık Ekmek/Çakır Ekmek: Özellikle ramazan ayında yapıldığı ve iftar saatlerine yakın çıktığı için ramazanla özdeşleşmiştir. Ancak ekmek işleme kolaylığı ve talep nedeniyle üretim bir ayla sınırlı olmaktan çıkmıştır. Doğu illerimizde ise aynı ürün Açık Ekmek adı ile yapılmaktadır. Benzer bir hamurla yapılarak üzeri düz bırakılıp yumurta sürülen şekline de Çakır Ekmek denmektedir.

Van ekmek fırınında açık ekmek apımı

Ramazan pidesi

2.1.3.2. Edremit Yağlı Pidesi: Ekmek pişirmeden artan hamur da elbette "zayi olmaz". Küçük bir kısmı ekşi maya olarak saklanırken, geride kalandan lezzetli bir tepsi ekmeği yapılır. Edremit'te bu ekmeğe "yağlı pide" denir. Bir tepsinin içi önce zeytinyağı ile hafifçe yağlanır. Hamur elle, yanlamasına bir parmak kalınlığında tepsinin içine bir kat yayılır. Bunun üzerine bol peynir, maydanoz konur ve bir miktar da zeytinyağı dökülür, ikinci kat hamurla kapanır, ikinci kat ve üçüncü kat hamur arasına da bol harç ve zeytinyağı eklenir. Üçüncü katın üzeri çaprazlama çizilir, tepsi fırında pişmeye gönderilir.

2.1.3.3. Tiritlik Pide: Özellikle etli tirit yapımında kullanılan pidedir. Çorbalarda doğranmış ekmek niyetine de kullanılır. Hamuru için ramazan pidesinde kullanılan malzemeler kullanılır. İnce bir hamur dökülür. Boyu baston ekmeğin üç katı kadardır, yani oldukça uzundur. Üzerine yol yol çizgi yapılıp pişirilir (Çakıcı (Karesi Ekmek Fırını Sahibi), 2010, Balıkesir).

2.1.3.4. Korucu Pidesi: Fırına ekmekten önce atılır, ateşin sıcaklığını, alevi alır. Unu ipek elekten geçirilerek elenir. Ekmek hamuruna göre daha cıvık bir hamur tutulur. İçine yumurta ve süt konulabilir. Bazen yoğurt konur. Ekmek yerine yenir, uzun süre dayanmaz. Genellikle üzerine yağ ve çırpılmış yumurta sürüldükten sonra susam serperek pişirilene çörek, susamsıza pide derler. Pişmiş pidenin kokusu tok olanları bile kendine çeker. Zaten pideler fırın başında dağıtılmaya başlanır. Her ekmek pişiren komşularına verdiği için taze olarak herkes sıklıkla yemiş olur(Değirmenci Galip ve SAYAN, 2009, Korucu-BALIKESİR).

2.1.3.5. Tahinli Pide (Simav-Kütahya): Bu pide ramazan ayı için sahurda yemek üzere yapılır. Mayalı hamur hazırlanır. Bir kapta şeker, tahinle karıştırılır, içine birazcık sıvı yağ eklenir. Birazı ayrılarak hamurun içine karıştırılır, hafif yoğrulur. Bir tepsiye alüminyum folyo döşenir. Folyonun üzerine hazırlanmış hamur ince yayılır. Üstüne ayrılan iç karışımdan sürülür. Kenarları çimdiklenerek şekillendirilip pişirilir. Yarım cm kalınlıkta olur. (Akyol, 2010, Balıkesir)

Hazır yufka ile yapıldığında yufka dörde bölünür. İç koyarak sigara böreği gibi yuvarlanır ve gül börek gibi tepsiye dizilir. İç malzemeden bolca üzerine dökülür. İyice bol bulanması gerekir ki aksın ve çıtır olsun. Fırında pişirilir.

2.1.3.6.Tava Pidesi: Mısır ya da mısır-buğday karışık unlardan yapılan hamurlardan 'dönme tavası' denilen geniş tavalarda 'tava pidesi' yapılır. Bu pideler kabarmamış mısır unu hamurundan ya da kabarmış mısır-buğday unu hamurundan yapılır. Pidelerin yapılışı şöyledir: Önce ocağın üzerine, sacayağı üstüne konan tavada sıvı yağ yakılır. Sonra, alınmış olan pide için hazırlanan hamur pide tavaya yayılır. Altı kızardıktan sonra tava kapağı yardımı ile hamur tavada döndürülür ve hamurun üstü de kızartılır. Tava pideleri, hamsili ve lamesli tava pidesi olarak da yapılır. Hamur tavada döndürüldüğü için bu bakır tavalara 'dönme tavası' adı verilmiştir. (Lames: Karadeniz yöresine özgü, mısır ununa çeşitli sebzeler karıştırılarak yapılan bir ekmek.) (Koz 2002).

2.1.3.7. Peksimet: Pideler pişirilip fırından çıkarılınca bir çul üzerine yayılır. Pişkinleri taze yemek üzere ayrılır. Pişkin olmayanların içi kesilerek çıkarılır ve bu ekmekler iki parçaya ayrılmış olarak peksimet yapmak için tekrar fırına salınır. Ertesi gün peksimetler fırından çıkarılır ve ambar, kiler veya seranderde saklanır. Peksimetler dayanıklı oldukları için saklanır ve taze ekmek bittikten sonra yenir. Peksimetler yenmeden önce sıcak suya konarak yumuşatılır(Koz 2002).

2.1.3.8. Çirihta: Kabarmış buğday unu hamurundan yapılan bir kaşık hamur ölçülü pideciklere "çirihta" adı verilir. Bunların da önce bir tarafı sonra tavada çevrilerek diğer tarafları kızartılır. Çirihta kızartıldıktan sonra ilavesiz yendiği gibi üzerine toz şeker ekilerek yenir. Çirihtanın daha kalın hamurlusuna Anadolu'nun başka yörelerinde "lokma" adı verilir(Koz 2002).

2.1.4. KETE/ ÇÖREK:

Evlerde yapılan fırın ekmeklerinin fırına atılmasını takiben fırının ağız tarafına konan pideye benzer küçük ekmeklerdir. Sade olduğu gibi arasına kıyma veya başka iç de konabilir. Somunlardan önce çıktığı için ve taze somunlara belli bir süre bıçak vurmak iyi olmayacağından sabırsızlıkla bekleyenler, özellikle çocuklar ve hamileler tarafından zevkle yenen çeşittir. Bu tür ekmeklere kete, pide, fodla, (fodula) veya koca görmez denmiştir. Aynı ekmeğe Küre ve İnebolu'da hodalak denir.

2.1.4.1.Tokat Ketesi: 2,5 su bardağı süt,1 büyük paket margarin, bir küçük paket yaş maya, 1 tatlı kaşığı tuz ve un ile hazırlanır.

Erimiş yağ, süt, maya ve tuz karıştırılarak aldığı kadar un ile yumuşak bir hamur yapılır. Hamur ılık bir yerde bir saat bekletilerek kabartılır, yumurta büyüklüğünde parçalar ayrılır. Yuvarlanarak yarım cm kalınlığında açılarak içine iki kaşık margarinle kavrulmuş un serpilir. Unlu taraf içte kalacak şekilde ortadan birleştirilir. Rulonun üst kenarları iki ucundan başlayarak kendi etrafında döndürülür ve uç kısım içeriye sokularak yok edilir. Tepsiye aralıklı olarak dizilir. 15–20 dakika bekletildikten sonra yumurta sarısı sürülerek kızgın fırında pişirilir. **(**Şahin 2003)

2.1.4.2. Kül Çöreği: Sıcak küle gömülerek pişirildiğinden bu adı almıştır. Pek çok yerleşim yerinde görülür. Kastamonu taraflarında hamuruna süt /ayran ve maden sodası katıldığı bilinir. (yörede acı su katılır denir) Gece oturmalarında yendiği için yatsılık halk ağzında yıssılık diye adlandırılır.

Kül bastı /Hamursuz / Közleme-Kömme: Bir yumurta, un, su ve tuz ile mayasız ekmek hamuru hazırlanır. Hamurdan yuvarlak somun ekmekler hazırlanır. Ocaklık önünde bulunan sıcak küllere gömülür. Piştikten sonra külden çıkarılır, üzeri silkelenip sıcak olarak yenir. (Karataş, 2010, Dursunbey-Balıkesir)

Kül kömbesi Tunceli:1,5 kg un, 500 gr tereyağı, 1 yemek kaşığı tuz, ½ lt. su. Hamur mayasız olarak yoğrulur. Ocağın tabanında pişirilir. Önce ocakta ateş iyice yakılır, sal (ocağın tabanı) kızınca ateş kenara çekilir. Taban ıslak bir bezle silinir. Süpürüldükten sonra hamur sal üzerine serilir. Üzerine sac koyulur. Sacın üzerine tekrar hamur serilir ve bir sac daha koyulur. Üstteki sacın üzerine ateş yakılır. Ekmek piştikten sonra olduğu haliyle veya üstten kapak açılır (kabuk oyulup açılır) yumuşak kısmı çıkarıldıktan sonra içine tereyağı dökülür, kapağı tekrar kapatılır. Biraz bekletilip yenir. Kurabiye gibi olur, yemesi çok güzeldir. (Tunceli Valiliği İl Kültür Ve Turizm Müdürlüğü Tanıtımlarından)

Yukarıda anlatılan ekmekler Türkiye'de yapılan, bilinen ekmeklerdir.

Türk dünyasında kullanılan isimleriyle diğer bazı ekmeklere de kısaca değinelim:

Kravayçe (Mayasız Ekmek) : Hamuru poğaça hamuru gibi tutulur. Normal sıcak su yerinde sıcak kül suyu kullanılır. Derin bir kap içine alınan yanmış odun külüne su katıp birkaç saat bekletilir. Külü dibe çökmesiyle meydana gelen duru su kullanılır. Hamura soda katılır ve daha katı bir hamur yoğrulur. Daha önemli bayram günlerinde hamura tereyağı (1–2 kaşık), biraz şeker ve 1–2 yumurta da katılabilir.

Kravayçe günlük yaşamda olduğu gibi dini bayramlarda, özellikle Hıristiyan Türklerin kilise ziyaretleri sırasında hazırladığı bir hamur işi yemektir. Bu yüzden üstü poskurnik ya da saralnik (bu tür ekmeklerin süslerinde kullanılan ahşap mühür) denilen bir aletle süslenir. Şaralkası olmayan ev kadınları hamurun üstünü iki çatalla delerek ve yer yer kabartarak değişik geometrik şekillerle süslerler. Bazen hamurun üstü renkli şekerlemelerle de süslenir. Önceleri külde pişirilen kravayçe sonraları daha geniş sığı sahanlarda ya da küçük derin tepsilerde saç altında ya da fırında pişirilmeye başlanmıştır.

Genelde bayramlarda ve dinsel törenlerde yapılan ve yenilen ekmek, poğaça ve kravayçe gibi hamur işi yemeklerin yanı sıra oklava ile açılan ince yuvarlak hamur yaprağından yapılmış hamur işi yemekler de önemli yer almaktadır. Açılan hamur yaprağından yani yufkadan yapılmış diğer bir tabirle börek dediğimiz hamur işi yemekler tatlı ya da tuzlu fark etmeksizin ayrı yemek türü olarak yenir.

Zelnik ya da Komad: Daha ince, daha beyaz ve iyi öğütülmüş buğday unundan yapılır. Hamuru 1,5 kg un, bekletilmiş (çatmış) maya, azıcık tuz, 250 gr tereyağ ve belirli miktarda sıcak suyla tutulur. Hamur daha yumuşak bir şekilde yoğrulduktan sonra küçük yuvarlak parçalara ayrılır. Söz konusu un miktarından 15 parça yapılır. Bu parçalara gözleme denir. Üstlerine az miktarda yağ sürüldükten sonra bir süre bekletilir. Sonradan teker teker açılıp tepsiye sıralanır. Yufkalar /daha kalın/ tepsiden taşma suretiyle daha büyük açılır. Bir üst yufka tepsiye konulmadan alt yufkanın üzerine pazı, pırasa, lahana, soğan, yumurtalı peynir ya da onların karışımından yapılan malzeme kullanılır. Tatlı zelnik yapılmasında yufkalar arasına kaynamış kabak konulur. Alt yufkanın kenarları tepsinin boyunu 5 cm aşağıya dışarıya sarkar. Alt yufkadan büyük olan üst yufka ile alt yufka birleştirildikten sonra kenarlar yukarı doğru alınıp tepsinin kenarını takiben bir ip gibi bükülür. Yufkaların kalın olması aralarındaki yiyecek malzemenin kaynamasını ve daha iyi pişmesini sağlar.

Zelnikler daha derin bakır tepsilerde saç altında ya da fırında pişirilir.

Gomleze ya da Kasalnık, Turıpotpecı (Gözleme, Dökpişir): Bu adla bilinen hamur işi yemek Ohrid yöresinde hazırlanan geleneksel bir yemektir. Aynı zamanda bu yemeğe Makedonya ile sınır olan Ege Makedonyası'nda ve Arnavutluk'ta da rastlanmaktadır. Gomleze adını Türkçe sözcüğü gözlemeden almıştır. Makedonya da pitulitsa, kaşi (bulamaçlar) ve bakıdanik (kaçamak) adı verilen yemekler vardır (Koz 2002).

Balkanlarda, özellikle Makedonya'da yaygın olarak yapılan bu tür ekmekler ve hamur işleri, bakır kaplarda hazırlanmaktadır. Bunlar Türk-Oryantal kaynaklı olmakla birlikte muhteva ve hazırlanış itibarıyla eski Slav mutfağından etkiler taşıdığı da düşünülebilir.

Irak Türkleri Arasında Bilinen Ekmek Çeşitleri Şunlardır:

a) Tendür(tandır)ekmeği
b) Kendüçlü(susamlı)ekmek
c) Etli ekmek
d) Yağlı ekemek"dökmec"
e) Cızlağlı ekemek
f) Hinne
g) Mada, moda ekmeği
h) Lavaşa
ı) Yuha(yufka)ekmeği
i) Nazkanan
j) Sammun
k) Bazar ekmeği (Abdulkadiroğlu 1992)

Sirken Ekmeği: Koyu yeşil renkteki sirken otu, ıspanak gibi hazırlanıp yumurta ile kavrulur ve ekmek içi olarak kullanılır ki sirken ekmeği derler.(Zehirli bir ot olan sirken sadece belli bir dönem yenmeye müsaittir.)

2.1.4. EKMEK YEMEKLERİ:

Ekmeklerden yemek yapma fikri bayatlayan ekmekleri değerlendirmek amacıyla ortaya çıkmış gibi görünmekte ise de zaman içinde özellikle aranılan/yapılan yiyecekler oluşmuştur. Çorba yapılmış sulu sıcak, içilmiş; yemek olmuş öğünleri süslemiştir. Tatlı olarak bile masaya gelmiştir. Bazen de şekline bakıp 'yemek' demesek de farklı sunumlarıyla öğün geçiştirmişizdir. Hammaddelerine yapıldığı yöreye has özellikler eklenmiştir. Yer değişmiş, el değişmiş, ad değişmiş ama pek çok farklı tadın özü aynı kalmıştır. Köfte çeşitlerinin yapımında, pizza altlıkları hazırlamada, krep hamuru oluşturmada ve çeşitli tatlılarda kullanılmıştır. Bazen ana malzeme olmuş bazen de yardımcı kalmıştır. Bilinen tariflere, yetenekli kişilerin farklı malzemeler ekleyerek çeşitlendirmesiyle yeni lezzetler oluşmuştur.

Böylesi bir kullanım alanına sahip ekmek için burada tarifler vermek yetmeyecektir. Komşu teyzeler ve arkadaşlardan alınan tarifler olduğu gibi internet ortamında da sayısız tarife ulaşmak mümkündür. Zaten amacımız ekmekle ilgili bütün yemek tariflerini vermek değildir. Ülkemiz genelinde yapılan uygulamaları farklı ve benzer yönleriyle örneklemek niyetindeyiz. Bu nedenle benzer uygulamalar alt alta verilmiş veya isimleri sayılarak geçilmiştir. İşte bazı örnekler:

2.1.4.1. Ekmek Çorbası: 150 gr ekmek içi, 200 gr süzme yoğurt, 10 su bardağı et suyu, 1 çay kaşığı kırmızıbiber, 1 çorba kaşığı tereyağı, 1/2 tatlı kaşığı tuz.

Yapılışı: Elde ufalanan ekmek içi akşamdan yoğurt ile bir kapta iyice karıştırılır. Ertesi gün yeniden iyice karıştırılır. Bir tencerede et suyu kaynatılır. Yoğurtlu ekmek içi, karıştırılarak et suyuna yedirilir. Tuzu da

ekledikten sonra hafif ateşte 5 dakika daha kaynatılıp ocaktan alınır. Bir tavada kızdırılan tereyağına kırmızıbiber katılarak karıştırılır. Sonra çorbaya ilâve edilir.

Ekmeklerden yemek yapmak dendiğinde akla ilk olarak tirit gelir. Tirit denilince de etli tiritler düşünülür. Oysa bizim kültürümüzde ekmekten/yufkadan yapılan tatlılar da önemli bir yer tutar. Tiritler bayat ekmek üzerine sıcak et suları veya şerbetler dökülerek hazırlanan yiyeceklerdir.

Mutfak ve yemek yazarı Sayın Gökçen Adar'ın bir yemek grubu ile ilgili verdiği bilgilerde bunlar şöyle açıklanmıştır:

Tiritler bayat ekmekleri değerlendirmek için yapılan yemeklerdir. Ama bu olguyu sadece fakir aşı olarak ele almamak gerekir. Şenlik yemeklerinde misafir ağırlamakta özellikle yapılan tiritler de vardır. Bu tür özel tiritler etli pideli yapılırlar. Hangi cins hayvan eti kullanılacaksa tirit adını o hayvanın adından alır. Örneğin kaz tiridi, hindi tiridi, kuzu tiridi vs. Bu tür tiritler ziyafet yemeği sayılır ve de kökenleri eskilere dayanır. Tiritler bugün unutulmuş tipik Anadolu yemeğidir. Muğla'nın ünlü sulu kebabı Konya'nın ıslama köftesi tirit gurubunda yer alır.

… 'Anadolu mutfağında tiritler diye başlık vardır. Tiritler de etli tiritler, sebzeli tiritler, meyveli tiritler olmak üzere üç gurupta toplanabilir. Etli sebzeli tiritler yemek yerine, meyveli tiritler tatlı yerine geçer. Bir zamanlar tiritlerin Anadolu beslenme kültüründe çok önemli yeri vardı. Tiritler bayat ekmekleri pideleri, yufkaları değerlendirmek için yapılan yemekler ve tatlılardır. Öyle ki; "Bedava mı sandın para verdim aldım; Tiridine tiridine suyuna da bandım" diye türkülere bile geçmiştir.'

Tiritlerin yapımı farklı olmakla beraber genel anlamda aynıdır. Genellikle bayat ekmekler dilimlenip et suları ile kabartılır. Lezzet verici olarak didiklenmiş et parçacıkları ve soslar kullanılarak servis edilir. Aşağıda farklı tirit örnekleri verilmiştir;

2.1.4.2. Tirit: Bayat ekmek dilimleri bir kaba yerleştirilir. Kıyılmış soğan tuz ile öldürülüp ekmek dilimleri üzerine döşenir. Sonra üzerine haşlanmış kemikli etin suyu bolca dökülür. Dileyen, kıyılı maydanoz veya sumak serpebilir.

Ekmek Süpürgesi (Ankara dolaylarından bir tirit çeşidi)**:** Bayat ekmek dilimlenip bir tepsiye yerleştirilir. Bir tencerede su kaynatılıp ekmek dilimlerinin üzerinde gezdirilir. Ardından sarımsaklı yoğurt dökülür. Bir tavada yağ ile kavrulan salça ve kırmızı pul biber karışımı gezdirilir.

Kuru Börülceli Tirit –Halalca- (Balıkesir): Kuru börülce haşlanır. Bir tencerede soğan kavrulur. İçine doğranmış domates, yeşil taze biber, salça ilave edilir. Haşlanmış börülce eklenip karıştırılır. Üstüne su eklenir. Su miktarı ekmeğe göre ayarlanır. Kurutulmuş, fırınlanmış ekmekler tepsiye yerleştirilir. Üzerine börülceli karışım sıcak olarak dökülür. Üzerine limon sıkılır. Maydanozla süslenerek sıcak servis yapılır. (Akkaya Ergün, 2010, Balıkesir)

Etli Tirit –Düğün Tiridi - (Balıkesir): Özel tirit ekmeği alınır, geceden doğranır. Tirit tavalarına doldurulur. Kazanlarda kemikli dana eti ve koyun eti pişirilir. Geceden didiklenmek suretiyle hazırlanır. Sabahleyin bir kazanda salça içine tereyağı konur yağ eriyene kadar ısıtılır. İçine pişirilen etlerin suyundan kepçe ile ilave ederek yavaş yavaş kaynatılır. Didiklenmiş etler bu salçalı suyun içine boşaltılır ve servis zamanına kadar suyun içinde yumuşak ve sıcak kalması sağlanır. Yemekler servise çıkmadan 15 dakika kadar önce ekmeklerin üzerine salçalı et suyundan az miktarda gezdirilir. Bu ekmeklerin kabarmasını sağlar. (Çok dökülürse veya lokanta usulü salçalı suya atılıp çıkarılırsa ekmekler çok su çeker fazla yumuşak olur.) Tam servise çıkacağı sıra etler sıcak olarak ekmeklerin üzerine serilir. Üstlerine et suyu boca edilir. Bol miktarda maydanoz serpilir ve hemen servise verilir. **(**Aşçı Recep Aşeri'den Nurten Batur Sayan tarafından derlenmiştir.)

Etli Tirit (Manisa Kula): Bayat köy ekmeği kibrit kutusu kadar ince ince dilimlenip tepsiye iki üç kat dizilir. Kemikli et, tane karabiber, bir baş soğan ile beraber bol suda kaynatılır. Suyu süzülüp etler kemikten sıyrılır. Ayrılan etler ekmeklerin üzerine konur. Geride kalan süzülmüş suya biraz tuz atılıp tekrar kaynatılır. Sıcak olarak ekmeklerin üzerine dökülür. Tepsinin üzeri kapatılır ve demlenmesi beklenir. 1–2 dakika dinlendirilip demlenince servis yapılır (Yiğit, 2010, Balıkesir).

Dursunbey Tiridi: Özel hazırlanmış kuru yufkadan yapılan tirittir. Kuru yufkalar tepsiye yayılır. Üzerlerine tavuk suyu dökülür. Didiklenmiş tavuk ve nohut eklenerek servise hazırlanır. Yufkaların dağılmaması için çok bekletmemek hemen servis yapmak gereklidir. (Ergüven **(**Mega Yıldız Lokantası sahibi-Aşçı), 2010, Balıkesir)

Sarımsaklı Ekmek (Tiridi): Bayat ekmek dilimleri fırında kıtırlaştırılır. 2–3 diş sarımsak dövülüp tereyağında 1–2 çevrilir. Bolca toz kırmızıbiber, bir fiske tuz ve 1 kahve fincanı su eklenip hemen ateşten alınır. Ekmek dilimleri üzerinde gezdirilir.

2.1.4.3.Ekmek Aşı /Papara: Doğranmış ekmekler tereyağında hafifçe çevrilir. Kıyma bol soğan ile kavrulur, maydanoz ve sarımsak dişleri eklenir. Biraz çevrilir. Bakır tencere içine (tiritlik özel sahan tercih edilir) ekmekler sıralanır. Üzerine kıymalı harç dökülür. Biraz su eklenir ve mangal ya da kor ateşinde pişirilir.

Papara 2: Bayat ekmekler, çukur bir kaba kuşbaşı doğranır. Halka halka doğranmış soğan, tereyağı veya zeytinyağında kavrulur. Ardından tuz ve su eklenip kaynatılır. Üzerine tulum peyniri dökülür. Bir süre ılımaya bırakıldıktan sonra çukur kaptaki ekmeklerin üzerine dökülür.

Ekmek Aşı 3: Kurutulmuş köy ekmekleri suda 3-4 dakika ıslatılır. Tavada yağda ince doğranmış soğan pembeleşene kadar kavrulur. Islatılmış ekmekler iyice sıkılır. Kavrulmuş soğanın üzerine sıkılmış ekmekler ovalanır. İyice karıştırılır. 2-3 dakika karıştırılır. 3 tane yumurta kırılır, tuz ekilir. Yumurtalar pişinceye kadar karıştırılır. Ayran, hoşaf veya şerbetle servis yapılır. (Kadriye Kahraman tarafından Ciciebe Kahraman'dan (yaş 95) 2010 Yunus Emre Köyü/KULA MANİSA'da derlenmiştir.)

Ekmek Aşı 4 (Tokat mutfağı): Yağ eritilir; soğan kavrulur; kıyma ilave edilir. İnce doğranmış biber ve domates eklenir. Salça ve üstünü biraz geçecek kadar su konur. Pirinç ve tuz katılır. Pişince içine yumurta kırılır. Karıştırılarak pişirilmeye devam edilir. Bayat ekmekler küp küp doğranır. Servis tabağına alınır. Pişen yemekten kepçe ile üzerine dökülür. Sarımsaklı yoğurt da dökülür.

2.1.4.5.Fukara Paçası(Ekmek yemeği): İki adet bayat tandır ekmeği, bir kaşık yağ, yarım kaşık biber salçası, beş diş sarımsak, bir kaşık nar ekşisi, iki kaşık un, karabiber, pul biber, tuz.

Yapılışı: Ekmek küçük kareler halinde doğranır. Tencerede yağ ile un kavrulduktan sonra salça ilave edilir, daha sonra su konur. Su kaynamaya başlayınca içine, doğranmış ekmekler atılır. Baharat dökülmüş sarımsak, nar ekşisi ve tuz ilave edilir. Beş – on dakika pişirildikten sonra servis yapılır. (Şimşek 2002:453-476)

2.1.4.6.Kalacuş: Bayat ekmek, küpler halinde kesilerek derin bir kaba konulur. Kıyılmış soğan, tavada kızdırılmış margarin ile pembeleşinceye kadar kavrulur. Çalkalanarak ayran kıvamına getirilen yoğurt ve su, yağ ve soğanın bulunduğu tavaya eklenir. Birkaç dakika kaynatıldıktan sonra, oluşan karışım derin kapta bulunan doğranmış bayat ekmeklerin üzerine dökülür. Kabın kapağı kapatılır. Bir süre ateşin üzerinde tutulduktan sonra hemen sofraya getirilir.

Kalacuş 2: Bayat ekmeklerin içi -istenirse kabuğu ile birlikte- ufalanır; bir kapta eritilen tereyağına dökülerek kavrulur. Sonra üzerine bir yumurta kırılıp ekmek ufakları ile alt üst edilir. Ardından 1 bardak süt dökülüp yeniden karıştırılır. Çok hafif ateşte süt çekilinceye kadar bekletilir. Süt çekilince ateşten alınır; üzerine bir bez konularak demlendirilir. Ilınınca yenilir.

2.1.4.7.Ekmek Kavurması: Bayat ekmek lokmalar halinde doğranır. Tencerede kızartılmış yağ ile kavrulur. Ekmekler kavrulurken, üzerine 1 çay bardağı soğuk su, serpilir. İyice karıştırıldıktan sonra tencerenin kapağı kapatılıp 5 dakika pişirilir.

2.1.4.8.Ekmek Karıştırması: Ekmek makarnası veya ekmek karıştırması da denilen yemekler vardır. Bayat ekmek lokmalar halinde doğranır. Makarna yapar gibi kaynayan et suyuna atılır. Yumuşayınca hemen çıkartılır. Üzerine kırmızıbiberli kızgın tereyağı gezdirilir. Sarımsaklı yoğurtla servis yapılır. Bazı yerlerde ise tereyağı ile az salça çevrilir. İçine yumurta kırılır. Pişirilip doğranmış ekmeklerin üzerine dökülür. Kısık ateşte biraz pişirilir. *(*Kaynak kişi: Gökçen Adar 2010 Balıkesir)

2.1.4.9.Yalancı Paça: Küçük küpler şeklinde doğranan soğan, tencerede, 1 yemek kaşığı tereyağı ile kavrularak pembeleştirilir. Üzerine salça ilâve edilerek eritilir. Dövülmüş 2 diş sarımsak, 1 limonun suyu, tuz,

kırmızı toz biber ve et suyu katılır. Bayat ekmek küp şeklinde doğranarak tereyağında kavrulur. Kıtırlaşınca, çorba kâsesine doldurulan çorbanın üzerine dökülür.

2.1.4.10.Islama Köfte: Adapazarı yöresinde ıslama köfte olarak bilinen yemek aslında ekmeklerin ıslanması esasına dayalı bir yemektir. İlk defa duyanlar farklı bir köfte çeşidi olduğunu düşünülmektedir. Ancak burada köfte bildiğiniz ızgara köftedir. Burada ıslama suyu denilen bir sos hazırlanmaktadır. Kemik suyu içine biraz sıvı yağ ve renk biberi katılarak kaynatılan bu suya bayat ekmekler batırılıp çıkartılır. Sonra köftelerin pişirildiği ızgarada ıslatılmış ekmekler de pişirilir. Tabağa alınan ekmeklerin üzerine ızgarada pişirilmiş köfteler konulup domates ve biber ile servis yapılır.

2.1.4.11.Yumurtalı Ekmek Kızartmaları: Bayat ekmek kullanılarak yapılan bir başka çeşit de yumurtalı ekmeklerdir. Benzer teknikler kullanılmasına rağmen yörelere göre farklı isimler alırlar. Çankırı'da çullama ekmeği, Kastamonu'da dilim kayganası, Balıkesir'de ekmek balığı gibi. Genel olarak tüm Türkiye'de yumurtalı ekmek olarak bilinir. Bu ekmek yapılırken ekmeklerin daha yumuşak olması için yumurtaya süt veya taze yoğurt katıldığı da görülmektedir.

Ekmek Balığı (Balıkesir): Bir kap içinde yumurta çırpılır, içine birazcık un konur. Su veya süt ile çoğaltılır. Ekmekler içine batırılıp hemen çıkarılır ve kızgın yağ içine atılarak kızartılır. Bayat ekmek çok ise kızaran ekmeklerin bir kısmı şuruba atılır ve tatlısı yapılır. (Batur(aşçı yardımcısı), 2010, Balıkesir)

Dilim Kayganası: 2–3 yumurta çırpılıp 1 kahve fincanı süt veya su ile karıştırılır. Bayat ekmek dilimleri arkalı önlü bu karışıma bulanıp kızgın sıvı yağda kızartılır.

Çarşı Ekmeği Kızartması: "Çarşı ekmeği" çarşıdaki fırınlardan alınan birinci hamur (francala) ve ikinci hamur (harcı) ekmeklere denir. Bu ekmek dilim dilim kesilir ve üzerine yumurtalı unla hazırlanan bulamaç dökülerek dönme tavasında, yağda kızartılır. Sıcak olarak yenilir. Çocuk dilinde buna, ekmeğin üzerindeki simitten (gaga) dolayı "gagali moma kızartması" denir. (Koz 2002)

2.1.4.12.Yolcu Pizzası/Kanepe: Asıl amaç evdeki bayat ekmekleri ve az kalmış malzemeyi kullanmaktır. Yapanın yaratıcılığına göre her türlü malzeme ile değişik çeşitler yapılabilir.

Yazın olgun domatesler kışın salça ile yapılır. Küçük küpler halinde domates doğranır. Yeşilbiberler ince kıyılır. Tereyağı veya margarin koyulur. (İstenirse sıvı yağ kullanılabilir.) Bir yumurta kırılarak malzemenin karışması sağlanır. İçine peynir kırıkları, lor, çökelek, katı yoğurt veya hepsinin karışımı da konulabilir. Sucuk, salam, sosis gibi et ürünleri de küçük küpler halinde karıştırılabilir. Eldeki malzemeye göre karışık veya tek çeşit hazırlanabilir. İçine konulan malzeme özelliğine göre tuz ve biberi ayarlanır. Ekmek dilimleri bir tepsiye dizilir. Hazırlanmış olan harç kaşıkla ekmeklerin üzerine yayılır. Ekmekler bayatsa özellikle domatesin sulu kısımlarıyla ıslatılması iyi olur. Tüm ekmek dilimleri harçla kaplanınca fırında üzerleri kızarana kadar pişirilir.

2.1.4.13. Atıştırmalıklar: Adına yemek denmesi uygun olmasa da öğün atlatmaya yardımcı olan yiyeceklerimiz de vardır. Atıştırmalık diyebileceğimiz bu çeşitler de ekmek/yufka ürünü olduğu için burada örneklenmiştir. Bu yiyecekler; dürüm, sokum, ter ekmeği, sıkma, bükme vb. şeklinde yöresel adlarla tüketilirler. İçine peynir, et, soğan, biber, yumurta, ceviz veya reçel, bal vb. tatlılar konularak hazırlanır.

Kavrulmuş kıyma, ıspanak veya pazı ile maydanozun karışımıyla yufka dürümleri Safranbolu mutfağının da gözde yiyeceklerindendir.

Serpe Yağlaması: Kastamonu ağzında yufkaya serme ekmek denir. Baklava ile börek yufkalarından daha kalıncadır. Sermeler saçtan inince üst üste konarak araları tereyağı (tercihan o sabah yayıktan çıkmış taze yağ) ile yağlanır. Varsa kıyılmış ceviz de serperler. 20–25 serme üst üste bu şekilde dizildikten sonra müselles (üçgenler) şeklinde kesilerek yenir. Eskiden sahur için yapılırdı. (IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri, 1992)

Katmer: Mayalı veya mayasız hamurdan açılan yufkaların içine haşhaş ezmesi, sürtme(susam ezmesi), tahin gibi malzeme konularak yapılan ve sac üzerinde pişirilen üründür. Tatlı olarak hazırlanan şeklinde içine kaymak ve yeşil fıstık, toz şeker birlikte konularak hazırlanır.

2.1.4. EKMEK TATLILARI

Genellikle bayat ekmekler kullanılarak yapılan tatlılardır. Şuruplar, meyveler ve dondurmalar kullanılarak çeşitlenmiştir. Bazen dilimler halinde bazen de ovalanmış şekliyle kullanılır. Ekmekle yapılan bazı tatlı tarifleri aşağıda gösterilmiştir:

2.1.4.1. Tutmaç: 3 su bardağı toz şeker, aynı miktarda su ve yarım limon suyu karıştırılıp kaynatılır. Elde edilen şurup soğumaya bırakılır. Bayat ekmek küp küp doğranır. Zeytinyağı, tavada yakılmadan kızdırılır. Doğranmış ekmekler, çırpılmış yumurtaya bulanarak, kızgın yağda peyderpey kızartılır. Kızaran ekmekler şuruba atılır. Bir yandan kızartma işlemi sürdürülürken, öte yandan şurubu çeken ekmekler servis tabağına çıkartılır. Kızartma işlemi bitince, servis tabağına çıkarılmış ekmekler üzerine tarçın, susam, badem, ceviz, fındık, gül suyu serpilir. Hafifçe karıştırılır. İstenirse kalan şurup da ekmeklerin üzerine gezdirilir.

2.1.4.2. Bayat Ekmek Tatlısı: Bayat ekmekler ince ince dilimlenip fırında kıtırlaştırılır. 1 ekmek için 2su bardağı toz şeker ile 2 su bardağı su kaynatılır. ¼ limonun suyu eklenir. Elde edilen şerbet, soğutulduktan sonra ekmek dilimlerinin üzerinde gezdirilir. Mevsim meyveleri ekmek dilimlerinin üzerine dizilir.

Not: Reçel sulandırılarak kıtırlaştırılan bayat ekmek dilimlerinin üzerinde gezdirmek sureti ile de tatlı yapılabilir. Bunu krem şanti ile süslemek de mümkündür.

2.1.4.3. Sütlü Bayat Ekmek Tatlısı: 1,5 bayat ekmeğin içi derin bir kaba ufalanır. Üzerine 1,5 su bardağı süt gezdirip karıştırılır. Yarım saat bekletildikten sonra ekmek içleri el ile sıkılıp süt süzülür. Buna eritilmiş 3 çorba kaşığı margarin, 3yumurta ve 1 çorba kaşığı toz şeker eklenip karıştırılır. Yüksek kenarlı bir tepsi yağlanır. Hazırlanan karışım tepsiye 1,5cm. kalınlığında olacak şekilde dökülür. 180 derecede ısıtılmış fırında 40 dakika pişirilir. Şişip kabaracak olursa, bıçak ile birkaç yerinden delinir.

Tatlı fırında pişerken, bir tencerede 1 su bardağı toz şeker, aynı miktarda su ve 1 tatlı kaşığı limon suyu kaynatılır. Fırından çıkarılan tepsi üzerine gezdirilerek dökülür. Tatlı soğuyunca baklava şeklinde dilimlenir. Hindistan cevizi veya iri kıyılmış ceviz ile süslenerek servise çıkarılır.

2.1.4.4. Ekmek Helvası: Bir tencerede 3 su bardağı dolduracak kadar ufalanmış ekmek içi, yarım su bardağı erimiş margarin veya tereyağında sürekli karıştırılarak, hafif bir esmerlik alana kadar kavrulur. Ayrı bir tencerede 1 su bardağı toz şeker ve 1,5 su bardağı süt kaynatılıp ılıtılır. Vanilya eklenir. Ilık süt şerbeti, ekmekli malzemeye katılır. Tencere kapağı kapalı olarak 15 dakika beklenir. Tane tane olan helva, servis tabağına alınıp çekilmiş Antep fıstığı ile süslenir.

2.1.4.4. Vişneli Ekmek Tatlısı: Bayat ekmekten 2 cm. kalınlığında dilimler kesilir. Kabuklar düzgünce kesilerek çıkarılır. Daha sonra dilimler ortadan kesilerek iki parçaya ayrılır; fırın tepsisine dizilir. Orta ısıda hafif pembeleşinceye kadar kızartılır.

1 kg. toz şeker, 5 su bardağı su, bir tencerede kaynatılıp şurup yapılır. Çekirdekleri çıkarılmış 1kg. vişne, şuruba katılır; 1-2 taşım kaynatılır. Vişne taneleri bir tabağa alınır. Ateşten alınan vişne şurubu, soğumadan, kızartılmış ekmek dilimlerinin üzerine kepçe ile gezdirilir. Sonra tepsi ağır ateşte tutularak, içindeki şurup, koyulaşana kadar kaynatılır. Ara sıra tepsi hafifçe sallanarak, ekmeklerin dibe yapışmaması ve şurubu iyice içmesi sağlanır. Şurup koyulaşınca, tepsi ateşten alınıp soğutulur. Ekmek dilimleri tabaklara yerleştirilir. Üzerine krema veya kaymak koyulur. Bunun üzerine de vişne taneleri yerleştirilir.

2.1.4.5. Ekmekli Krep: 4 dilim bayat ekmek ufalanır; üzerine 1,5 su bardağı süt dökülerek ıslatılır. 4 yumurta, 2,5 çay bardağı un ve 4 çorba kaşığı bal, ufalanmış sütlü ekmeğe eklenip iyice karıştırılır. Fındık büyüklüğünde tereyağı tavada kızdırılır. Hazırlanan karışımdan bir miktar tavaya dökülür. Tava sallanarak hamurun yayılması sağlanır. Krepin her iki tarafı da pişirilir. Hamur bitinceye kadar aynı işlem tekrarlanır.

Not: Kreplerin üzerine fıstık ezmesi de sürülebilir. Ekmekli krep, komposto ile birlikte iyi gider.

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynaklar

Abdulkadiroğlu, A. (1992). Kastamonu mutfağı (dünü bugünü). *IV. Milletlerarası Türk halk kültürü kongresi bildiriler. V. Cilt Maddi Kültür.* Ankara: KB HAGEM Yay.

Arlı, M., Işık, N. (1994). Türk mutfağındaki geleneksel ekmek çeşitleri**.** *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayını.

Arlı, M. (1982). Türk mutfağına genel bir bakış. *Türk mutfağı sempozyumu bildiriler kitabı*. s.19-33. Ankara: AÜ Basımevi.

Barı, N. (1982). Türkiye'de ekmek türleri, tüketim durumları ve bu ekmeklerin besin değerleri. *Geleneksel Türk yemekleri ve beslenme*. (Haz: F. Halıcı). s. 214- 226. Konya: Konya Turizm Derneği Yayınları.

IV. Milletlerarası Türk halk kültürü kongresi bildirileri. (1992). Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Eröz, M. (1983). *Millî kültürümüz ve meselelerimiz*. İstanbul: Doğuş Yayım Dağıtım.

Geçmişten günümüze vezirköprü. (2008). TC Vezirköprü Kaymakamlığı Yayını.

Halıcı, Nevin. (1981). *Ege bölgesi yemekleri*. Ankara: Güven Matbaası.

İnaltong, T. (2002). *Mevsimlerle gelen lezzetler*. İstanbul: Oğlak Yayıncılık.

Kahraman, K. (1995). *Divan-ü lügat-it türk'te geçen yiyecek ve içecekler, deyimler, mutfakta kullanılan araç gereçler*. Selçuk Üniversitesi Yayımlanmamış Lisans Tezi. Konya.

Koz, M. S. (2002). *Yemek kitabı. Tarih-halk bilimi-edebiyat*. İstanbul: Kitabevi Yayınları.

Oğuz, B. (1976). *Türkiye halkının kültür kökenleri 1*. İstanbul: İstanbul Matbaası.

Ongan, H. (1958). Niğde'de ekmek ve kış ekmeği faaliyetleri. *Türk Etnografya Dergisi.*

Ögel, B. (1985). *Türk kültür tarihine giriş IV*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları.

Şahin, M. A. (2003). *İçinde kiler Tokat bölge mutfağı*. Ankara.

Şimşek, E. (2002). Kadirli (Osmaniye) mutfağı ve mahalli yemekler. *Yemek kitabı / Tarih-halkbilimi-edebiyat*. (hzl. M. S. Koz). İstanbul: Kitabevi Yay.

Taşlı, M. (1999). *Fırıncılık*. Balıkesir: ÇEM Yayınları.

Tekeli, T. (1970). *Türkiye'de köy ekmekleri ve tekniği*. Ankara: Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları.

Turgay, Oğuz. (1977). Niğde'de düğün, buğday dövme ve ekmek yapma. *Türk Folklor Araştırmaları*. XVII, 337, 8069.

Üçer, M. (1992). Sivas halk mutfağı. *Sivas'ta halk kültürü araştırmaları*. Sivas.

Ünsal, A. (2011). *Nimet geldi ekine Türkiye'nin ekmekleri öyküsü*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Yücecan, S. (1992). Türklerde beslenme kültürü. *IV. Milletlerarası yemek kongresi*. (Haz: F. Halıcı). Konya: Kültür ve Turizm Vakfı Yayını.

Zeytinyağlı ege yemekleri. (2010). Balıkesir: Pelitköy Belediyesi Yayınları.

http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/modul_pdf/541GI0048.pdf

http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/modul_pdf/541GI0049.pdf

http://www.ekmeksanati.com/documents/sanat_ekmef0i__artisan__nedir_.html

http://www.iyilikguzellik.com/artikel.php?artikel_id=140

http://lezzetler.com/ekmek-yemekleri.html

Sözlü Kaynaklar

Adar Gökçen Mutfak ve yemek kitabı yazarı (kaybolantatlar@yahoogroups.com ortak maillerden)

Akyol Gönül, Gıda Tek. Öğrt.

Aladağ Elif, Bitlis, Gıda Tek. Öğrt.

Batur Basri, Aşçı -Balıkesir -Akçay

Batur Makbule, Aşçı -Balıkesir -Akçay

Çakıcı Ercan, Karesi Ekmek Fırını Sahibi Balıkesir

Dayıcan Gülay Akbaş Köyü Muhtarı, Balıkesir

Ergün Fatma Akkaya, KML Yiyecek Hazırlama Böl. Şefi

Ergüven Sinan, Mega Yıldız Lokantası sahibi-Aşçı Balıkesir

Galip Sayan, Değirmenci Balıkesir -Korucu

Ümmühan Sayan, Değirmenci Balıkesir -Korucu

Göktaş Ayten, Balıkesir- Dursunbey

Kahraman Kadirye, İMKB Gıda Tek. Böl. Şefi Balıkesir

Karataş Sevgi Balıkesir -Dursunbey

Kaya Ülker Gıda Tek. Öğrt.

Köksal Rıfat Biyolog

Yiğit Fadime, Manisa-Kula.

GIDA HİJYENİ VE ÖNEMİ

Göksel Kemal GİRGİN

Yiyecek-içecek üretilen yerlerde gıda hijyeni ve güvenliği, diğer bir deyişle yiyecek ve içeceklerin, belirlenmiş sağlık standartlarına göre hazırlanması, tüketicilerin sağlığı ve memnuniyeti açısından oldukça önemlidir. Mutfaklarda gıda hijyeni ve güvenliğine gereken önemin verilmemesi tüketicilerin sağlığı açısından tehdit unsuru oluşturmaktadır. Bu nedenle gıda hijyeni ve güvenliği, yemeklerin lezzetinden daha öncelikli bir konudur. Yapılan bu çalışmada, gıda hijyeni ve önemi hakkında bilgilerle birlikte, gıda güvenliğini tehdit eden ve dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında önemli bilgilere yer verilmiştir.

1. GIDA HİJYENİNİN TANIMI VE ÖNEMİ

Sağlık, insanın sahip olabileceği en büyük hazinedir. Sağlığın korunması ve sağlıklı bir yaşam sürdürülmesi yalnızca insanların kendi insiyatifleri doğrultusunda gelişen bir olgu değildir. Bütün insanların sağlıkla ilgili konularda azami hassasiyet göstermeleri gerekmektedir. Yiyecek ve içecek üretiminde ve sunumunda görev alan bütün iş görenler, bu özeni daha fazla göstermek zorundadırlar. Çünkü direkt olarak kendi ve hizmet sundukları konuklarının sağlıklarından, birinci derecede sorumludurlar (Gökdemir 2005:51).

Yiyecek üretiminde, yemeklerin sadece güzel görünümlü ve lezzetli olmaları yeterli olmamaktadır. Üretimi ilgilendiren diğer önemli bir konu da hijyen konusudur. Bu nedenle yiyecek üretim yerlerinde, hijyenik ve güvenli yiyeceklerin üretilebilmesine imkân sağlayacak düzenlemelere ve sağlık kurallarına uygun temizlik faaliyetlerinin yürütülmesine özen gösterilmelidir.

Gıda hijyenini tanımlamadan önce konunun anlaşılabilmesi için hijyen ve sanitasyon kavramlarının tanımlanmasında fayda görülmektedir.

Hijyen kelimesi, eski Yunancada sağlık tanrıçası olan "Hygiela" ve sağlığa yararlı anlamına gelen "Hygieinas" kelimelerinden türetilmiştir. Hijyen, vücudu sağlam tutmak ve hastalıklardan korumak için uygulanması gereken önlemlerin tümü ve bunlardan söz eden hekimlik kolu olarak tanımlanmaktadır. Başka bir tanımda hijyen; sağlıklı ortamın korunması ve her türlü hastalık etmeninden arındırılması bilgisidir (Türkmen 2004:3). Diğer bir tanımda ise hijyen; sağlıklı ve kusursuz gıda üretimini sağlamak amacıyla gıdaların; üretim, işleme, depolama ve dağıtımları sırasında gerekli kurallara uyulması ile gerekli önlemlerin alınması olarak açıklanmıştır (Denizer 2005: 203).

Temiz ve hijyen aynı kavram değildir. Temiz, herhangi bir ortamın görülebilir toz ya da kir gibi maddelerden arınmış olduğunu tanımlarken; hijyen, aynı ortamın sağlığa zarar verecek mikroorganizmalardan arınmış olması demektir (Sökmen 2006:57). Hijyen, sağlığı koruma bilgisi ve hekimlik koludur. Vücudu sağlam ve sağlıklı tutmak, hastalıklara karşı korumak amacıyla doğrudan doğruya hem vücuda hem de çevreye uygulanması gereken çalışmaların ve alınması gereken tedbirlerin tümünü ifade eder. Bu uygulamaları yaparken veya tedbirleri alırken hem insan sağlığını hem de çevre sağlığını tehlikeye sokan gözle görülmeyen mikroorganizmaların çoğalmasını ve zararlarını engellemek esastır (Dölkeleş, http://www.chefaliriza.com).

Hijyen ile yakından ilişkili bir diğer kavram ise sanitasyondur. Sanitasyon, insan sağlığını tehdit eden mikroorganizmaların, bulundukları ortamdan olabildiğince uzaklaştırılmasıdır. Sanitasyon kelimesinin tam karşılığı "sağlık" olarak verilmektedir. Gıda endüstrisindeki uygulamaları itibariyle sanitasyon; hijyenik ve sağlıklı koşulların oluşturulması ve korunması çerçevesinde alınan tüm önlemler olarak ifade edilmektedir (Yasan 2007:31). Başka bir tanımda ise sanitasyon, araç ve gereç üzerinde bulunan sağlığa zararlı mikroorganizmaların, güvenli olarak kabul edilen bir düzeye düşürülmesini sağlamak üzere gereken ısı ya da kimyasal madde kullanılmasını gerektiren süreç olarak tanımlanmıştır (Gökdemir 2005:51; Denizer 2005:203).

Yiyeceklerin, üretim aşamasından başlayarak tüketim aşamasına kadar olan bütün süreçlerde temiz ve hijyenik olması, müşterilerin gıda güvenlik kurallarına uygun yiyecek ve içecekleri tüketebilmeleri için

temel koşuldur. Eğer yiyecek üretim yerlerinde hijyen ve sanitasyona gereken önem verilmez ise doğada yaygın olarak bulunan mikroorganizmaların üremesine elverişli ortam hazırlanmış olur. Bu ortamın oluşmasıyla birlikte, mikroorganizmalar da üretimin ilk aşamasından son ürün elde edilinceye kadar her türlü kirli araç, gereç, ekipman ve üretimin yapıldığı alanların yüzeylerinden yiyeceklere kolay bir şekilde bulaşabilmektedir.

Gıda hijyeni; gıda maddelerinin güvenilir bir şekilde tüketime sunulması için gıda zincirinin safhalarında alınan önlemlerdir. Bu bağlamda herhangi bir gıdanın tüketilmesi için temiz olması ve tümüyle hastalık yapan etmenlerden arınmış olması gerekir. Herhangi bir önlem alınmadığı taktirde çevrede mevcut olan mikroplarla gıdalar kirlenebilir ve bu kirli gıdaların tüketilmesi insanların hastalanmasına neden olabilir.

Güvenilir gıda; temiz, bozulmamış ve içinde sağlığa zararlı maddeler içermeyen gıda demektir. Gıdaların çeşitli nedenlerle kirlenmesi, gıda güvenliğini riske atmakta ve böylece gıdaların sağlığı bozucu hale gelmesine neden olmaktadır. Yiyecek güvenliği, sadece yiyeceklerin mikroorganizmalar nedeniyle bozulmasını ya da çürümesini önleyerek değil aynı zamanda yiyeceklerin fiziksel veya kimyasal nedenlerle de insan sağlığını tehdit eder duruma gelmelerinin önüne geçerek sağlanmaktadır.

Yiyecek-içecek işletmelerinde gıda güvenliğinin amacı dört başlıkta toplanabilir (Denizer 2005:204):

1. Yemek yiyen insanların sağlığını korumak,
2. Çalışanların sağlığını korumak,
3. Sağlık denetimlerinde sorun çıkmamasını sağlamak,
4. İşletmenin temizlik imajına sahip olmasını sağlamaktır.

Yiyecek ve içecek işletmelerinde uygulanan sanitasyon programının temel amacı; konukların sağlığının güvence altına alınmasıdır. Yemeklerin hazırlanmasından başlayarak, servisine kadar olan bütün aşamalarda ve kullanılan yöntemlerde, besinlerin, hastalık bulaştırıcı ve enfeksiyonlara yol açan birçok etkene karşı yeteri kadar korunması gerekmektedir.

2. GIDA GÜVENLİĞİ

Güvenli gıda, amaçlandığı biçimde hazırlandığında ve fiziksel, kimyasal ve mikrobiyolojik özellikleri itibariyle tüketime uygun ve besin değerini kaybetmemiş gıda maddesi olarak tanımlanabilmektedir (http://ekutup.dpt.gov.tr/gida/strateji.pdf). Gıda güvenliği de insanların fiziksel ve ekonomik olarak her zaman yeterli besin maddelerine ulaşması, sürdürülebilir tarımsal üretimin sağlanması şeklinde tanımlanabilir. Aynı zamanda gıda güvenliğini; insanların yeterli, düzenli ve besleyici gıda edinme hakkı olarak da tanımlamak mümkündür (Ortadağ 2005: 4). Geniş anlamı ile gıda güvenliği "tüm insanların her zaman aktif ve sağlıklı bir yaşam için gerekli olan besin ihtiyaçlarının ve gıda önceliklerini karşılayabilmek amacıyla yeterli, güvenli ve besleyici gıdaya fiziki ve ekonomik bakımdan erişmeleri ve bunun devamlılığını sağlayabilmeleri durumu" şeklinde tanımlamaktadır (Bölükbaşı 2006: 12). Son yıllarda gıda güvenliğinin tanımı yapılırken tanım kapsamında gıda hijyeni boyutu da dâhil edilmektedir. "tarladan sofraya" veya "çiftlikten sofraya" diye de ifade edilmeye çalışılan tanımlar, insan sağlığını gıda tüketimi ile oluşan risklerden korunarak gıdaya ulaşmaları durumu eklenerek ifade edilmektedir (Özel 2003:3).

İnsanın yaşamını sürdürmesi için gerekli olan yiyecekler bazı durumlarda sağlığa zararlı hale gelmektedir. Yiyeceklerin sağlığa zararlı hale gelmesi ise yiyeceklere bakteri, virüs, mantar gibi hastalığa neden olan mikroorganizmaların ya da kimyasal zehirlerin bulaşması ile olmaktadır (Aktaş ve Özdemir 2005:242). Mikroorganizmalar gözle görülemeyecek kadar küçük olan canlılardır. İnsanlar gibi doğar, büyür, çoğalır ve ölürler. Bu evreler mikroorganizmalarda 20 dakikadır. Uygun şartlar altında bir mikroorganizmadan 12 saat sonra 1 milyar mikroorganizma üremektedir. Şartlar uygun olmadığı takdirde ise birkaç saniye içinde ölmektedirler.

Her yıl gıda kaynaklı hastalık vakalarının ABD'de 76 milyon (2002) ve İngiltere'de de 9,4 milyon (2003) olduğu rapor edilmiştir. İngiltere ve Galler'de 1982 ile 1998 yılları arasında rapor edilen gıda kaynaklı enfeksiyon vakalarında tam altı kat artış kaydedilmiştir. Yine ABD, İngiltere ve Hollanda'da elde edilen istatistikî

verilere göre gıda kaynaklı hastalıkların %70'inden fazlası yemek veya servis hizmeti veren sektörler ile ilişkilendirilmiştir (Erkan, 2006: 12). Türkiye'de 1998 yılında 25 bin turist ile yapılan anketlere göre gıda kaynaklı ishal ve enfeksiyona yakalananların tüm turistler içindeki oranı % 4,6 olarak saptanmıştır (Taylan 2004:53).

Besinlerle mikroorganizma kaynaklı hastalıkların çoğalma nedenleri ise şunlardır (Bulduk 2006:16):

1. Hazır gıda üretimi ve tüketimindeki artışlar
2. Toplu beslenme yapılan yerlerin artması
3. Kentlerdeki nüfus yoğunluğunun plansız artması (alt yapı yetersizlikleri, plansız şehirleşme) vb.
4. Beslenme alışkanlıklarındaki değişmeler; fast-food tarzı yemek yeme (ayakta hızlı besin tüketimi
5. Turistik ve ticari amaçlı gezilerin hızla artması
6. Genel olarak insanların bağışıklık sistemlerinin zayıflaması
7. Sağlık kontrollerinin daha düzenli tutulmaması.

Tablo 1. Risk Gruplarına Göre Bazı Besinler ve Ürünler

Yüksek Riskli Besin ya da Ürünler (Bunlar, besin zehirlenmesine yol açan patojenik bakterileri daha fazla içerir, bakteri bu besinlerin gelişmesinde kolaylıkla besinde bulunur).	**Orta Riskli Besin ya da Ürünler**	**Düşük Riskli Besin ya da Ürünler**
• Yüksek proteinli ürünler (et, balık, yumurta, tahıl, süt ürünleri ya da bunların yerine geçebilen besinler, buzdolabında saklanmalıdır. • Nötr yada alkali ürünler (pH'sı 4.6 ve üstünde) hava geçirmeyecek şekilde kapatılıp sterilize edilmeli. • Bebek mamaları	• Donmuş ya da kurutulmuş balık, eti yumurta, sebze, tahıl veya süt ürünleri ihtiva eden ürünler. • Yemeye hazır sandviç ya da etler. • Yağ bazlı ürünler, çikolata, margarin gibi ya da orta yağlı besinler, salata sosları gibi.	• Asidik ürünler (pH'sı 4.6 ve altında) turşu, meyve, meyve suları ve asitli içecekler gibi. • Çiğ ve işlenmemiş sebzeler. • Yüksek şekerli ürünler, reçel ve diğerleri gibi. • Pasta ürünleri, şekerden yapılan ürünler, şekerlemeler gibi. • Yenebilen yağlar.

Kaynak: *Bulduk 2006: 44*

Gıdalar, yetiştirmeden sofraya varıncaya kadar zararlılardan güvende olmalıdır. Servis aşaması, gıdaların hazırlanmasında son adımı oluşturması dolayısıyla gıda güvenliğinin sağlanmasında son zinciri oluşturmaktadır (Erkan 2006: 12). Mutfak, yiyecek üretiminin gerçekleştirildiği alan olduğu için gıda ürünlerinin saklanması, korunması ve uygun, sağlıklı ortamlarda üretimin yapılıp sunulabilmesi için, yapı içerisinde çok önemli bir prosedüre sahip olması zorunluluktur. Üretim için mutfağa gelen ürünlerin üretim aşamasına kadar geçen zaman için, uygun koşullarda saklanması çok önemlidir (Gökdemir 2005: 56).

2.1. Satın Alma Aşamasında Hijyen

Sipariş verilen yiyecekler üretim yerine getirildiği zaman mutfak personelinden bu işle görevli bir ya da birkaç kişinin bunları teslim alması gerekir. Teslim alma işlemi son derece önemlidir. Çünkü besinlerin dayanıklılığı, kalitesi, hijyenik olma şartlarının kontrol edilmesi bu sırada gerçekleşmektedir.

Besinlerin güvenilir yerlerden ve satın alma ilkelerine uygun olarak alınması, daha işin başında hem besin güvenliği hem de ekonomik yönden yarar sağlar. Besinlerin satın alınmasında dikkat edilmesi gereken hususlar şunlardır (Bilici vd. 2006:8; Bulduk 2006: 16):

1 Yiyecekler güvenilir kaynaklardan satın alınmalı.

2 Yiyeceklerin kuruluşa getiriliş biçimi uygun olmalı, ambalaj ve paketlerin temiz ve sağlam, açılmamış, olmasına dikkat edilmeli.

3 Taze peynir yerine pastörize edilmiş sütlerden yapılmış, olgunlaşmış ve uygun süre salamura edilmiş peynirler tercih edilmeli.

4 Sokak sütü satın alınmamalı.

5 Potansiyel riskli besinler (et, balık, tavuk, süt vb.) 5°C ya da daha altında teslim alınmalı ve hemen soğutucuya nakledilmeli.

6 Etlerde, yapısının elastik olmasına, renk, koku ve görünümünün normal olmasına ve damgalı olmasına dikkat edilmeli.

7 Hazır kıyma yerine parça etten çektirilen kıyma, parça tavuk yerine bütün tavuk alma tercih edilmeli.

8 Balık alırken; kendine has kokusunun olmasına, pullarının parlak, gözlerinin berrak ve hafif kabarık, solungaçlarının kapalı ve koyu kırmızı renkte olmasına dikkat edilmeli.

9 Çatlak, kirli, kırık yumurta satın alınmamalı.

10 Dondurulmuş yiyecekler -18°C altında teslim alınmalıdır ve hemen dondurucuya konulmalıdır. Ambalajın iç kısmında buz kristallerinin olmamasına özen gösterilmeli.

11 Dondurulmuş besinler alışverişin sonunda ödeme yapmadan hemen önce alınmalı.

12 Ambalajlı besinleri satın alırken mutlaka etiket bilgileri (üretim tarihi, son kullanma tarihi, üretim izni vb.) dikkatlice okunmalı.

13 Ezik, çürük, çamurlu, böcek yeniği olan sebze ve meyveler satın alınmamalı.

14 Mevsimine uygun, turfanda olmayan sebze ve meyveler tercih edilmeli.

15 Konserve besin satın alırken, alt ve üst kapakları şişkin, kutusu hasar görmüş, kapağı gevşemiş, zedelenmiş olan kutular satın alınmamalı.

16 Tahıl ve kuru baklagillerin, küflü, böcek yenikli, kırık taneli olmamasına özen gösterilmelidir.

Satın alma aşaması mutfak açısından genel olarak incelendiğinde, misafirlere sunulan yiyeceklerin üretilebilmesi için gerekli olan yiyecek malzemeleri ve mutfak araç gereçlerini içine alan bir aşama olarak ifade edilmektedir. Yiyecek üretimi için gerekli olan yiyecek malzemeleri ve mutfak araç-gereçleri satın alınırken, bu malzemelerin maliyetlerinden ziyade, bu malzemelerin kaliteli ve sağlığa uygun olmaları da göz önünde bulundurulması gereken önemli bir konudur.

2.2. Depolama Aşamasında Hijyen

Besinlerin doğru depolanması besin güvenliği açısından çok önemlidir. Besinlerin çoğu geldikten hemen sonra servis edilmediği için tazeliğinin ve güvenilirliğinin sağlanması çok önemlidir (Subaşı 1998: 14). Uygun koşullarda depolanmayan besinler bozulur, bu durumda besin öğesi kayıpları oluşur ve besin, sağlığı bozucu hale gelebilir (Bilici vd. 2006: 9). Besinlerin depolarda düzenli ve depolama ilkelerine uygun yerleştirilmesi ile kontaminasyonun önüne geçilebilirken, sıcaklık kontrolü ile de bakterilerin üremesi engellenebilir (Aslan, 2005: 37).

Bazı önemli yiyecek ve içecek maddelerinin depolanmasında dikkat edilecek hususlar şunlardır (Gökdemir 2005: 56):

Süt ve kaymak, çok çabuk bozulabilen ürünler oldukları için, orijinal kaplarında ve sağlığa uygun ortamda muhafaza edilmelidir. Süt ve süt ürünleri 4 derecede soğutulur ve bekletilir.

Yumurtalar, buzdolabında saklanmalıdır. Buzdolabının ısısı 2-7 derece arasında olabilir.

Meyve ve sebzeler, 10 derecede saklanmalı ve kullanımdan önce bol su ile mutlaka yıkanmalıdır.

Konserve yiyecekler, soğuk, kuru ve iyi havalandırılan yerlerde muhafaza edilmelidir.

Pişirilen yemekler, oda sıcaklığında soğutulduktan sonra, buzdolabında muhafaza edilmelidir.

Çiğ et ürünleri, çabuk bozulduğu için dondurulmadan, bir günden fazla saklanması mümkün değildir.

Dondurulmuş yiyecekler, -18 derecede saklanmalıdır. Eğer çözdürülecekse 4 derecede çözdürülmelidir. Oda ısısında çözdürmek tehlikelidir. Bu amaçla mikrodalga fırınların kullanılması, oldukça yerinde bir uygulamadır.

Tablo 2. Bazı Yiyecek Maddelerinin Saklama Süreleri

Yiyecek	Saklama Süresi (Gün)
Büyük parça etler	3-5
Tavuk	2-3
Kıyma	1-2
Sosis	2-3
Pişmiş et	2-3
Çiğ balık	1-2
Kabuklu deniz ürünleri	1
Pişmiş balık	2-3
Süt ve krema	3-4
Yumurta	14
Meyve	1-14
Sebze	2-7

Kaynak: Bulduk 2006: 46.

Depolama kuralları ise şunlardır (Subaşı, 1998: 14):

1 Depoda "FİFO - ilk giren mal ilk çıkar" ilkesine uyulmalıdır.

2 Çabuk bozulan ve potansiyel suçlu besinler tehlikeli bölge diye adlandırılan 7,2 – 60°C'ler arasında tutulmamalıdır.

3 Besinler sadece depolama için düzenlenmiş alanlarda depolanmalı, tuvaletlerden ve merdiven altlarından uzak tutulmalıdır.

4 Besinler yerden ve duvardan en az 15 cm mesafede bulunmalıdır.

5 Depolama alanları kanalizasyon borularından uzakta olmalıdır.

6 Raflar pas tutmayan metalden yapılmalıdır.

7 Soğuk depolarda çiğ besinler, pişmiş besinlerle birlikte ve onların üstünde depolanmamalıdır.

8 İdeal olarak her besin (et, sebze, meyve, süt ürünleri, balık) için ayrı bir soğutucu bulunmalıdır. Eğer tek bir soğutucu kullanılıyorsa et, balık ve süt ürünleri en soğuk bölmeye konulmalıdır.

9 Sıcaklık düzenli olarak kontrol edilmelidir.

10 Sıcak besinler küçük sığ kaplara konup, ara sıra karıştırarak soğutulduktan sonra soğutuculara kaldırılmalıdır.

2.3. Hazırlama ve Pişirme Aşamasında Hijyen

Besinlerin sağlıklı koşullarda hazırlanmaması, hastalık yapan etmenlerin besinlere bulaşmasında oldukça önemlidir. Besinlerin çoğunluğu toplama, taşıma ve nakliye sırasında çeşitli etmenlerle kirlenebilmektedir (Kayayurt 2002: 34). Ayrıca yiyeceklerin hazırlanması sırasında, gıdalarla çalışan personelden, araç-gereçlerden, çevreden ve diğer gıdalardan mikrop geçişi söz konusu olabilir. Bunu önlemek için; et, balık, sebze ve meyveler, süt ürünleri ve pişmiş gıdalar "Renkli Kodlama Sistemine" göre farklı tezgâhlarda hazırlanmalıdır. Pişirilmek üzere hazırlanmış et, süt, krema ve yumurta gibi protein açısından zengin olan bu gıdalar mutfak sıcaklığında uzun süre bekletilmeden (60-75 dakikadan daha fazla) hemen pişirilmeli ya da soğutuculara kaldırılmalıdır (Denizer 2005: 215). Tüm salata malzemeleri 5° C ya da altında bekletilmelidir. Po-

tansiyel riskli besinler en kısa sürede hazırlanmalı, oda sıcaklığında fazla bekletilmemelidir. Çiğ potansiyel riskli besinlerle çalışırken kullanıldıktan sonra atılabilen eldiven kullanılmalıdır (Aslan 2005: 39).

Dondurulmuş ürün kullanımı söz konusu ise bu besinlerin uygun yöntemlerle çözdürülmesi besin hazırlamada önemli bir diğer konudur. Bilindiği gibi besinleri dondurarak saklama yönteminde bakteriler yok edilemez, ancak üremeleri engellenir. Dondurulmuş besinin çözdürülmesi sırasında ise bakteriler hızla üremeye başlar. Bu nedenle özellikle dondurulmuş potansiyel suçlu besinler oda ısısında çözdürülmemelidir. Çözdürme işlemi 10° C'nin altında veya 21,1°C'lik akan su altında en fazla iki saat içinde, varsa mikrodalga fırınlarda yapılmalıdır (Subaşı 1998: 15).

Potansiyel riskli besinlerle yapılan yemeklerde pişirme süreleri ve sıcaklıklarına dikkat edilmelidir. Bunun için dijital göstergeli yemek termometreleri kullanılmalıdır. Bu yemeklerde merkezdeki sıcaklığın 2 saatte 75° C ve üzerine çıkması ve bu derecelerde en az 2 dakika kadar bekletilmesi sağlanmalıdır. Pişen yemeklerde tat kontrolü sağlıklı yöntemlerle yapılmalıdır. Bunun için ayrı kaşık ya da çatal kullanılmalı, tat kontrolünde kullanılan kaşık ya da çatal besine ya da yemeğe değdirilmemelidir (Aslan 2005: 40).

Çiğ hayvansal besinler (örn. et, balık ve yumurta) pişirilirken, besinin iç ısısının en az 63°C'de olması gerekir. Büyük parçalar halindeki hayvan etlerinin pişirilmesinde ise, iç ısının en az 68°C'ye ulaşması önerilir. Etlerinde parazit bulunma riski yüksek olan hayvanların (örn. domuz ve av hayvanları) etleri pişirilirken ise, bu ısılar daha da artırılmalıdır. Kanatlı etlerin pişirilmesinde de iç ısının en az 74°C'de olması önerilir (Atasever 2000: 121).

Besin hijyenini sağlamak açısından yiyecek hazırlama ve pişirme sırasında dikkat edilmesi gereken önemli noktalar vardır (Bulduk 2006: 21):

1. Çiğ ve pişmiş besinler kesinlikle ayrı tezgâhlarda hazırlanmalıdır.

2. Et, balık, tavuk ile sebzeler için ayrı mekân, tezgâhlar ya da doğrama tahtaları kullanılmalıdır. Sebze doğranan tahtada tavuk, balık, et doğranmamalı ve hazırlanmamalıdır.

3. Tüm hazırlama aşamalarında, hazırlamada görevli personelin kişisel hijyeni sağlanmalıdır.

4. Tüm salata malzemeleri ve hazırlığı uzun süren ve potansiyel riskli besinleri içeren karışımlar 5° C ya da altında bekletilmelidir.

5. Potansiyel riskli besinler en kısa sürede hazırlanmalı, oda sıcaklığında hiç bekletilmemelidir. Hazırlandıktan sonra soğutucuda muhafaza edilmelidir.

6. Hazırlamada kullanılan tüm araç-gereçlerin, evyelerin ve yüzeylerin temizlik ve hijyeni sağlanmalıdır.

7. Kuruluşta dondurulmuş besin kullanılıyorsa çözdürme işlemi soğuk depolarda (4-7° C) yapılmalı, çözdürülmüş besinler yeniden dondurulmamalıdır.

8. Pişmiş yemekler en fazla 2 saat içinde servis edilmiş olmalı ve tüm yemeklerin üstü servis yapılana kadar kapalı tutulmalıdır.

9. Merkezi bir mutfakta pişen yemeklerin başka birimlere taşınmasında sıcak yemeklerin sıcak (60°C'nin üzerinde), soğuk yemeklerin soğuk (5°C'nin altında) dağıtımına özen gösterilmelidir.

Yiyecekler pişirildikten sonra bekletme koşulları yetersiz ise, mikrop bulaşması ve üremesi yönünden tekrar bir tehlike söz konusu olabilir. Bu nedenle sıcak yemekler, iç sıcaklığını en az 65°C de tutabilen "Bain Marie"lerde (yemekleri sıcak tutma ünitesi) üzeri kapatılmış olarak bekletilmelidir (Denizer 2005: 216).

2.4. Servis Aşamasında Hijyen

Soğutulması ya da ertesi gün servis edilmesi gereken yiyecekler sıcakken soğutuculara kaldırılmamalıdır. Büyük kaplardaki yemeklerin iç kısımlarında sıcaklık uygun sürede yeterli derecede düşme göstereme-yeceğinden, soğutucunun iç sıcaklığını yükselterek diğer besinlerin bozulmasına neden olabileceğinden besinler ön soğutma işlemine tabi tutulmalıdır. Ön soğutma işlemi yemekler küçük veya sığ kaplara boşaltılarak, içinde soğuk su veya buz bulunan küvetlerde bekletilerek yapılır. Bu işlem en fazla 2-3 saat içinde tamamlanmalıdır (Subaşı, 1998: 16).

Servis sırasında yemek ya da besinlere çıplak elle dokunulmamalı, servis araç-gereçlerinden yararlanılmalı ve tek kullanımlık (disposable) eldiven kullanılmalıdır. Tabakların, bardakların ve kapların müşterinin ağzına temas eden kısımlarına dokunulmamalıdır. Araç-gereçlerin altından veya kenarından tutulmamalıdır. Besinlerin elle temasını engellemek için yemeğin konduğu kaplar fazla doldurulmamalıdır. Serviste kullanılan baharatlık, tuzluk ve benzeri gereçler temiz ve hijyenik olmalı, mümkünse kapalı ve tek kullanımlık poşetler tercih edilmelidir (Aslan 2005: 41).

Gıdaların servisinde dikkat edilmesi gereken diğer hususlar ise şunlardır (Erdoğan 1999: 18):

1 Yiyeceklerin transfer edilmesi ve bekletilmesinde temiz ve sanitize edilmiş kaplar kullanılmalı.

2 Temiz ve sanitize edilmiş araç-gereç kullanılmalı.

3 Kros-kontaminasyonu önlemek için istasyonlar ve yiyecek hazırlama yöntemleri oluşturulmalı.

4 Çalışanların kişisel hijyen uygulamalarına dikkat edilmeli.

5 Sıcak yiyecekleri 60° C (140° F) veya üzerinde bekletilmeli.

6 Soğuk yiyecekleri 4,5°C (40° F) veya altında bekletilmeli, termometre ile yiyeceklerin sıcaklıkları doğrulanmalı.

7 Yiyecekler, üzeri kapalı şekilde saklanmalıdır.

3. BESİN KİRLİLİĞİNE YOL AÇAN VE GÜVENLİĞİNİ BOZAN ETMENLER

Kirlenme, istenmeyen herhangi bir yabancı maddenin besinlerde bulunmasıdır. Kirlilikle mücadele noktasında, kirlenmeye neden olmamak veya en aza indirmek gereklidir. Bu şekilde bir uygulama, kirlenmeyi bir risk faktörü ya da tehdit olmaktan çıkarır (Gökdemir 2005: 57).

Besinlerin çeşitli nedenlerle insan tüketimine elverişli olmaktan çıkmasına besin kirliliği denmektedir. Bazı enzim ve mikrobik etkileşimler, istenmedikleri zaman gıda zehirlenmesi olarak kabul edilir. Örneğin peynir yapımı için sütün ekşimesi besin bozulması sayılmaz (Çakıcı vd. 2002: 119).

Besinlerin kirlenme nedenleri (Çakıcı vd. 2002: 119):

1 Personelin bireysel temizliğine dikkat etmemesi sonucu,

2 Hasta veya hasta olmadan mikrop taşıyan kimselerle,

3 Kullanılan su aracılığı ile,

4 Hava kirliliği sebebiyle,

5 Yiyeceklerin saklandığı, pişirildiği kaplar, kazanlar, makineler aracılığı ile,

6 Yiyecek ve içeceklerin bakır, çinko, alüminyum, kurşun gibi elementlerin yoğunlaşması sonucu,

7 Özellikle yiyeceklerin üretimi sırasında haşerelerden korumak için kullanılan ilaçların besinlere ulaşması sonucu,

8 İşlenmiş yiyeceklere bazı zararlı katkı maddelerinin eklenmesi ile,

9 Radyoaktif kalıntıların yiyecek ve içeceklere bulaşması sonucu,

10 Biyolojik nedenlerle besinler kirlenerek bozulur ve kullanılmaz hale gelir.

Bilindiği gibi besinlerdeki çeşitli mikroorganizmalar, bir yandan kendileri için gerekli besinleri üzerinde yasadıkları üründen sağlarken, metabolizma atıklarını da ortama verirler. Bu sırada, her besinin yapısında doğal olarak bulunan enzimlerin etkinlikleri de sürer. Tüm bunların sonucunda gıdalarda pek çok fiziksel ve kimyasal değişmeler gerçekleşerek, ürün tüketilemeyecek bir niteliğe bürünebilir. İşte bu oluşuma "bozulma" denmektedir. O halde genel olarak besinlerde bozulma; "tüketilebilirlik niteliğinin yitirilmesine yönelik, bileşim ve karakter özelliklerini değiştirebilecek doğrultuda kayıpların oluşudur" şeklinde tanımlanabilir (Bulduk 2006: 50).

Fiziksel, kimyasal ve biyolojik olarak üç sınıfa ayrılan tehlikelerin içinde biyolojik tehlikeler en zor kontrol edilebilenidir. Çünkü sayıları belirgin olan fiziksel ve kimyasal kirleticilerin aksine dünya üzerinde 100.000 mikroorganizma çeşidi bulunmaktadır. Bunların oluşturduğu biyo-kütle küçüklüklerine rağmen tüm insanların ağırlığından 100 kat daha fazladır. Buradan açıkça görülebilmektedir ki insanlar, her tarafı kuşatan mikroorganizmaların içinde yaşamaktadır (Sökmen 2006: 71; http://www.kalitekontrol.org/haccp.html). Sıhhatli bir insanın vücudunda 175-200 gr kadar mikroorganizma bulunmaktadır. Ağırlık itibariyle vücudumuza oranla küçümsenebilecek bu rakam, sayısal olarak vücut hücrelerine oranlandığında her bir insan hücresine 1000 bakteri düştüğü görülebilir (http://www.kalitekontrol.org/haccp.html).

3.1. Biyolojik Kirlenme

Biyolojik kirlenme, doğal besin toksinleri ve/veya mikroorganizmalar sonucu oluşan kirlenmedir (Gökdemir 2005: 58). Besinin bileşiminde doğal olarak bulunan zehirli maddeler (yeşillenmiş ve filizlenmiş patates, zehirli bal, bazı mantar türleri vb.), besinlere bulaşan ve uygun koşullarda saklanmaması, hijyenik koşulların yeterince sağlanamaması nedeniyle hızla üreyen mikroorganizmalar (küfler, parazitler, virüsler, bakteriler) biyolojik kirlenmeye neden olan etmenlerdir (Bilici vd. 2006: 2). Genellikle kanatlı ve canlı hayvanları da içeren hammadde ile birlikte hareket ederler. Ancak bu organizmalar ürünün işlenmesi sırasında dahil olan insan faktörü, çevresel etkiler veya ürün içindeki katkı maddeleri ile de ortaya çıkabilmektedir (Yallıoğlu 2003: 49).

Parazitler çoğunlukla hayvansal kaynaklara özgüdür, fakat hayat döngüleri insanları da içerebilir. Genellikle parazitik enfeksiyonlar, yeterince pişirilmemiş et ürünleri veya tüketime hazır gıdaların çiğ hayvan yemleri, işlem görmemiş su veya kontamine olmuş ekipman ve aletler ile çapraz kontaminasyon ile ilişkilidir. Virüsler gibi parazitler de gıda içinde çoğalmazlar, dolayısıyla kontrol parazitlerin yıkımı ve/veya gıdaya girişlerinin engellenmesi üzerine odaklanmıştır. Yeterli pişirme parazitleri öldürür. Buna ilave olarak, çiğ olarak veya yeterince pişirilmeden tüketilecek balıklardaki parazitler de etkili dondurma teknikleri ile ortadan kaldırılabilir. Parazit kontaminasyonu ile ellerin kurallara uygun olarak yıkanması, tüketime hazır gıdalara çıplak elle dokunulmaması ve hasta çalışanları sınırlayacak veya uzakta tutacak bir işçi sağlığı politikası oluşturulması önlemleri ile baş edilebilir (Okçu 2007: 13).

Biyolojik kirlenme ayrıca (Aktaş ve Özdemir 2005: 246):

1 Makrobiyolojik kirlenme

2 Mikrobiyolojik kirlenme olarak ikiye ayrılabilir.

Makrobiyolojik kirlenme gözle görülebilecek büyüklükte olan küçük canlıların yiyecek malzemelerinde bulunması ile görülür. Mikrobiyolojik kirlenme ise, mikroorganizmaların yiyecek malzemelerine bulaşması nedeni ile gerçekleşir. Bu kirlenmeye neden olan mikroorganizmalar ise bakteriler, maya, küf, virüsler olarak belirtilebilir (Bulduk 2006: 51).

Bakterilerin çoğalması için uygun sıcaklık dereceleri 5° C ile 63° C arasındadır. Bu ısı derecelerine tehlikeli sıcaklık aralığı denilmektedir. 5° C'nin altında bakterilerin faaliyetleri yavaşlar ve ısı daha düşerse çoğalma durur. 63° C'nin üzerinde ise çoğu bakteri ölür. Birçok bakteri için en uygun ısı derecesi, vücut sıcaklığı olan 37° C'dir. Bu ısı derecesinde bakteriler hızla çoğalırlar. Bakterilerin çoğalması ise hücre bölünmesi şeklinde gerçekleşir. Her bir bakteri hücresi ikiye bölünür. Uygun koşullarda bir hücre 20 ile 30 dakika arasında bölünmeyi gerçekleştirir. Donmuş gıdalarda bakteriler çoğalamazlar ancak gıda çözüldüğünde çoğalma tekrar başlar (Aktaş ve Özdemir 2005: 248).

3.2. Kimyasal Kirlenme

Yiyeceklerin yapısında doğal olarak bulunan veya dışarıdan yiyeceklere karışmış ya da ilave edilmiş olan kimyasal maddelerin oluşturdukları tehlikelerdir. Kimyasal kirlenmeye gıdaların yetiştirilmesi sırasında kullanılan tarım ilaçları, yemek yenilen tabak, çatal vs. gibi araçların iyi durulanmaması nedeniyle üzerlerinde kalan deterjanlar, gıda ambalajında kullanılan özellikle renkli plastikler vb. neden olabilir.

Gıdalarda çeşitli kimyasallar işleme sürecinde kendiliğinden ortaya çıkabilir. Tehlikeli kimyasallar akut ya da kronik hastalıklara neden olabilir. Gıdada ortaya çıkan kimyasallar çevresel veya endüstriyel etkilerden değil gıdanın doğal özelliğinden dolayı kaynaklanabilir. Gıdaya hammadde aşamasında, işleme, paketleme, depolama ya da taşıma sırasında çeşitli kimyasallar eklenmiş olabilir. Bu çeşitli kimyasallara ek olarak pestisit artıkları ve hammaddede üretim aşamasından kalan çeşitli kimyasallar veya laboratuarda kullanılan kimyasallar, temizlik maddeleri veya boyalar da karışabilir (Yallıoğlu, 2003: 49).

Sebzeleri ve meyve ağaçlarını, tarlada veya bahçede çeşitli haşerelerden ve böceklerden korumak için çeşitli öldürücü tarımsal ilaçlar kullanılır. Kullanılan bu meyve ve sebzeler iyice yıkandıktan sonra işleme tabi tutulmalıdır. Ayrıca kemirgen hayvanların yakalanmasında kullanılan zehirli tuzaklar, ilaçların yanlış kullanımı sonucu yiyeceklere bulaşabilir ve zehirlenmeye sebep olabilir (Çakıcı vd, 2002: 119).

3.3. Fiziksel Kirlenme

Fiziksel tehlikeler, yiyecekte bulunmaması gereken yabancı cisimlerin oluşturduğu tehlikelerdir. Fiziksel kirlenmeye yol açan yabancı maddeler cam kırıkları, saç, tırnak, sinek veya böcek vb. olabilir. Bu yabancı maddeler, bazı durumlarda mikrobiyolojik tehlikeleri de beraberinde getirebilmekte, o ürünün hijyenik şartlarda üretilmediği konusunda fikir verebilmektedir.

FDA (Food and Drug Administration – Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi) tarafından yapılan bir değerlendirmede 1988 -1989 yılları arasındaki 10.923 tüketici şikâyetinin en büyük kısmını (%25) gıdalarda bulunan yabancı maddelerin oluşturduğu saptanmıştır. Bu yabancı maddelerin %14'ünün çeşitli rahatsızlıklara neden olduğu, yabancı maddeler arasında ise camın ilk sırayı aldığı saptanmıştır. Yabancı maddelerin sıklıkla saptandığı gıda grupları sırasıyla fırıncılık ürünleri, içecekler, sebzeler, bebek mamaları, meyveler tahıllar, balık ve balık ürünleri, çikolata ve diğer kakao ürünleridir (Sertakan 2006: 16).

Fiziksel tehlikeler, biyolojik ve kimyasal tehlikeler gibi üretimin herhangi bir aşamasında gıdayı etkileyebilir. Gıdaya yabancı materyal olarak girebilecek çok çeşitli fiziksel maddeler vardır. Unutulmaması gereken önemli bir konu ise tüketici için herhangi bir yabancı madde gıda güvenliği için tehlikeli görülebilir. Özellikle hassas gruplar (çocuklar, yaslılar) için en küçük zararsız görünen bir şey çok tehlikeli olabilir (Kunukçu 2000: 17).

Tablo 3. Gıda Maddelerinde Beklenmesi Muhtemel Bazı Fiziksel Tehlikeler

Madde	Tehlike Potansiyeli	Kaynaklar
Cam eşyalar	Kesikler, kanama; bulmak veya vücuttan uzaklaştırmak için cerrahi müdahale gerektirebilir	Şişeler, kavanozlar, lambalar, her nevi cam aletler (ölçüm, kalibrasyon, laboratuar vb.)
Tahta	Kesikler, enfeksiyon, boğulma; vücuttan uzaklaştırmak için cerrahi müdahale gerektirebilir.	Üretim alanları, paletler, kutular, inşaatlar
Taşlar, metal parçaları	Boğulma, diş kırılması, kesikler, enfeksiyon; vücuttan uzaklaştırmak için cerrahi müdahale gerektirebilir.	Üretim alanları, inşaatlar, makineler, elektrik telleri, çalışanlar
Yalıtım malzemeleri	Boğulma; eğer asbest varsa uzun süreli etki	İnşaat malzemeleri
Kemik	Boğulma, travma	Üretim alanları, fabrikadaki yetersiz olarak yapılan işlem aşamaları
Plastik	Boğulma, kesikler, enfeksiyon; vücuttan uzaklaştırmak için cerrahi müdahale gerektirebilir.	Üretim alanları, kaplama malzemeleri, paletler, ambalaj malzemeleri, çalışanlar.
Kişisel eşyalar	Boğulma, kesikler, diş kırılması; vücuttan uzaklaştırmak için cerrahi müdahale gerektirebilir.	Çalışanlar

Kaynak: *Okçu 2007: 18*

KAYNAKLAR

Aktaş A., Özdemir, B. (2005). *Otel işletmelerinde mutfak yönetimi*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Aslan, S. (2005). *HACCP ve İSO 9001 Kalite belgeli catering firmaları ile diğer firmaların gıda güvenliği konusunda mevcut durumlarının karsılaştırılması ve personel eğitiminin tespit edilmesi*. Gazi Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

Atasever, M. (2000). Besin işyerlerinde: hijyen, besinlerin hazırlanması ve muhafazası. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 11 (2), 117-122.

Bilici, S., Uyar, M. F., Beyhan, Y., Sağlam, F. (2006). *Besin güvenliği.* Ankara: Sinem Matbaacılık.

Bölükbaşı, B. (2006). *Aroma üretimi yapan firmalarda uygulanacak HACCP kriterlerinin incelenmesi.* Trakya Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Tekirdağ.

Bulduk, S. (2006). *Gıda ve personel hijyeni.* Ankara: Detay Yayıncılık.

Çakıcı, A. C., Kozak Akoğlan M., Azaltun, M., Sökmen, A., Sarıışık, M., (Ed. Kozak Akoğlan M.). (2002). *Otel işletmeciliği*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Denizer, D. (2005). *Konaklama işletmelerinde yiyecek ve içecek yönetimi*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Dökeleş,A.R.14.04.2010http://www.chefaliriza.com/mutfakbilgi/show_news.php?subaction=showfull&id=1161204525&archive=&template=

Erdoğan, Ö. M. (1999). *Hastane toplu beslenme hizmetinde kritik kontrol noktalarında tehlike analizi (HACCP) sistemi üzerine bir araştırma.* Hacettepe Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

Erkan, Ü. C. (2006). *Bir hazır yemek üretim tesisinde HACCP gıda güvenliği sisteminin kurulması üzerine bir araştırma.* Trakya Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Tekirdağ.

Gökdemir, A. (2005). *Mutfak hizmetleri yönetimi.* Ankara: Detay Yayıncılık.

Kayayurt, Y. (2002). *Dört – beş yıldızlı otel mutfaklarında çalışan personelin yiyecek hazırlama, pişirme ve saklama konusundaki bilgi düzeylerinin tespiti ve buna uygun hizmet içi eğitim programı önerisi.* Gazi Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

Kunukçu, F. Ö. (2000). *Su üretiminde HACCP sistemini proje yönetimi teknikleri kullanılarak yerleştirme.* İstanbul Teknik Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.

Okçu, Y. (2007). *Yoğurt üretiminde HACCP sisteminin kurulması.* Trakya Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Tekirdağ.

Ortadağ, Y. (2005). *Türkiye'de gıda güvenliği kapsamında yürütülen tarım politikalarının AB İle karşılaştırılması.* Trakya Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Tekirdağ.

Özel, L. (2003). *Ortadoğu ülkelerinin gıda güvenliği ve gıda politikaları.* Hacettepe Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

Sertakan, A. (2006). *Bisküvi üretim proseslerinde HACCP gıda güvenliği sisteminin kurulması ve uygulamaları üzerine bir çalışma.* Trakya Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Tekirdağ.

Sökmen, A. (2006). *Yiyecek içecek hizmetleri yönetimi ve işletmeciliği.* Ankara: Detay Yayıncılık.

Subaşı Uygun, Z. (1998). *Antalya'daki üç, dört ve beş yıldızlı otellerin mutfak ve restoranlarının sanitasyon durumu.* Hacettepe Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

Taylan, S. V. (2004), *Turizm işletmelerinde gıda güvenliği ve HACCP: kavramlar ve bir uygulama.* Akdeniz Üniversitesi,Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Antalya.

Türkmen, F. (2004). *Kayseri'de et ve et mamülleri üreten işletmelerde üretimde çalışan personelin hijyen ve sanitasyon konusunda bilgi düzeyleri.* Erciyes Üniversitesi,Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri.

Yallıoğlu, E. (2003). *Tehlike analizi ve kritik kontrol noktaları*, Akdeniz Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Antalya.

Yasan, Z. (2007). *Gıda sektöründe HACCP uygulaması ve çevreyle etkileşimi.* Gazi Üniversitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

http://ekutup.dpt.gov.tr/gida/strateji.pdf, 01.04.2010

http://www.kalitekontrol.org/haccp.html, 09.03.2010

YEMEK DUALARI

Hamiye DURAN

Kültürü " Âletlerden ve tüketim mallarından, çeşitli toplumsal gruplaşmalar için yapılan anayasal belgelerden, insana özgü düşünce ve becerilerden, inanç ve törelerden oluşan bütünsel bir toplamdır." şeklinde tarif eden Malinovski'ye göre, insanların metabolizma, üreme, büyüme, güvenlik, hareket, sağlık gibi temel ihtiyaçları ve bunları sağlarken yüz yüze gelinen bir takım problemler vardır. Bu problemlerin çözülebilmesi için ikincil bir çevreye ihtiyaç duyulur. İnsanoğlu bütün temel problemlerine kendisinin ürettiği zanaat ürünleri ile işbirliği yapan grupların örgütlenmesi ve bilginin üzerine değer ve ahlak duygusunun yüklenmesiyle çözüm bulabilmektedir (Çobanoğlu 1999: 215). Üretilen bilgi yenilenir, sürdürülür, yönetilir; kuşaktan kuşağa aktarılırken yeni yöntemlere paralel olarak töre, ahlak ve yasayı doğrulayan ve düzenleyen örgütlenmeler ortaya çıkar. Temel ihtiyaçlar karşılanırken buna kültürel cevaplar verilir. Meseleye işlevsel açıdan bakan ve bunu bir tablo hâlinde düzenleyen Malinovski, metabolizma ihtiyacının kültürel karşılığı olarak "besin sağlamayı" göstermektedir.

Metabolizma, besin alınması, sindirilmesi, özümsenmesi, yararsız maddelerin bedenden atılması süreçleri ile çevresel etkenler, organizma ile dış dünyanın etkileşimi, kültürel çerçeveli bir etkileşim arasında çeşitli biçimlerde oluşan ilişkiler anlamına gelmektedir (Çobanoğlu 1999: 217). İnsanlar yiyecek ve içeceklerini ne doğrudan doğadan alır ne de tek başına yapar. Yiyeceğin sağlanmasından tüketilmesine kadar örgütlü bir davranış söz konusudur. Ayrıca yiyeceğin elde edilmesi, hazırlanması, hakça sunulması hatta çiğnenmesi belli kurallar dizisi içinde törensel uygulamalarla kültürel bir durum olarak karşımıza çıkar. Beslenme metabolizmanın ihtiyacının karşılanması olmakla beraber her toplulukta değişiklik arz eder. Buna bağlı olarak Türk yemek kültürü İslam kültürüyle de birleşerek milli bir hal almıştır.

Temelde metabolizmanın ihtiyacından doğan ve nihayetinde kültürel bir olgu haline gelen beslenmenin etrafında oluşan bir takım manevi olgular vardır. Sunulan yemeğe karşı takınılan tavırlar olarak adlandırabileceğimiz yemeğe başlarken dua etme, yemek aralarında alınan tavır, yemek pişirenlere dua etme, yemek sonunda dua, yemek ad ve özellikleriyle ilgili manzumeler gibi.

Türk kültür ve edebiyat tarihi, her bakımdan olduğu gibi dualar konusunda da çok zengin ve çeşitli malzemeye sahiptir. Sözlükte Allah'a yalvarma, Allahtan dilekte bulunma, yakarma ve bu maksatla okunan dini değeri olan metinler anlamına gelen dualar, yaratıcı ile kul arasındaki münasebeti sağlayan sözlerdir. Dolayısıyla tarihi, insanlık tarihiyle paraleldir. İnsan samimi ve içten dua ederse Allah onun duasını kabul ve belâyı def eder, inancıyla insanımız her fırsatta dua etmeyi görev addetmiştir.

Yüce Allah'ın verdiği sayısız nimetlerin şükrünü edâ edebilmenin yollarından biri yiyip içtikten sonra sözlü olarak Allah'a hamd ve eğer başkaları yemek ikramında bulunmuşsa yiyip içtikten sonra, Allah'a hamd ile beraber, o yemeği ikram edenlere de dua etmek peygamberimizin bizlere tavsiye ettiği örnek bir davranıştır.

Türk kültür tarihinde yüzyıllar boyunca muhtelif konularda, manzum ve mensur olmak üzere pek çok dua örneklerinin teşekkül ettiği görülmektedir. Doğrudan doğruya ferdî ve edebî mahsullerin dışında bunları; bir meslekle, tarikatla, gelenekle, sıhhatle, dinî, içtimaî bir vâkıayla vs. ile ilgili olarak gülbanklar, yağmur duası, yatak duası, mevlit duası, aşure duası, nazar duası, hacı duası, mektep duası, kitap duası, bir işe başlama duası, çevirgel duası, Battal-name duası, Hızır duası, hatim duası, kayıt duası, yeni ay duası, ezan duası, hatime duası, esnaf duası, kadeh duası, yemek duası vs. gibi tasnif etmek mümkündür (Çelebioğlu 1983:154; Çelebioğlu 1987: 95).

Türk edebiyatının her şubesindeki çeşitli eserlerde münacaat adı altında karşımıza çıkan bu dualar, Türk folklor tarihinde de oldukça zengindir.

Duaları alkış ve kargışlarla akraba niteliğinde söz kalıplarından sayan P.N.Boratav, Türk kültüründeki alkış geleneğinin, İslâm dininin etkisiyle dualara dönüştüğü fikrindedir (Boratav 1969: 169). Çeşitli törenlerde ve çeşitli vesilelerle söylenen bu dualar başlangıçta, kaynağı sebebiyle Arapça söylenmiştir. Ancak, Türk insanı, bu duaları kendi dilinde ve türlü söz kalıplarıyla süsleyerek kendini daha güzel ve tesirli olarak ifade etmeyi bilmiştir. Yatarken söylediği;

Yattım Allâh kaldır beni
Rahmetine daldır beni
Can bedenden ayrılınca
İman ile gönder beni (Çelebioğlu 1987: 97)

Bu Dualar, çok kısa ve yoğun söz kalıplarıdır. Türk dilinin zengin anlatımı bu söz sanatlarında açıkça görülür. Duaların söylenmesinin asıl sebebi şüphesiz, Tanrı'ya yalvarma ve isteklerini tesirli bir biçimde bildirmektir. Ne kadar güzel dua edilirse o kadar tesirli olur fikri, dualardaki sanatı en iyi şekilde açıklar.

Bu duaların şakaya yönelik çeşitleri de vardır. P.N.Boratav, bunları "dua taklidi eğlendirici sözler" olarak tanımlamaktadır (1969:144).

Yemek dualarında, durumun elverişli olması bakımından bu tür, oldukça geniş yer tutar. Türk milletinin hayat tarzını, fikir dünyasını, zevklerini ve mizah gücünü yansıtan anonim ürünlerden biri de yemek dualarıdır.

Yemeğe "Besmele' ile başlanır, yemek yenir, sofradan kalkmadan dua edilir. Yemeğin bitiminde okunan bu dualar, ezberlenmesi kolay, yer yer kafiyesi ve vezni bozuk küçük manzumelerdir. Genellikle "Yarabbî çok şükür, Elhamdülillâh, ziyade olsun," gibi kısa şükür sözlerinden oluşurlar. Nispeten daha uzun olanlar "El-hamdülillâh, Allah artırsın, Allah ziyade etsin, artsın eksilmesin taşsın dökülmesin, önünden ardın gür gelsin Allâh Allâh, âmin" şeklinde başlar ve duaların kabulü için "el-Fatiha" sözleriyle biter. Yemek duaları, yemek yenilen ortamlara göre uzayıp kısalabilir (ev, lokanta, yurt, anaokulu, kışla, otel, piknik alanı), "Allah ziyade etsin" gibi kısa bir duayla bitirilebilir. Bu dualar Arapça, Türkçe ve Arapça-Türkçe karışık olarak edilebilmektedirler.

Tespit edebildiğimiz örneklerden hareketle yemek dualarını iki gruba ayırabilmekteyiz.

1. Yemek duaları

2. Eğlendirici yemek duaları

Yemek dualarının en dikkati çeken hususlarından birisi de güldürücü, eğlendirici mahiyetteki dualardır ki örnekleri oldukça fazladır. Eğlendirici yemek duaları, daha ziyade samimi ortamlarda söylenirler. Maksat ev sahibini rencide etmek değil, ortamı daha samimi ve neşeli hâle getirmektir. Dua eden kişi, dualardaki kalıpları kullanarak yeni ürün meydana getirir. Bunlar çoğunlukla ya yemekten doyulmadığını, ya da beğenilmediğini ifade eden şaka nitelikli sözlerdir. Ayrıca yemeği pişiren ve kotaran kişinin, sofra sonrası hizmetleri de yapmasının aynı üslûpta söylendiği sözler de vardır. Ayrıca Arapça duaların bir kısmının da güldürü unsuru oldukları vakidir. "Allahümme zit, Ali Dayı biraz daha yit" gibi.

Sonuç olarak İslâm dininin bazı konu ve pratikleri, Türk milletinin geçmişten günümüze taşıdığı kendi öz kültürü ile bütünleşmiş kendi zevkine göre şekillenerek millî bir hâl almıştır. Ayrıca dinî konuların şartlar uygun olduğu ve yeri geldiğinde mizah konusu yapıldığı da görülmektedir. Aşağıda Arapça, Türkçe ve karışık dualar örnek olarak verilmiştir.

"Elhamdü lillâhillezî et'amenâ ve sekânâ ve ce'alenâ müslimîn. Elhamdü lillâhi hamden kesîran tayyiben mübâreken fîhi, ğayra mekfiyyin ve lâ müvedde'ın ve lâ müsteğnen anhü Rabbenâ. Elhamdü lillâhillezî et'amenî hâzdtta'âme ve razakanîhi min ğayri havlin minnî ve lâ kuvvetin."

Anlamı: "Bize yedirip içiren ve bizi Müslümanlardan kılan Allah'a hamdolsun" (Tirmizî, De'avât, 56; Ebû Dâvud, Et'ıme, 52) "Ey Rabbimiz! Sana tertemiz duygularla, eksilmeyip artan, huzurundan geri çevrilmeyip kabul edilen sayısız hamd ile hamd ederiz. Bkz. (http://www.diyanet.gov.tr/turkish/dua/)

Amin

Elhamdülillâh , Elhamdülillâh, Elhamdülillâhillezî et'amenâ , vesegânâ,ve cealenâ minel müslimîn. Elhamdülillâhirabbil âlemîn. Vesselâtü ve's-selâmü âlâ seyyidinâ muhammedin ve âlâ âlihî ve sahbihî ecmaîn. Va'fuannâ vağfirlenâ verhamnâ ente mevlânâ fensurnâ alel kavmil kâfirîn. Va'fuannâ vağfirlenâ verhamnâ ente mevlânâ fensurnâ alel kavmil kâfirîn. Va'fuannâ vağfirlenâ verhamnâ ente mevlânâ fensurnâ alel kavmil kâfirîn. Allahümmeğfir sâhibe hâze't-taâmi vel-âkilîn. Allâhümmec'al devletehüm dâimen, evlâdehüm âlimen sâlihâ. Ve lâ

tüsellıt aleyhim zâlimâ. Allahümme zîd ve lâtengus ni'meten kesîraten bi hurmetil Fâtiha. (http://imanvedua.blogcu.com/yemek-duasi-arapca)

Yemek yedikten sonra dua tercümanı:

Bism-i şah Allâh Allâh
Yiyip yedirenlere
Pişirip kotaranların fahrı mezîd ola
Bu gitti ganîsi gele
Er, Hakk, Muhammed, Ali bereket vere
Ni'met-i Celîl bereket-i Halîl
Artsın eksilmesin, taşsın dökülmesin. On iki imam, on dört masûm-ı pâk
Hızır aleyhi's-selâm ganîyetliği direkâtı gelsin
Nûr-ı Nebi, Kerem-i Ali

Pîrimiz Hünkâr Hâcı Bektâş Veli efendimizin himmeti bu sofraya üzerimize hâzır nâzır ola. Lokma hakkı, cömertler demi, Balım Sultan Efendimizin demine hû. (Tomar-ı Bektâşiyân, V 7a)

Bism-i şah Allâh Allâh. Bu gitti ganisi gele. Hak, Muhammed, Ali berekâtını vere. Yiyip yedirenlere pişirip kotaranlara nûr-ı iman ve aşk u şevk ola. Gittiği yerler gam ve gussa görmeye. Hizmet sahipleri hizmetlerinden şefaat bula. Lokman hakkına, evliya keremine, cömertler cemine, gerçek erenler demine, Allâh eyvallâh, hû dost. Bizden evvel yaran yiyen rahmetli ağalarımızın ruhları için, cümle misafirlerimizin ruhları için, Allâh rızası için, El-Fatiha (Özkan 2002: 71).

Cem töresinde -adak yemeğinde lokma için okunur:
Yemekten önce
Bism-i şah – Allah – Allah !.....
Evvel Allah diğelim, kadim Allah diğelim... Sebberü, sübber sundular kevser, bism-i şah!
Sofra Ali´nin, himmet Veli'nin, bism-i şah! ... Geldi Ali sofrası, Şah diyelim.
Şah versin, biz yiyelim! Allah, eyvallah! Destur Şah!....

Yemekten sonra
Bism-i şah -Allah -Allah!....
Bu gitti, ganisi gele..... Hak Muhammed Ali bereketini vere!
Yiyip yedirenlere, pişirip kotaranlara, nur-i iman, aşk u şevk ola! Gittiği yer gam ve dert görmeye!.....
Artsın eksilmesin, taşsın dökülmesin..... lokma hakkına, evliye keremine, cömertler cemine, gerçek erenler demine "Hü" diyelim....
Nimeti celil, bereketi İbrahim Halil!

Bkz. (http://www.aleviforum.com/showthread.php?t=15599&highlight=yemek+duas%FD)

Biz yedik Allâh artısın
Hızır parmağını batırsın (5)

Artsın eksilmesi
Taşsın dökülmesin (6)

Bismilli Rahîm Euzü bit tavşan eti
Ve'l-kaz eti ve'l-kuzi
Ekmek ellezine hum ma-et
Mine'l-kadayif
Allâhüme lena
Getir lahna, götür lahna
Zira züğürtlük çok fena
Âmin ve'l-hamdü lillâhi Rabbü'l-âlemin. (7)

Yarabbi şükürün
Evi yıkılsın Bekir'in
Bir tas çorba getirin
Yemezsem yüzüme tükürün (8)

Elhamdülillâhi Şâkirin
Karnı doydu fakirin
Daha varsa getirin
Yemezsem yüzüme tükürün
Âmin ecma'in (7)

Elhamdülillâhi şükürün
Bir oğlu olmuş Çakır'ın
Tadı kaçmış şekerin
Alacağım varsa getirin
Borcum varsa, helâl ü hoş olsun döne döne
Alaman ovası, saksağan yuvası
Budur bu sofranın duası
Rizâ'en-lillâhi vâdôdu (Boratav 1969:144)

Elham edik, sofra gedik
Ne yedik ne yemedik
Ev sahibi arsız imiş
Daha getir diyemedik (Boratav 1969: 144)

Aşağıda leylek yukarıda yuvası
Böyle yemeğin böyle olur duası (9)

Karaman ovası leylek yuvası
Bu sofranın bu kadar olur duası (10)

Yedik içtik Allâh artıra
Sofrayı kuran kaldıra (11)
Allâhümme zit
İki kaşık daha yit (12)

Âmin dedik
Dili düdük
Bunu bulduk
Bunu yedik
Daha olsa
Daha yerdik (Tekerleme)

Elhamdülillah elhamdülillah
Bu nimeti veren Allah
Peygamberimiz Rasülullah
Her yemekte derim bismillah
Artsın eksilmesin
Taşsın dökülmesin
Gerisi kesilmesin
Hep afiyetle yensin
Geçmişlerimizin ruhu için
Sağlara selamet için
Dertlere derman için
Bir de Allah rızası için
El-Fatiha

Bkz. http://miskokulum.com/forum/ayet-hadis-dua-genel-bilgiler/3131-cocuklarimiza-kisa-zevkli-yemek-duasi.htm

Elhamdülillah
Elhamdülillah
Ya Rabbi şükür
Elhamdülillah
Biz yedik ziyade eyle Allah
Artsın eksilmesin
Taşsın dökülmesin
Gerisi kesilmesin
Bu gitti fazlası gelsin
Halil ibrahim bereketi versin
Hanemiz olsun nur
Kaza bela geri dur
Nimeti celilullah
Bereketi Halilüllah
Şefaat ya Resulüllah
Devamı devlet
Nasibi cennet
Kazananlara bereket
Geçmişlerin ruhu
Bakilerin sıhhati için
Lillahi tealel fatiha...

Bkz. http://www.uludagsozluk.com/

Asker ocağında söylenen kalıplaşmış bir dua da aşağıdaki gibidir:

Asker- Tanrı'mıza hamd olsun.
Askerler- Tanrı'mıza hamd olsun.
Asker- milletimiz var olsun.
Askerler- milletimiz var olsun.
Asker- dikkat!. Komutanım.
Komutan- afiyet olsun.
Askerler- sağ ol (13)

Anaokulu elbetteki yeni hayat tarzının tipi olan çalışan annelerin çocuklarına hizmet veren kurumlardan bir tanesidir. Okul öncesi dönemde hem bir ihtiyaca cevap vermek hem de çocukları kültürel manada hayata hazırlamak üzere hizmet vermektedirler. Aşağıdaki dua ve benzerleri bu amaca hizmet olarak sunulmaktadır.

Bismillahirrahmanirrahim
Yemeğimi yemeden
El açtım Allah'ım sana
Akıl fikir doğruluk
İyi huylar ver bana
Yemezsem büyüyemem
Okuluma gidemem
Çabuk çabuk yiyelim
Yemeğimizi bitirelim
Bizi yaratan Allah`a
Her zaman dua edelim...

Bismillahirrahmanirrahim
Yediklerimiz şifa olsun
Soframız bereketle dolsun
Vücudumuz sağlıklı olsun
Allah'ım verdiğin nimetler için
Sana şükürler olsun...
Hepimize afiyet olsun... Âmin.

Bkz. http://susam-susamsokagi.blogspot.com/2009/08/cocuklar-icin-yemek-dualar.html

Nimeti Celilullah
Bereketi Halilullah
Şefaat Ya Rasülullah

Bismillahi açtır Allah'ım
Nimeti taştır Allah'ım
Cemaline ulaştır Allah'ım
Mekke Medine'yi dolaştır Allah'ım

Bu sofralar nurdur
Kaza belaları
Geri durdur Allah'ım

Bu sofralar mamurdur
Bu sofralarda;
Halil İbrahim bereketi
Bulundur Allah'ım

Artsın eksilmesin
Taşsın dökülmesin
Bu sofranın sahibi
Yokluk kıtlık
Görmesin Allah'ım
Yiyenlere helal, yedirenlere hayır, hasenat
Olması için; ölmüşlerimizin ruhu için
Allah Rızası için...
El-Fatiha.
Bkz. http://dualarimiz.com/index.php?option=com_content&task=view&id=49&Itemid=142

Allah Allah Allah
Lokmalar kabul ola
Muratlar hasıl ola
Yiyene helâl ola
Yedirene delil ola
Cennet taamı ola
Armudu sapı ile
Üzümü çöpü ile
Pekmezi küpü ile
"Arsız olup sofrada çok taam yeme sakın
Ayıplarlar seni bazen iki tarafa bakın"
Bismillahirrahmanırrahim
Bu sofra nur olsun
Gadâ belâ dûr olsun
Yiyene afiyet olsun
Kazanıp getirene Beytullah nasip olsun
Taşa dökülmeye
Arta eksilmeye
Bu eve yoksulluk girmeye

Ekmek Hızır
Pilav vezir
Gerisi vızır vızır
Gelin gelin getirin
Geçin geçin oturun

Bkz. http://dogankaya.com/fotograf/halk_edebiyatinda_yemek_destanlari.pdf

Elhamdülillah
Elhamdülillah
Elhamdülillah
Elhamdülillahı açtır
Nimetleri saçtır
Salihlere ulaştır
Mekke'yi, Medine'yi dolaştır
Bu sofra nurdur
Kaza bela geri dur
Bu sofrada Halil İbrahim
Bereketi bulundur
Yiyenlere helal olsun
Yedirenlere hayır ve hasenat olması için
Lillahil el-Fatiha
Maas selavat(14)

Elhamdülillah
Elhamdülillah
Elhamdülillah
Biz yedik, ziyade eyle Allah!
Artsın, eksilmesin.
Taşsın, dökülmesin.
Hakk Halil İbrahim bereketi versin.
Sofra nur; kaza, bela geri dur.
Allah'ım!
Hane sahibini eyle ma'mur.
Gelmiş geçmişlerin ruhu için;
Geride kalanların sağlık ve mutluluğu için;
Herşeyin en iyisi, en güzeli
Allah rızası için
El-Fatiha, maas selavat.(15)

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynaklar

Boratav, P. N. (1969). *100 Soruda Türk halk edebiyatı*. İstanbul: Gerçek Yayınevi.

Çelebioğlu, A. (1983). Türk edebiyatında manzum dînî eserler. *Şükrü Elçin armağanı*. Ankara.

Çelebioğlu, A. (1987). Kültürümüzde yatak duaları. *III. Milletlerarası Türk folklor kongresi bildirileri* (23-28 Haziran 1986). c. IV, s. 95-102. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay.

Çobanoğlu, Ö. (1999). *Halkbilimi kuramları ve araştırma yöntemleri tarihine giriş*. Ankara: Akçağ Yay.

Kaya, D. http://dogankaya.com/fotograf/halk_edebiyatinda_yemek_destanlari.pdf

Özkan, O. (2002). *Çankırı gelenekleri ve yaran kültürü*. Çankırı: Yaran Kültürünü Yaşatma Derneği Yay.

Tomar-ı Bektâşiyân. Millî Kütüphane, 06 Mil. Yz. A.2304.

http://dualarimiz.com/index.php?option=com_content&task=view&id=49&Itemid=142)

http://susam-susamsokagi.blogspot.com/2009/08/cocuklar-icin-yemek-dualar.html)

http://www.uludagsozluk.com/)

http://miskokulum.com/forum/ayet-hadis-dua-genel-bilgiler/3131-cocuklarimiza-kisa-zevkli-emek-duasi.htm)

http://www.aleviforum.com/showthread.php?t=15599&highlight=yemek+duas%FD

http://imanvedua.blogcu.com/yemek-duasi-arapca)

http://www.diyanet.gov.tr/turkish/dua/)

(Not: Bu makale, Milli Folklor dergisinin 57. sayısında yayımlanan "Sözlü Gelenekteki Yemek Dualarına Dair" adlı makalenin genişletilmiş halidir.)

Sözlü Kaynaklar

1. Name ŞİBİL, Torul-Gümüşhane 1937, okur-yazar.
2. Vesile DURLANIK, Çankırı 1955, lise.
3. Meral Köse, İstanbul 1946, üniversite.
4. Feride UĞURLU, Simav-Kütahya 1910, okur-yazar.
5. Hanım MÜDERRİSOĞLU, Antalya 1945, lise.
6. Fatma IŞIKLAR, Malatya 1949, lise.
7. Mustafa FİRENGİZ, Diyarbakır,1944, üniversite.
8. Fatma ŞİBİL, Torul-Gümüşhane, 1910.
9. Nazmiye DURAN, Kalfat-Çankırı, 1920.
10. Ayşe KORKMAZ, Konya 1947, üniversite.
11. Mevlüde MERMİ, Torul-Gümüşhane 1910.
12. M. Kayahan ÖZGÜL, Ankara 1957, üniversite.
13. Serdar Şibil, Ankara, 1976, üniversite terk.
14. Günten Sevgili, Çanakkale 1952, ilkokul.
15. Emine Turan, Giresun 1950, üniversite.

YEMEK DESTANLARI

Hamiye DURAN

Âşık tarzı destan epope destan adını verdiğimiz destan söyleme geleneğinin âşıklar üzerinden günümüze kadar ulaşmış şeklidir. Genel olarak sözlüklerde hikâye, masal, sergüzeşt, bir vak'a veya hâli anlatan amiyane manzume vs. şeklinde tarif edilen destan, terim olarak bir kahraman veya bir olay etrafında anlatılan manzum eserlere verilen addır (Dizdaroğlu 1969: 91). Destan geleneğinin bugünkü temsilcileri olan âşıklar, hemen hemen her konuda destan söylemişlerdir. Yemek destanları da bunlardan biridir (Yakıcı 1993: 19).

Yemek destanları millî kültürümüzün mühim mahsullerindendir. İster anonim ister yazılı kültüre ait olsun bu tür eserler, geniş bir coğrafyada hayat bulmuş milletimizin düşünce yapısını, yaşam tarzını, zevklerini vb. yansıtmaktadır, bu da kültür tarihimiz açısından fevkalade önemlidir. Höşmerim, kaymak, yufka, erişte, paluze gibi millî yiyeceklerimizin adları bu tür eserlerle belgelenmiştir. Hele değişen ve gelişen Türkiye'de yemek kültürünün de değişmeye başlaması sebebiyle şairlerimiz, kendi yörelerine ait daha önceden bildikleri, bir nesil öncesinde yapılan fakat artık gitgide ortadan kalkmaya başlayan yemeklerle ilgili özlemlerini ifade etmekte, hiç değilse adlarını bu tür eserlerde zikretmektedirler. Yemekler de diğer kültür ürünleri gibi bir dizi tecrübeye bağlı olarak bir sanatçının elinden çıkmış hissi vermektedir. Lezzeti ve görünüşleri ile bir sanat eseri intibaı uyandıran yemekler yine sanatçılarımızın dilinde çağları aşan bir ünle yaşatılmaya devam etmektedirler.

Genel olarak bakıldığında yemek destanlarını muhtevalarına göre şu başlıklar altında inceleyebiliriz.

1. Çeşitli yemek ve gıdaları konu edinen destanlar

2. Sadece bir yemeği, içeceği, tatlıyı veya meyveyi (bulgur pilavı, balık,çiğ köfte, çökelek, ayran, kavun, üzüm vs. gibi…) ele alan destanlar

3. Mizahî yemek destanları

(http://dogankaya.com/fotograf/halk_edebiyatinda_yemek_destanlari.pdf)

Bazı yemek destanlarında yörelerle özdeşleşmiş yemeklere ve ürünlere yer verilir. Sözgelişi; Amasya elması, Dörtyol portakalı, Konya buğdayı, İzmir kuşüzümü, Malatya kaysısı, Giresun fındığı, Kahramanmaraş dondurması, Andırın balı, Tortum şiş kebabı, Kayseri pastırması, Kayseri sucuğu, Rize çayı vs… bunlardan bazılarıdır.

Bazılarında içinde oluştuğu yörelere ait bölgeye has diyebileceğimiz ürünler yer alır. Kavut, helisa, lalanga, kuskus, şalga gibi.

Hatta bu destanlar yemek yeme kültürüne dair bilgiler de aktarırlar.

"Bismillah'la edin niyet
Otlu peynir açar davet
Tandır paça cana minnet

Dostlar gelin soframıza gibi yemeğe besmele ile başlamak gereği, yemeklerin sunuluş sırası, yemeklerin nasıl terbiye edildiği, yasaklı yiyecek ve içecekler, yemek sonunda içilecek keyf verici yiyecek ve içecekler vs.

Söyleyeni belli âşık destanlarından başka, az sayıda da olsa anonim olan çeşitli cönklerde kayıtlı destanlarla da karşılaşmaktayız. Bu cümleden olarak asıl şâiri şimdilik meçhul görünen, Seyyid İbrâhim Efendi'nin yazıya geçirdiği, Bâyezîd ders-i 'ammlarından Çankırı, Kalfatlı İsmail Hakkı Efendinin kitapları arasında bulunan bir cönkten aldığımız bu manzûm yemek destanını (du'â) bu tür edebiyat ürünlerimize misâl olmak üzere paylaşmayı uygun gördük. Destan türü dışında Türk Edebiyatı türlerinden "Küçük hacimli müstakil

dini şiirler" (Çelebioğlu 1983: 153) sınıfına da dâhil edilebilecek olan bu yemek du'âsının folklorik açıdan da, önemli olduğuna inanıyoruz. Destanın başında "İlahi" teriminin geçmesi sebebiyle bestelenmiş olabileceği ihtimalini de söylemek isteriz.

İLÂHÎ TU'ÛM
Kâtibü'l-Hurûfu's-Seyyid İbrâhim Efendi

Allâh Allâh cennetden
Cennetdeki ni'metden
Muhammed Hazretinden
Bizi de mahrûm eyleme

Oniki İmâmlardan
Emrini bilenlerden
Nehyinden kaçanlardan
Bizi de mahrûm eyleme

Helvâ helvâ demekden
Usandık yağlı yemekden
Höşmerimden kaymakdan
Bizi de mahrûm eyleme

Etli etli burçakdan
Yağlı yalgılı çörekden
Kuzu etinden börekden
Bizi de mahrûm eyleme

Yukayı yağlamakdan
Usandım hem ağlamakdan
Bir tepsice baklavadan
Bizi de mahrûm eyleme

Oğlağın gerdânından
Çebişin bir yânından
Kazın gögsinin etinden
Bizi de mahrum eyleme

Kara öküzün etinden
Beyâz davarın budundan
Bıldırcının kebâbından
Bizi de mahrûm eyleme

Kavun karpuzun ciginden
Elma armudun denginden
Üzümün hevenginden
Bizi de mahrûm eyleme

Mısır'ın pirincinden,
Sakız'ın turuncundan
İzmir'in ayvasından
Bizi de mahrûm eyleme

Yemem yabanın kazından
Verin balın beyazından
Gögercinin palazından
Bizi de mahrûm eyleme

Eriştenin çorbasından
Yemen'in kahvesinden
Kekligin kavurmasından
Bizi de mahrûm eyleme

Kabagın dolmasından
Südün dolu tasından
Tavugun çorbasından
Bizi de mahrûm eyleme

Ördeginle kazın eti
Bulunmayandır kötüsi
Bu dervîşlerin sohbeti
Bizi de mahrûm eyleme

Ben tütüni istemezem
Afyonî bir şey yemem
Gülbeşekeri elden komam
Bizi de mahrûm eyleme

YEMEK DUASI
Konyalı Bülbül Hoca Şerife Hanım

Evvela yürüttük baştan çorbayı
Sarmısakla terbiye olmuş paçayı
Domatesle pişirmeli bamyayı
Midemizi açsın hoş misal olsun

Bihamdülillah hiç bir şeyi taşlamam
Yağ içinde yumurtayı boşlamam
Yumuşak somun olmayınca başlamam
Semiz etin kenarları al olsun

Baklava ile börek, der kenar ola
Şeker helvası da pür hisar ola
Toplanıp ihvanlar bir karar ola
Sıtk ü muhabbetle ehl-i hal olsun

Mısırgayı bir hal edin öldürün
Ortasına fıstık pirinç doldurun
Dolmaları üçer üçer kaldırın
Kuvveti bedene irtihal olsun

Katmeri ince aç yağın sakınma
Sakın ona haşnaş yağı kullanma
İnce etten olur hemde çullama
Tavada pişmiş bir kızıl hâl olsun

Enginar ile kereviz ıspanak
Karnabetle semiz ota birle bak
Patete, domate, böğrülce kabak
Onlar da içinde hasbihâl olsun.

Mıkla çilbir, mantı, kaygana gelsin
Makarna ile keşkek, kuskus çekilsin

Şalga pişip gelir iken dökülsün
Kalan yemekler de istimâl olsun

Köfte, yaprak bir de lahana dolması
Sarı erik (sararık) zerdali nohut yahnisi
Zülbiye, pancar, turp salatası
Onlar da içinde pür kemâl olsun

Tabakda turşu da kalmasın mahzun
Zeytin yağ üstüne sıkılsın limon
Balığı kızartın getirin Pür hun
Yiyelim bizler de can misal olsun

Yiyenler nimetin şükrün bilirse
Vucut kuvvet bulup halin alırsa
Bu yemekler bize hergün gelirse
İsterse altı (ay) oruç hal olsun

Sebebin işleyip karın gözetsin
Herkes gidip nasibini deşirsin
Günde bana üçer üçer pişirsin
Hulkı, huyu güzel bir ıyâl olsun.

Ta'n etmen ahbaplar siz bu âşıkı
Ni'met ucuz ama budur lâyıkı
Çok istemem ben keseme harçlığı
Beşibirlik ile bin riyal olsun.

Hak verir dostuna yarınki günü
Çorba da yemeklerin önüdür önü
Yemeklerin bastırmak için üstünü
Kahve ile tütün on çuval olsun

Palize ile muhallebi araya
Kifayeler dursun hep bir sıraya
İki tatlı tuzlu gelsin sofraya
Kaymak güllaç ile şeker hal olsun.

Canım hem böğrülce baklava da ister
Yıldız kökü Çayırbağı'nda biter
Patlıcan ortanın gayretin güder
Karpuz, üzüm, divlek üç misal olsun.

Kadı(y)fın telini kırmalı gü(n)lü
Üzeri kokulu anberli gü(l)lü
Pİlavın üstüne getir sütlüyü
Yiyelim bizler de can cemal olsun.

Bihamdülillah yedik nimet ve nânı
Bizim zamanımız bolluk zamanı
Bin üçyüz ondörtte yaptım destânı
Okunsun dillerde bir icmâl olsun.

(Yeniterzi 2001: 144).

Doğan Kaya'nın "Sivaslı Âşıkların Yemek Destanları" adlı yazısından bu konuya örnek olarak bazı destanlar aşağıdadır:

EKMEK
Garip Ozan

Başımızın odur tacı
Zehir değil olsun acı
Bayat diye atma bacı
Süründürür bizi ekmek

İsrafla kalırız geri
Rençperlerin alın teri
Çöplükler olursa yeri
Süründürür bizi ekmek

Garip Ozan sözün hakla
Afrikalı gelsin akla
Bayatları iyi sakla
Süründürür bizi ekmek

BİZİM YEMEKLERİMİZ
Aşık Gülhani

Karnı aç olanlar buyursun gelsin
Güzel olur bizim yemeklerimiz
Yiyin için doyun afiyet olsun
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Çoban kavurması burnumda tüter
Balı kaymak ile karıştır yeter
Hemi kuvvet verir hemi tok tutar
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Patatesli kömbe meşhur buradan
İçli köfte çok sevilir yöreden
Gürün, Kangal, Ulaş, Hafik, Zara'dan
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Kuskus, mantı, su böreği, kaygana
Güveç pek hoş olur lezzetten yana
Gelen giden yiyor kalmıyor bana
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Her yörenin vardır ayrı yemeği
Hele eriştenin çoktur emeği
Üstüne dökeriz ekşi sumağı
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Dut pestili, ceviz, kavurga, hedik
Doyuncaya kadar oturduk yedik
Hepisine damak tadıdır dedik
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Etli pilavımız yemeyi değer
Yanı sıra turşu olursa eğer
Tarhana çorbası şifaymış meğer
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Bütün yemekleri çekince canım
Hemen hazırlayıp getirir hanım
Bilir misin bayram olur her günüm
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Anam her gün yufka ekmek sulardı
Sütü kaynatırdı yoğurt çalardı
Sofrayı hazırlar namaz kılardı
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Patlıcan musakka, biber dolması
Bir nimettir soframızda olması
Üzerine çay kahvenin gelmesi
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Boranımız vardır yarmamız vardır
Bol kıymalı yaprak sarmamız vardır
Tereyağlı omaç dürmemiz vardır
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Bir de tatlıları tanıtacaktım
Az kalsın sütlacı unutacaktım
Sofrayı elimle donatacaktım
Güzel olur bizim yemeklerimiz
Gülhanî'yim karnımızı doyurduk
Madımağı misafire ayırdık
Türküsüyle adımızı duyurduk
Güzel olur bizim yemeklerimiz

Bkz. http://turkoloji.cu.edu.tr/HALK%20EDEBIYATI/dogan_kaya_sivasli_asiklar_yemek_destanlari.pdf

YEMEK DESTANI
Reyhani

Ekmek yemeklerin başı sayılır,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.
Başta bulgur, kesme aşı koyulur,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

Ne kadar güzeldir gurut, kelecoş,
Bayat ekmek ile cilbirası hoş,
Kızılcık ezmesi hoşafı mayhoş,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

Çiğ kuymağı, lor dolması ve börek,
Tirit kokusuna dayanmaz yürek,
İçli kete, çörek getirin görek,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

Hele ayran aşı, kartol ezmesi,
Etli kapuskaynan ekşi süzmesi,
Orta yerde dutlu hedik gezmesi,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

Erişte pilavı, bol tereyağı,
Ah Tatar böreği, bol sarımsağı,
Kavut sıkmasıyla aşardım dağı
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

Reyhani'ye rüya görmüş diyerler,
Haşıl yapıp ortasını oyarlar,
Sofranın sonuna pilav sayarlar,
Bizim Erzurum'un hoş yemekleri.

YEMEK DESTANI
Cevriye Kaya

Her nereye varsam kırklar ocağı,
Üçlerde, beşlerde kaynar mutfağı,
Horosan döşeli şahin konağı,
Bizde bu tekkeyi bir han eyledik.

Bismillah okudum ince tağama,
Yağ, bal, kuru kaymak durdu selama
Baklava, börek kuzuca helva
Döküp şu meydana harman eyledik.

Paça, tirit bir araya cem oldu,
Mercimek, kalacuş, hoşafla geldi
Şu ispir lobiya ne şöhret oldu,
Pilava aşkını bürhan eyledik.

Kabak binnaz ile geldi meclise,
Gönlümün burcunu kırdı herise,
Sene bir kere bulduk harisi,
Üç gün bir dolapta mehman eyledik.

Kara pınar, soframızda tarhana
Çapar çekti önümüze barhana,
İmansız brani, dinsiz lahana,
Elaman elinden nardan eyledik.

Pirinç de nazından çekti nareyi,
Dedi kamaştırırım köşkü, sarayı,
Koca bulgur dolaştırdı dünyayı,
Bin beşyüz kuzuyu büryan eyledik.

Erişte derki sıra benimdir,
Saçlarda kavrulan benim serimdir,
Kavut haşlaması, " Mevla Kerimdir",
Nice yoksullara derman eyledik.

Yumurta da derki, önümden savuş,
Her vakit mecliste benim baş çavuş,
Kizirin muhtarı, ol da tez kavuş,
Bu meydanı sana merdan eyledik.

Deli kaymak coştu, coştu boşandı,
Altı ziynetlendi, yere döşendi,
Tel helvası kılıç kalkan kuşandı,
Kurutlu haşılı kalkan eyledik.

Yemek tamam oldu, adın, sorma!
Nöbeti bekliyor soruğu burma,
Darçın, karanfilli, beyazlı dolma,
Döktük bu meydana, harman eyledik.
Bkz. http://www.yaglikoyu.net

YEMEK DESTANI
Âşık Celâlî

Deli kuymak doldu doldu boşandı
Peynir ile ziynetlendi döşendi
Tel helvası bize hançer kuşandı
Kurutlu haşılı kalkan eyledik

İleriye bastı bizi barhana
Ömrümün borcunu söktü tarhana
İmansız boranı dinsiz lahana
El- aman elinden feryâd eyledik

Erişte de der ki sıra benimdir
Saclarda kavrulup yanan serimdir
Kavut da der bize Allâh kerîmdir
Nice dişsizleri mihmân eyledik
Yumurtada der ki benim baş çavuş
Kurutlu kalacoş önünden savuş
Piyazlı köfte der imdâda kavuş
Biz de bu meclise devrân eyledik

Erişte çorbası kadı lokması
Kokoç reçeliyle emül dolması
Yine imam olmuş kelem dolması
El göğüste kaldık dîvân eyledik

Celâlî abdal olup kendin bileli
Dak yahnisi gelip bahse gireli
Ömrümün burcunu söktü sirkeli
Üç gün bir dolapta mihmân eyledik
(Yanbeğ 1963: 47)

SİVAS-GÖLOVA LEZZET DESTANI
Seyfettin Çoban

Tadın lokmaları ikrama hazır
Başta ilk aşımız ünlü madımak
Tereyağda pişen bulgur pilavı
Nefis lezzetine doymuyor damak

Sütle pişirilen cücül haşılı
Pancarlı kaysılı o kök aşını
Özel olan ekmek paparasını
Bir defa tadınca ne mümkün doymak

Bazlama ekmeği sıkma dürmeci
Haşlanıp kavrulan ebem gömeci
Soğan basmacası lezette öncü
Bağlıyor kendine bir defa tatmak

Yufkadan keseriz leziz isirin
Turşu mıhlasını bir defa görün
Gavut topağını pekmeze sürün
Doyum haz verir ondan tad almak

Hastalara şifa meşhur herlemiz
Fırında erişte lezzeti nefis
Pezük dallarında pancar turşumuz
Bir lokma alınca mümkün mü doymak

Tıpkı serum gibi fıtı çorbamız
Tandırlarda pişen tuzsuz kömbemiz
Patatesi sıcak küle gömeriz
Bambaşka bir zevktir kabuğnu soymak

Çoban süt pişirir köremez deriz
Ekmeği bandırır çok da severiz
Buğday, arpa, mısır kavurur yeriz
Özel eğlencemiz zordur ayrılmak

Kahvaltıda yeriz taze taptama
Dört çayın yanında nefis kaygana
Kabak çiçeğinden bulgurlu sarma
Lezzeti sağlayan bir diş sarımsak

Özel köftemizin adı gülhanım
Ne mümkün onu yiyip doymanın
Tereyağı, sarımsak yoğurt da koyun
Öyle bir lezzet ki yedirir parmak

Kenarı burmalı tava böreği
Sıcak sıcak yenen fırın çöreği
Sacda pişirilen bazlama ekmeği
Çökelek, turşuyla zordur ayrılmak

Yazın eksik olmaz katıklı çorba
Yeşil soğan, yarpuz yanında caba
Tatlı denilince özel un helva
Damağa yetmez bir defa tatmak

Domates biberli bezirgân pilavı
Doyulmaz keşkeğe tutunca tavı
Bizde sac ekmeği sofralar beyi
Erik hoşafıyla mümkün mü doymak

Tel kadayıfı biz elle keseriz
Fırında kızartır şerbet dökeriz

Üstüne dövülmüş ceviz ekeriz
Mümkün mü yenirken lokmalar saymak

Lahana sarması millidir bizde
Pazının dolması her zaman gözde
Yaprağı salamur yaparız tuzda
Kışın da tatlımız malum bal kabak

Çeşitler bol olur özel günlerde
Ekşili bişiler pişer evlerde
Bir bardak avuz dermen her derde
Bir dilim torhatma üstüne kaymak

Hastalara şifa yağlı aşımız
Lezzetin sağlıyor tahta kaşığımız
Özel hazırlanır çirli çorbamız
Bir defa tadınca zordur unutmak

Fetir ekmeğinden döğmeç yaparız
İçine yumurta kırar katarız
Yanında ayranla yemesi nefis
Doyumsuz tat verir bunları tatmak

Lezzetlerin başı Kemah'ın tuzu
Bütün gıdaların ayrılmaz özü
Tezekten sağlarız ateşi, közü
Sobanın yanından zordur ayrılmak

Duygusal ozanım şiir yazarım
Eski sofraların tadın ararım
Ozan Seyfi der her dem yanarım
Büyük bir miras bunları saymak.
(Seyfettin Çoban'dan)

YEYEMEYOM DOHTOR BEY
Aşık Karamehmet

Verdigin perhize budur gayratım,
Bundan başka uyamayom dohtor bey,
Üç sepet yımırta sabah kahvaltım,
Teker teker sayamayom dohtor bey!

İki leğen pilav bir yayıg ayran,
İster yağlı olsun ister yavan,
Yanına keseyom beş kilo sovan,
Yeyom yeyom doyamayom dohtor bey!

Üç tencere bamya yirim bişince,
Yirmi tas su içip biraz koşunca,
Her yanı sökülür garnım şişince,
Sağlam göynek geyemeyom dohtor bey!

Sinciye acımdan çogtan ölürdüm,
Sağolsun gomşular ediyo yardım,
Bi guzudan fazla yimem söz virdim,
Ayıp olur cayamayomdohtor bey!

Bazı az geliyo beş kasa hurma,
Yedi lahanadan yapıyoz sarma,
Onuda mı yeding deye hiç sorma,
Utaneyong deyemeyom dohtor bey!

Günde iki çuval unum gideyo,
Avradım her sabah ekmek edeyo,
Bir gazan fasille gönül ye deyo,
Artırmaya gıyamayom dohtor bey!

Senede gırk dönüm bostan ekering,
Benden başka kimse yimesing dirim,
Gavını, garpızı gabıglı yirim,
Acelemdeng soyameyom dohtor bey!

Bilmem gara Memmed nereye gider,
Buyumuş gısmatım, buyumuş gader,
Bi günde yediğim işte bu gadar,
Daha fazla yeyemeyom dohtor bey!

KAYNAKLAR

Çelebioğlu, Â. (1983). Türk edebiyatından manzûm dînî eserler. *Şükrü Elçin armağanı*. Ankara.

Dizdaroğlu, H. (1969). *Halk şiirinde türler*. Ankara: TDK Yay.

Yakıcı, A. (1993). Âşık tarzı Türk şiirinde destan türünün tasnifi. *Milli Folklor*, S.19.

Yanbeğ, M. K. (1963). *Bayburtlu Celâlî hayâtı ve şiirleri*. İstanbul: Bayburt Kültür ve Yardım Cemiyeti Yay.

Yeniterzi, E. (2001). Tanzimattan cumhuriyetin ilk yıllarına kadar konyalı şair ve yazarlar. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, S.10, s. 77-159.

http://www.bayburtforum.com/showthread.php?33676-Yemek-Destan

http://turkoloji.cu.edu.tr/HALK%20EDEBIYATI/dogan_kaya_sivasli_asiklar_yemek_destanlari.pdf

http://www.yaglikoyu.com/index.php?option

http://www.antoloji.com/dohtor-bey-siiri/

KURUYEMİŞ (ÇEREZLER)

Ayşe DUVARCI

Türk yiyecek içecek kültürünün zengin örneklerinden olan kuruyemişler gerek sosyal, gerekse ekonomik hayatımızda önemli bir yer tutarlar. Genellikle mutlu ve heyecanlı anlarımızı tamamlayan bu yiyecekler yeme, içme kültürümüzde işgal ettikleri yer dolayısıyla kendilerine özgü gelenekler yaratmışlar bu yönleriyle de folklorik bir nitelik kazanmışlardır.

Türkçede meyvenin karşılığı "yemiş"tir. Ancak bazısı kurutularak tüketilen meyveler kuruyemiş adını alırlar. Bunların bir kısmına kurutmanın yanında kavurma ve fırınlama teknikleri de uygulanır. Özellikle meyvelerin bol olduğu mevsimde onların hepsini birden tüketmek mümkün olmadığı için bir kısmı sonradan tüketilmek üzere değerlendirilir. Bu iş sadece aile içi tüketim için değil ticari amaçla da yapılabilmektedir (Tezcan 1984: 171). Kuruyemiş geleneği tarım ekonomisine dayalı ülkelerde daha fazla gelişmiştir ve fiyatları sanayileşmiş ülkelere göre daha ucuzdur.

Yiyeceklerin kurutulmasına özellikle Anadolu'nun geleneksel kesimlerinde rastlanır. Sonbahar aylarında bahçelerde, balkonlarda, damlarda, duvarların üstünde temiz örtüler üzerine serilmiş veya iplere dizilmiş meyve ve sebzeleri görebiliriz. Özellikle kurutulan meyveler arasında kayısı, dut, erik, üzüm incir, vişne ile kavun, karpuz, kabak ve ayçiçeği bitkisinin çekirdekleri dikkati çeker.

Türkler kurutularak tüketilen yiyeceklere "kak" adını vermişlerdir (Kaşgarlı Mahmut 1986: 282-11). Özellikle kayısıyı çekirdeğini çıkarmadan ve üzümü güneşe sererek kurutmak eski Türklerde çok yaygın bir yöntem olarak kullanılmıştır.

Bugün kuruyemiş denilen başlıca yiyecekler kabak ve ayçiçeği çekirdeği, fıstık, Şam fıstığı, fındık, badem, sarı ve beyaz leblebi, ceviz ve kurutulmuş iğde, dut, incir, kayısı, üzüm, gibi meyvelerdir. Ayrıca çok eskiden beri bilinen bir yöntem olan ve Kaşgarlı'nın da kavurmaç olarak tanıttığı (1986: 493-17), Anadolu'da kavut veya kavurga olarak bilinen buğday ve mısır kavurması da bu gruba dâhil edilir. Pestil veya sucuk adını alan farklı tekniklerle yapılan yiyecekler de kuruyemiş sayılmaktadır.

Kuruyemişler, mutlu zamanlarda tüketildikleri; hoşça vakit geçirme aracı oldukları hem de sıkıntıdan kurtulmaya yardım ettikleri için "eğlencelik" olarak da adlandırılmaktadır. Asıl yemek dışında yenilen yiyecekler oldukları için de çerez olarak anılmaktadırlar (Türkçe Sözlük, 2005: 416).

Bazı yörelerimiz yetiştirdikleri kuruyemişlerle ünlenmişlerdir. Mesela Şam fıstığı Antep ve Siirt; fıstık Silifke, Anamur, Osmaniye; badem Siirt yöresi ve Datça; sarı leblebi Manisa, Çorum, Kütahya; beyaz leblebi, Denizli; fındık Giresun, Ordu; kabak çekirdeği Edirne, Nevşehir; ay çekirdeği, Kayseri, Erzurum; kayısı denince ise Malatya akla gelir. Kuruyemişleriyle ünlü bu yörelerimiz bu işte uzmanlaşarak onlara farklı lezzetler katarlar. Mesela Çorum'da leblebinin acılısı, biberlisi, karanfillisi, tuzlusu, sakızlısı, şekerlisi, çikolatalısı gibi değişik çeşitleri üretilir. Buralardan elde edilen kuruyemişler çeşitli tekniklerle işlendikten sonra yurdun dört bucağındaki kuruyemişçilerin küçük dolaplarına girer ve özel kürekleriyle alınarak servis edilir.

Bunların tüketildikleri başlıca ortamlar şunlardır:

Özellikle çekirdek, parkların ve sahillerdeki çay bahçelerinin vazgeçilmez eğlencesidir. Gelen geçeni seyrederek çekirdek çitlenirken kabuklarını yere atmak ne yazık ki bir gelenek haline gelmiştir. Sinemalarda özellikle patlamış mısır tüketimi çok yaygındır. Ayrıca misafire karışık kuruyemiş ikramı yapılır. Bunun yanında içkili toplantıların, kokteyllerin, uzun kış gecesi sohbetlerinin, televizyonda film veya maç seyrinin çeşitli çerezler eşliğinde yapıldığını söyleyebiliriz. Çocuklar okullardaki beslenme saatlerinde üzüm, fındık, ceviz gibi özellikle bol enerji verenlerini tüketirlerken cevizle aynı zamanda oyun da oynarlar. Sigarayı bırakanların vazgeçilmez yiyeceği de kuruyemişlerdir. Bu şekilde çok tüketildikleri için her bakkal veya markette satılırlar. Fakat meraklıları taze ve sıcak almak istedikleri için bu konuda isim yapmış kuruyemişçileri tercih ederler.

Hayatımızın her safhasında çok önemli bir yeri olan kuruyemişlerin Türk halk kültürü ve edebi yaratmaları üzerinde oldukça önemli bir yeri olması da doğaldır. Özellikle kına gecesi ve nişan törenlerinde damat evinden kız tarafına süslü tepsiler içinde üzerine mumlar dikilmiş karışık kuruyemiş göndermek adettir. Bunlar misafirlere ikram edilir. Ayrıca gelin evine girerken başına saçı adı verilen içinde şeker, darı adı verilen mısır, fıstık, fındık ve bozuk para bulunan kuruyemişler serpilir ki dilimizdeki "darısı başına" deyimi bununla ilgilidir. Bu âdetin temelinde bereket simgesi yatmaktadır (Örnek 2000: 199).

Halkın yaşayışını ve beslenmesini yakından ilgilendiren hayatın içinde yer alan bu gıdalar kaçınılmaz olarak dilimiz ve edebiyatımızı da etkilemiştir. Özellikle sözlü anonim edebiyatta bu verileri bulabiliriz.

Atasözü ve deyimlerde kuruyemiş

"Ceviz gölgesi yavuz/kız gölgesi, dut gölgesi it gölgesi, söğüt gölgesi yiğit gölgesi."
"Al ceviz, sat ceviz takırtısı bedava."
"Koz kabuksuz olmaz."
"Bir koza iki fındık içi atarlar".

"Ektiğim nohut, biçtiğim nohut, şehre gelmiş de leblebi olmuş."
"Tarlada darım yok ki serçeyle davam olsun."

"Ocağına incir dikmek", "bir çuval inciri berbat etmek", "badem gözlü", "çekirdekten yetişme", "çetin ceviz", "fındık kurdu", "fındık kırmak", "fındıkçının terazisi olmak", "fıstık gibi", "fıstıki makam, ağır ahenk", "leblebi koydum tabağa, lakırdı söyledi bal kabağı", "nohut oda, bakla sofa", "pestili çıkmak", "pestil gibi olmak", "nohut tanesinin gölgesine sığınmak", "lep demeden leblebiyi anlamak", "demir leblebi", "çifte kavrulmuş".

Bilmecelerde kuruyemiş

Alçacık tepe, çıngıllı küpe (nohut)
Dışı kazan karası, içi peynir mayası (kestane)
Dışı deri gibi, içi darı gibi (incir)
Dağdan gelir takla makla, aman abla beni sakla (ceviz)
Kuru kafa attım rafa (ceviz)
Çillidir ibası, yeşildir libası (badem)
Hanım içerde, saçı dışarıda (mısır)
Çatır çatır yenir, ona eğlence denir. (çekirdek)
Altı tahta, üstü tahta içinde bir sarı softa (badem)
Boyum uzun, yavrularım düzüm düzüm, saçımdan görülmüyor gözüm (mısır)

Manilerde kuruyemiş

Bahçede kuruyemiş,
Kim yemiş, kim yememiş
O yardan haber geldi,
Beklerim yolun demiş (Anonim)

Ey hürüdü hürüdü
Dağı duman bürüdü
Gelsene gâvur oğlu
Cepte çerez çürüdü (Nevşehir)

Sergenlerde çekirdek,
Bostanlarda bitecek
Ben isterim babamdan
Dört davul sekiz köçek (Karabük)

Dağda biten darıdır
Balı yapan arıdır
A kız sana sorarlar
Benzin neden sarıdır. (Karabük)

Dut yedim tuttu beni
Tuttu kuruttu beni
Elin oğlu değil mi?
Ne tez unuttu beni (Bartın)

Fındık fıstık olur mu?
Ateş yastık olur mu?
Selam söyle o yâre
Böyle dostluk olur mu?(Çorum)

Yar ver bana merteği
Cevizi düşüreyim
Sevdiceğim gelecek
Kuşburnu pişireyim (Ağrı)

Mani demeye geldim,
Fındık yemeye geldim
Meramım fındık değil
Yâri görmeye geldim. (Giresun)

Fındığımı iç ettim
Yaylalara göç ettim
Ben o yârin yolunda
Bu canımı hiç ettim (Giresun)

Küçük beyaz kelebek
Kondu fındık dalına
Sensiz gönül bağlamam
Bu dünyanın malına (Trabzon)

Evlerinin önü badem
Eğil lebinden dadam
Ben seni adam sandım
Hani ciddiden adam (Çorum)

Leblebiyi tartarlar
Kara üzüme katarlar
Senin gibi oğlanı
Kağnıya öküz yaparlar (Çerkeş)

Urfa'nın yolu dağdır,
Sinem fıstıklık dağdır
Ben senden vaz geçemem
Neçe ki canım sağdır (Urfa)

Türkülerde kuruyemiş

ADA YOLU KESTANE

Yöre: Bolu
Kaynak kişi: Emin Barın
Derleyen: Muzaffer Sarısözen
Ada yolu kestane
Amanın, dökülür tane tane
Kızlar yola dizilmiş
Amanın, alalım birer dane

AK ÇEŞMENİN TAŞLARI

Yöre: İzmir / Bergama
Kaynak kişi: Hasan Çakır Efe
Derleyen: Durmuş Yazıcıoğlu
Ak çeşmenin taşları
Civir civir kuşları
Halkalı şeker, kırmızı fındık
Kara kara kaşları

AKKOYUNUN AKLIĞI

Yöre: Denizli / Çivril
Kaynak kişi: Hüseyin Dursun
Derleyen: Ali Canlı
Çıktım ceviz dalına
Dalları almaz beni
Benim yârim güççücük
Kolları sarmaz beni

BİR FINDIĞIN İÇİNİ

Yöre: Giresun
Kaynak kişi: Osman Kalyoncu
Bir fındığın içini
Yar senden ayrı yemem
Bu gün gördüm yârimi
Öldüğüme gam yemem

HALKALI ŞEKER ŞAM FISTIK

Yöre Eskişehir
Kaynak kişi. Satılmış Kılıç
Derleyen. Ahmet Yamacı
Halkalı şeker Şam fıstık
(Aman) arpalar karakılçık
Eğer beni seversen (aman)
Al bohçanı yola çık

KARANFİLİM BUDAMA

Yöre: Kayseri
Kaynak kişi. Kazım Atlan
Derleyen Emin Aldemir
Karanfilim budama
(Aman) sefa geldin odama
Geldiyse yârim geldi
(Aman) kimse koymam odama
Of of gel gel aman
Al sana fındık fıstık fıstık
Çürük çıktı yar yar

Masallarda Kuruyemiş

1)Yarım leblebi:

Fakir Keloğlan'ın bir leblebisi vardır. Yarısını yer, yarısını bir kocakarıya saklaması için teslim eder. Almaya gidince kadın bunu inkâr eder, mangalda yandığını söyler. Keloğlan yarım leblebiye karşılık mangalı ister. Onu bir adama teslim eder. İneğin çiğnediğini öğrenince ineği alır. Onu bir karı kocaya teslim eder. Düğün için kesilip yendiğini öğrenince gelini ister. Onu alıp köyüne gelir. Düğün yapılır. Keloğlan gelinin yüzünü açınca onun bir kabak olduğunu fark eder.(Sarıyüce 1992: 1)

2)Nohut çocuk

Çocuğu olmayan yaşlı bir karı koca büyü yaptırarak nohut kadar küçük ve çok çirkin bir çocuğa sahip olurlar. Bu çocuk çirkin olduğu kadar, yaramaz ve kötü kalplidir. Bir gün bir peri kızına âşık olur. Kendi çirkinliği ve perinin güzelliği karşısında çok üzülür. Peri kızı ona iyilik yapan, yardımsever bir kişi olursa yakışıklı bir genç olacağını anlatır. O da kötü huylarını bırakır ve insanlara hep iyi davranır. Böylece yakışıklı bir genç olup peri kızıyla evlenir (Alangu: 1967: 151).

Fıkralarda Kuruyemiş

Bir köylü şehirde dolaşırken bir dükkânda leblebi görmüş. Leblebiyi güzel kavanozlar içinde göz alıcı bir yere koymuşlar. Köylü bakmış, bakmış da:

-Ektiğim nohut, biçtiğim nohut, şehre gelmiş de leblebi olmuş demiş (Uraz 1979: 8535).

Şiirlerde Kuruyemiş

Leblebi
Çiftçi bir umutla saçar toprağa
Uç verir yeşerir biter leblebi
Çakıldaklar döker dala yaprağa
Sonra yavaş yavaş yeter leblebi
Şehre gelir ustasıyla tanışır
Birçok evrelere girer danışır
Aslına iki ayda ancak dönüşür
Pişerken mis gibi tüter leblebi
Ev de mevcut ise çıkarsın yüze
Hele bir de olursa taptaze
Sofraya çerezdir içkiye meze
Neşelere neşe katar leblebi
Derler ki ektiğim biçtiğim nohut
Tarlasından yüz kez geçtiğim nohut
Yolmasından bıkıp kaçtığım nohut
Şehrlolmuş caka satar leblebi
Çorum leblebidir, leblebi Çorum
Bunlar bir bütündür yapılmaz yorum
Kemal der ki hemen her öğün yerim
Gönül senden ayrı beter leblebi

(Bkz. Kemal Özgür Çorum Hâkimiyet Gazetesi 2003)

Halk Hekimliğinde Kuruyemiş

Genellikle mutlu anlarımızın farklı lezzetleriyle tamamlayan kuruyemişler halk hekimliğinde ilaç niyetine de kullanılırlar. Bu kullanım doğrudan kuruyemişin kendisi olabileceği gibi bitkisinin yaprağı, çiçeği, kökü veya yağı biçiminde olabilir.

Beyaz leblebi hem mide asidini ayarlarken hem de zayıflamak isteyenlerin açlıklarını bastırmak için kullandıkları bir çerezdir. Sarı leblebi ise ishali önlemek için kullanılır. Kabak çekirdeği bağırsak parazitlerini düşürmek için; bademyağı, bağırsakları yumuşatmak, sinirleri güçlendirmek, beden ve zihin yorgunluğunu gidermek için; kuru üzüm, sindirimi kolaylaştırmak, kansızlığı engellemek, hastalıktan yeni kalkmış insanların bünyesini güçlendirmek için; incir öksürüğü gidermek, kalbi kuvvetlendirmek; fıstık, enerji açığını kapatmak için (Baysal 2002: 47); fındık, böbrekteki kum ve taşları dökmek için; ceviz öksürüğü gidermek için kullanılır.

Sonuç olarak; yeme içme alışkanlıklarımızın içinde yer alan kuruyemişler sadece eğlenmek, zaman öldürmek için tüketilen yiyecekler değil hem sözlü hem de maddi folklor alanında kullanılan ürünlerdir. Türk misafir ağırlama geleneğinin vazgeçilmez ikramı ve keyifli zamanlarımızın arkadaşı olan bu yiyecekler ülke ekonomisine katkıda bulunurken insanların eğlenmek için söyledikleri bilmecelerde, duygularını yansıttıkları mani ve türkülerde, öğüt vermek için söyledikleri atasözü ve deyimlerde, hayallerini yansıtan masallarda sıkça yer alırlar. Ayrıca doktora gitmeden hastalıklardan kurtulmak için başvurulan halk hekimliği yöntemlerinde de gerek kendileri gerek bitkilerinin kök, kabuk, yaprak çiçek ve yağları çok kullanıldığı için modern tıbba da katkıda bulunurlar.

KAYNAKLAR

Alangu, T. (1967). *Keloğlan Masalları*. İstanbul: Yaylacık Matbaası.

Baysal, A. (2002). *Beslenme kültürü*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yay.

Elçin, Ş. (1990). *Türkiye türkçesinde maniler*. Ankara: Türk Kültürü Araştırma Enstitüsü Yay.

Mahmut Kaşgarlı. (1986). *Divanü lügat-it Türk*. Ankara: TDK Yayını.

Sarıyüce, H. L. (1984). *Keloğlan hikâyeleri dizisi*. Ankara: Anadol Yayıncılık.

Örnek, S. V. (2000). *Türk halk bilimi*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayını.

Özbek, M. (1975). *Folklor ve türkülerimiz*. İstanbul: Ötüken Yayını.

Tezcan, M. (1984). Yiyecek kültürümüzde kuruyemişler. *Türk Folkloru Araştırmaları*, Ankara.

TÜRKÇE SÖZLÜK. (2005). Ankara: TDK Yayını.

Uraz, M. (1978). Türk destanları. *Türk Folklor Araştırmaları*, Ekim, C.18.

KAHVE SÖYLENCELERİ[1]

Pervin ERGUN

Kahvenin, "Allah dostu, din serveri" ve "anneye karşı sevgi ve saygı timsali" olarak bilinen Veysel Karani tarafından keşfedildiğine inanılmaktadır. Karani'nin, memleketi olan Yemen'de, deve çobanlığı yaparken kahveyi yiyen hayvanlar üzerindeki mucizeyi fark ettiği ve insanlığa kazandırdığı, kahvenin keşfi ile ilgili anlatıların en güçlüsüdür. Karani Hazretleri, İslam yolunda harcadığı bir hayat ve fütuhatlar sonucu şehit olduğu ve Diyarbakır-Bitlis karayolu üzerinde, Siirt'e bağlı Baykan ilçesinin Ziyaret beldesinde metfun bulunduğu için sevginin, Türk kültüründe anne sevgisine verilen önemle örtüşmesinin ve kahveye duyulan mistik aşkın da büyük bir katkısı olsa gerektir.

Yemen'in fethinden sonra keşfettiğimiz ve 16. asırdan itibaren de kültür hayatımıza girmeye başlayan kahve, kısa zamanda damak tadımıza taht kurmuştur. Araplar tarafından sadece kaynatılarak içilen kahve, Türk damak tadı gereği kavrularak ve dövülerek pişirilmiş; dünyada da bugünkü anlamda ilk pişirme tekniği olarak zikredilmiştir. Mutasavvıflarla çıktığı yolculuğu sırasında zaman zaman şüpheyle bakılmış; haram-helâl, faydalı-zararlı gibi sebeplerle yasaklanmış; yasaklandıkça da daha fazla ilgi görmüştür (Hattox 1996).

Kahve, dünyada da Türk kültür unsuru olarak dağılmış, Türk kahvesi/içkisi olarak tanınmıştır. Kahve içenlerin Türkleşeceği, Müslümanlaşacağı korkularına rağmen Batı'da da hızla yaygınlaşmıştır. Kahve, Türkleri kötülemek için araç olarak da kullanılmıştır (Sheridan 2004). Hollanda, İngiltere, Fransa başta olmak üzere sömürge kültürüyle yoğrulan ülkelerin sömürü metaı haline gelmiştir. Çoğu sömürgede kahveden başka hiçbir ürün yetiştirilmesine izin verilmediği için pek çok insanın ölümüne, sıkıntı çekmesine sebep olmuş; insanlık tarihi açısından, kendisi gibi buruk bir tat bırakmıştır (Worker 2002:112-117). Almanya'da olduğu gibi politik sebeplerle[2] (Hattox 1996) yasaklanmasına, hatta Papa tarafından da 1710'larda Müslüman-Türk içkisi addedilerek yasaklanmasına rağmen ünü artarak devam etmiştir (Açıkgöz 2000:90-99). Bugünkü pencereden baktığımızda, kahve dünya ticaretinde petrolden sonra ikinci sırada paya sahip olmuş ve "kara inci" (Ramirez-Vallejo 2002: 20-22) lakabıyla tanınmıştır.

16. yüzyıldan itibaren Türk tarihçiler tarafından kaydedilmeye başlanan kahve (Açıkgöz 2000: 97 vd.) edebiyatçılarımız tarafından da konu olarak işlenmeye başlamıştır. Nev'î, Belîğî, Bağdadlı Rûhî, Sâbit, Muhlis Hızır Çelebi ve Ref"î-i Kalâyî; Cumhuriyet döneminde Ahmet Kemal Üçok, Ali Nihat Tarlan, Beşir Ayvazoğlu, Salah Birsel, A. Ayhan Altınkuşlar ve Namık Açıkgöz gibi şairler, kahvenin tarihi serüvenini, şarapla olan rekabetini, verdiği neşeyi vs. konu alan şiirler yazmışlardır.

Kahveyi yeni bir sembol ve imaj olarak edebiyatımıza dâhil eden şairlerden Vehbî "esmer bir civana", Nakkaş Sâî ve Sülûkî "kahve dolu fincanı, siyah ve beyaz renk itibariyle ve şekil benzerliği yönünden hilâle" (Açıkgöz 2000: 92 vd.) benzetmişlerdir. Burhaneddin Mısri kahvenin karalığını göz bebeğine benzetmiştir. (http://www.eniumit.com.tr/yazdir.php?konu_id=1183, 15.02.2010).

Kahve yasağı koyan yöneticiler, din adamları ve kahveye nohut ve arpa karıştırarak hile yapanlar, Bâki, Adanalı Sürûrî, Amasyalı Sülûkî, Osman-zâde Tâib gibi şairlerden nasiplerini almışlar ve ilence uğramışlardır. Sani, Âgehî, Muhîtî, Manastırlı Keşfî, Rusçuklu Emânî, Abdurrahman Şeref Beğ, Sümbülzade Vehbî ve Nev'î gibi kahve muhalifi olan şairler de boş durmamışlar; genellikle şarapla karşılaştırdıkları kahvenin "keder verici", "karanlık" özellikleri üzerinde durarak içenleri ve kahvehanelere gidenleri bayağılıkla suçla-

1 *Bu makale, Türk Kahvesi Söylenceleri adıyla 2011 yılında* Türk Kahvesi Kitabı *(Edt. Emine Gürsoy Naskali)'nda İstanbul: Kitabevi Yayınları, sayfa: 103–116'da yayımlanmıştır.*

2 *İthal ettikleri Hollanda ve Fransa'ya döviz ödememek için. Daha geniş bilgi için bk. Hattox, age.*

mışlardır. Bu konuda en ilginç yorumu yapan Şeyhî Mustafa, rengi itibarıyla kahveyi kargaya, şarabı tûtîye benzeterek "artık tûtî yuvasına karga konduğunu" belirtmiştir. 17. yüzyıl şairi Nağzî tarafından kahve ve bade mazmunu kullanılarak oluşturulan, 4069 beyit tutarındaki Münâzara-i Kahve vü Bâde (Açıkgöz 2000: 90), kahvenin sosyal hayattaki yerini göstermesi açısından önemlidir.

Yemen faciası ve Arap ihaneti sonrası genç Türkiye Cumhuriyeti aydın ve yazarları, Türk milletinin kırgınlığını ifade etmek için, hikâye kahramanlarının ağzından seslendirerek kahveyi "Arabın acı suyu" sıfatıyla basite indirgemek istemişlerdir. (Kaplan 1997: 178) Arap ihanetine karşı kalp kırıklığı ve gönül kırgınlığı değişik deyimlerde ve kültür kalıplarında yaşamaya devam etmiş; fakat "adı bir fincan kara su ama yeri geldiğinde yüz ağarttığı ve bir tabla yemekten ziyade hora geçtiği için" toplumda, kahveye karşı kırgınlık kalmamıştır. Kurtuluş Mücadelesinde cephede yaşanan kahve ile ilgili anlatılar da kültürümüzün vazgeçilmez içeceğini tescillemiştir (Özakman, 2005).

Âşıkların şiirlerinde ve türkülerde de kahve motifi yaygın bir şekilde işlenmiştir. Karacaoğlan'ın "Bana kara diyen dilber" güzellemesinde "Ağalar beyler içerler/Kahve de kara değil mi?" diyen sözleri, asırlara meydan okuyarak bugünlere gelmiştir. Kaynağı paylaşılamayan "Acem Kızı" türküsünde sevgilinin ağzının kahve fincanına benzetilmesi, türkünün paha biçilemez değerinin göstergesidir. Daha önceki edebiyatımızda, küçüklüğü, hatta nokta kadar oluşu ile sıfatlandırılan güzel ağız sembolünün yerini, artık, daha üstün bir benzetme almıştır. İmaj olarak ifade edebileceğimiz bu benzetme, sevgilinin ağzını şekil açısından değil de "sır tutma, falda çıkma, gizemli olma" gibi müphem anlamlara gelebilecek bir yönden tanımlıyor olmalıdır. Bu müphemiyet bütün sevgililerin ağzının güzelliğinin tanımı oluvermiş ve bu yüzden de millete mal olmuştur. "Sürüverin cezveler kaynasın" oyun havasıyla, "Yeni cezve yeni cezve kaynar kaynamaz oldu" türküsü de halk tarafından çok sevilmiş klasiklerdendir.

Kahve kültürü sadece edebiyata değil, çeşitli sanatlara da yansımıştır. Özellikle kahve fincanı süsleme, Türkün ince, zarif, harikulade süslemecilik geleneğini ortaya çıkarmıştır. Kahve içmek güzeldir ama onu zevkiyle, yani işlemeli bakır tepsilerde sunulan, ince, zarif fincanlardan içmek daha da güzeldir. Türkün ihtişamlı kültürünün sanata yansıması olarak görülen bu eserler dünya kahve kültüründe de "Türk kahvesi fincanı" olarak itibar görmüştür. Altın, gümüş, telkari vs. işlemeli zarflarda sunulanları da ayrı bir estetik abidesi olarak kabul edilmiştir.

Kahve ile bağlantılı olarak bir başka sanat, kültürümüze dışarıdan girmiş olmakla birlikte, "kahveci güzeli" portreleridir. Bir dönem tepsilerde; ipek duvar halıları, yatak örtüleri ve masa örtülerinde "kahveci güzeli" portreleri pek moda olmuştur. Hatta filmi bile yapılmıştır. 60'lı 80'li yıllarda hemen hemen her evde bunlardan biri muhakkak bulunurdu. Şehir kültürünün modernlik sembolü olan ispirto ocaklarında kahve pişirme geleneği gibi bu eşyalar da günlük hayatımızdan çekilip sandık köşelerine gizlendi.

Türk düşüncesine göre hemen her şeyin bir yaratılış ve ortaya çıkış miti vardır. İlk kullanıcısı veya icat edicisi anlamında kullanılan pir anlatısı, kahve için de söz konusudur. Efsaneye göre kahveyi ilk keşfedenin Veysel Karani olduğuna inanılmaktadır. Erzurum'dan derlenen bir mite göre ise kahvenin piri k…. bir kadındır. Kadın öldükten sonra mezarın göbeğinde bir kahve ağacı bitmiştir (Seyidoğlu 2005:139). Kahve ile ilgili yukarıda verdiğimiz iyi ve kütü yöndeki pek çok tartışma, bu durumda anlamlı olmaktadır.

Bugüne kadar şairlerin, âşıkların şiirlerine malzeme olacak kadar şanlı bir geçmişi olan, taşa, bakıra, tepsiye altın varak olup işlenen, halı motiflerine ilham kaynağı olan kahvenin aile kültürüne girmesi de kaçınılmazdır. İthal bir ürün olan kahvenin kıt bulunduğu dönemlerde nohut ve arpa gibi ürünlerle karıştırılması, Ege yöresinde olduğu gibi kenger dikeninin tohumlarının kavrulup kahve niyetine içilmesi, kahve kültürümüze eklediğimiz icatlardandır.

Kahve, Türk toplumunda önceleri, Karacaoğlan'ın da belirttiği gibi, ağaların, beylerin ve şeyhlerin ağız tadı olmuştur. Zaman içinde anlam değiştirerek halk dilinde "Buyurunuz, bir acı kahvemizi içiniz" sözü ile alçak gönüllülük ve tevazu sembolüne dönüşmüştür. Ama "Fakirhanemize şeref veriniz" gibi eski tevazu sözlerinin yerine kullanılırken, "Bir fincan kahvenin kırk yıl hatırı vardır" sözüyle bağlantılı olarak anlamı daha da zenginleştirmiş, dostlukları daha da perçinleştirmiştir. Fakat en zengininden en fakirine, köylüsünden

şehirlisine kadar her çeşit ailenin misafir karşılama-protokol içeceği olmaya devam etmiş; itibarından bir şey kaybetmemiştir.

Eskisi kadar olmasa da geleneğe göre, evlerde, ocak başlarında, gerek aile fertleri arasında gerekse misafirlere kahve ikramı tören havasında geçmektedir. Kahve pazardan çiğ alınmakta, bakır tavalarda, közde, günlük kavrulmakta; el değirmeninde çekilmekte veya dibekte dövülmektedir. Günümüzde köylerimizde devam ettiğine şahit olduğumuz bu işlemler misafirin gözünün önünde cereyan etmektedir. Sıcak sıcak çekilen kahve, bakır cezvelerde yine közde ve soğuk su katılarak, misafirin huzurunda pişirilmektedir. Ege yöresinde közde fokurdatılan ve "kahve kütletmek" de denilen kahvenin içine geleneksel olarak her evin balkon-hayatında bulunan mercan köşkü saksısından taze bir dal koparılmakta, ikram sırasında kahvenin içine batırılmaktadır. Kekiğin bir türü olan bu zarif yapraklı dal, kahvenin acımtırak kokusuna güzel bir tat vermektedir. Bazen de önceden kurutulmuş mercan köşkü, kahve ile birlikte çekilerek pişirilmektedir. Muğlalıların mercanköşklü kahvesi günümüz âlim ve şairi olan Prof. Dr. Namık Açıkgöz tarafından yazılan Kahvenâme'ye de konu olmuştur:

"Muğlalılar buldı mercânköşklü esved kahveyi

Anı eslâf add idermiş ehl-i irfân şerbeti" (Açıkgöz 2000 : 92)

Türk evinde kahve hokkasının yanında duran önemli aletler dibek veya kahve değirmenidir. Daha eski bir gelenek olan kahve dibekleri günümüzde yer yer görülmekle birlikte yerlerini değirmenlere bırakmıştır. Değirmende öğütülen kahveye göre daha iri olan dibek kahvesi, başta İzmir olmak üzere Ege bölgesinde ve Kastamonu gibi Anadolu'nun bazı yörelerinde günümüzde de tiryakilerin ağız tadı olmaya devam etmektedir. Mutfaklarımızın başköşesini süsleyen kahve değirmenleri ise Türkün ince zevkinden nasibini almış eserlerdir. "Naylon, melamin, paslanmaz" tabaklar çıktığında pek çoğu sokak satıcıları tarafından değiş-tokuş yöntemiyle evlerini terk etmeye başladığından beri başköşeler de boynu bükük kalmıştır.

Uzun kış gecelerinde kahvenin yanında lokuma ilaveten, közde pişirilmiş ceviz ve kestane, yine közde bakır tavalarda kavrulmuş kuruyemiş ve kavurga ikram edilmektedir. Yazın ise meyve de ikram edilmektedir. Tadına doyum olmayan bu ocak başı sohbetlerine çıralı odunların çıkardığı kıvılcımlar ve yine odunların çıkardığı ıslık eşlik etmektedir. Dekorun en önemli parçası ise koca kütüklerin alazlattığı ocaktır. Isınma gerekçesi de olduğundan herkes yarım ay biçiminde ocak çevresinde oturmakta, canlı yayında kahvenin eve girişinden sonraki serüvenine şahitlik etmektedirler.

Kahvenin yanında sunulan suyun da geleneksel kültürümüzde içme adabı vardır. Kahveden önce içilmesi, kahve için ağzı temizlemek, kahvenin zevkine varmak anlamına gelmektedir. Tiryakiler, genellikle bu şekilde içmeyi tercih etmektedirler. Suyu kahveden sonra içmek ise acemi işi olarak görülmekte ve "kahveyi sele vermek" şeklinde tabir edilmektedir.

Kahvenin keyif verici etkisi, dost, arkadaş, akraba, komşu gibi sosyal çevrenin toplanmasına da vesile olmaktadır. Şairi belirsiz pek çok kahve şiirinden biri olan, güzelliği ile de anonimleşen,

Gönül ne kahve ister ne kahvehane

Gönül muhabbet/bir dost ister kahve bahane

dizeleri Türk kültüründe kahve, dost, muhabbet kavramlarını bir arada buluşturmuştur.

Kahve zevki, ehlikeyif terimini ortaya çıkarmıştır. Avusturyalılar ehlikeyfi ifade edebilmek için "rahat Türk kahvesi" terimini kullanmışlardır (Soytürk 2005: 32, Açıkgöz 2000: 90). Ehlikeyiflerin bu özelliği şu dizelerde dile getirilmiştir:

Ehlikeyfin keyfini ne tazeler?

Taze elden, taze pişmiş, taze kahve tazeler

Aile kültürümüzde kahve içme ile ilgili olarak hanımlara erkeklerle eşit haklar tanınmıştır. Sigara ve içki ile ilgili kısıtlama kahve ve çay için söz konusu olmamıştır. Kahvehanelerin yasaklandığı dönemlerde kahve evlere girerek gelenekleşmiştir.

Haremde devletin üst düzey yöneticileri ile evlendirilmek üzere eğitilen kadınların öğrendikleri şeylerden biri de kahve pişirme sanatı ve ikram etme tekniğidir. Böylece evlerde geleneğin şekillenmesine ön ayak olmuşlardır.

Erkekler kahve kültürü anlamında sosyalleşmeyi kahvehanelerde yaşarken, hanımlar normal gezmelerin haricinde "sabah kahvesi" kültürü oluşturmuşlardır. "Çay saati", ikindi gezmesi/beş çayı anlamında kullanılırken, sabah gezmesi "sabah kahvesi" adıyla anılır olmuştur. "Sabah kahvesine gitmek" sabah kahvaltıdan sonra, eşin işe, çocukların okula uğurlanmasından sonra yapılan –genellikle- komşu gezmeleri anlamında kullanılmaktadır. "Kısa günün kârı" kabilinden bu gezmelerde kahvenin yanında tatlı-kuruyemiş-lokum gibi şeyler ikram edilmektedir. Misafire ikram için fazla bir hazırlık yapılmaz. Misafirler de genellikle günlük kıyafetleri ile komşuya "geçiverirler". Kısa süren ve az katılımcı ile yapılan bu gezmelerde daha samimi, candan, terapi mahiyetinde konuşmalar yapıldığı için tadına doyum olmaz.

Yeme içme kültürümüz içinde kahve ile ilgili en önemli buluşlardan biri de "kahvaltı" sözcüğüdür. "Kahve+altı" kahveden önceki yemek anlamında iki kelimenin birleşmesinden oluşan terim "sabah yemeği" karşılığında kullanılmaktadır. Kuşluk yemeği, öğle yemeği ve akşam yemeği ile ilgili böyle bir terim türetilmezken sabah yemeği için türetilmiş olması, kahvenin önceleri sabah içeceği olarak görülmesinden olmalıdır. Zaman içinde her yemeğin üstüne, hatta vakitli vakitsiz, saatli saatsiz içilmeye başlanmıştır.

Kahve kültürümüzün canlı kalmasının bir başka yönü kahve fallarıdır. Gaibi sadece Allah bileceği için din adamlarımızca yasaklansa da kahve falı bakıcılığı diğer falcılıklardan çok daha fazla revaçta olmuştur. Kahve falcılığının pirinin Ermeniler olduğuna inanılmaktadır. Fala baktıranların büyük çoğunluğu tarafından dinle de ters düşmemek için, "Fala inanma, falsız da kalma" felsefesiyle hareket edilmiş ve uygulamalar sadece eğlence amaçlı olarak sürdürülmüştür. Fincan tabağa kapatılırken niyet tutulması ve "Kahvem pir/Fincanıma gir/Fincanımdan çık/Kalbime gir" (Duvarcı 1987: 67) tekerlemesi söylenmesi de gelenekleşmiştir. "Neyse halim çıksın falim" ise daha çok kullanılan bir fal tekerlemesi olarak söylenegelmiştir.

Fala gerçekten inananlar açısından ise ciddi sonuçlar doğurduğuna da inanılmıştır. Eskiden evlerde kahve içildikten sonra uygulanan gelenek, günümüzde "kafe"lere taşınmış; meslek haline gelmiş; hatta promosyon malzemesi dahi olmuştur. Evlerde içildikten sonra gizemli görülen fincanların falcılara taşındığına şahit olunmuştur. Son zamanlarda, bazı meşhur falcıların, gerektiğinde uçakla yolculukları temin edilerek başka şehirlerdeki fincanların talihine yetiştirildiği basında yer almaktadır.

Fincanı, tabağı, pek çok kuralları ve inanışları ile kahve falcılığı ve kahve falına bakanların başlarına gelen pek çok gizemli olay üzerine bir çalışma yapılsa, ciltler tutacak kadar çok malzeme toplanır. Bu sayede Türk kahvesi, dünyada üç büyük kahve türünden biri olarak haklı yerini çok uzun yıllar korumaya devam edecektir. Köpüğü bol, fal bakmaya elverişli manzara sunduğu için Türk insanı da gerek yerli gerekse yabancı firmaların ürettiği makinelere rağmen geleneksel usulle, kısık ateşte, bakır cezveyle kahve pişirmeye devam etmektedir.

İçecek kültürümüzde bu kadar önemli bir yeri olan, dünyaya da "Türk içkisi" adıyla yayılan kahvenin, aile terbiyesi anlamında genç kuşaklara aktarılması da doğal bir süreçtir. "Çocuklar/kızlar kahve içmez; içerlerse kararırlar" gibi bir gerekçe ile çocuklar, özellikle de kız çocukları, kızlık zarına zarar verebileceği gibi uçuk sebeplerle, gizemli içeceğin olası tehlikelerinden uzak tutulmuşlardır. 1-2 yaşını geçmiş ama yemekten sonra annesinin sütünü de bırakamayan çocuklar için "sütlü kahve içiyor" denmekte, tosuncuk haliyle yaptığı keyif, kahveyle özdeşleştirilmektedir.

Kültürümüzde "istenmedik kız kahvesi baş ağrıtmaz" şeklinde bir inanış vardır. Burada henüz görücüye çıkmamış, yeni yetişmekte olan genç kızlar kastedilmektedir. Evin yetişmekte olan genç kızı tarafından yapılan kahve ikramı, misafirler tarafından geri çevrilmez; "İstenmedik kız kahvesi içelim de başımız ağrımasın" denilir. "Yetişmekte olan genç kız" ile ilgili mitolojik bir kökene dayanan bu inanç kültürümüze sonradan eklenen kahveye de monte edilmiştir.

Kahvenin aile kültüründe temsil ettiği önemli rollerden bir diğeri ise kız isteme töreninde yaşanmaktadır. Çocukların mürüvveti ile ilgili ilk adım "kahve içme" adıyla anılmaktadır. Geleneğin tam olarak ne zaman oluştuğunu bilemiyoruz ama herhalde bu serüvenin ikinci aşaması olan "şerbet içme" faslının önüne eklenmiş olmalıdır. Vaktiyle "şerbet içme" ile başlayan gelenek, anlam kaymasına uğramış olmalıdır.

Görücü gidilen kızın güzel kahve pişirmeyi bilmesi çok önemlidir. Bakır cezvelerde, bol köpüklü, bol telveli, tam kıvamında ve tam kaynama derecesinde ocaktan alınıp fincanlara doldurulan kahve, görücülerden tam not alacaktır.

Kahvenin güzel pişirilmesi kadar güzel sunulması da önemlidir. Fincanlarda dudak payının bulunup bulunmadığı, dışına taşırılıp taşırılmadığı, fincanların saplarının yönü, köpüğü, tepsiyi tutuş şekli, misafirlere uzatış şekli, yanlarında suyun bulunup bulunmadığı gibi pek çok detay "not"a tabidir. Tepsiye koyu kahve-açık kahve veya beyaz iplik, ipek seçenekleri ile yapılmış kahve tepsisi örtüleri ve başta telkari olmak üzere fincan zarfları kahve zevkinin ve zenginliğinin sınır tanımadığının işaretleridir. Kahve pişirme ve sunma, kızın mahirliğinin göstergesi olarak kabul edilmektedir.

Normal zamanlarda gelen misafirlere "kahveyi nasıl içecekleri" sorulurken, kız isteme durumunda genellikle sorulmaz. Çünkü kahvenin özelliği, kızın ve ailesinin gelen misafirlere karşı ne düşündükleri ile ilgili fikir verecektir. Kahve bol şekerli ve yanında lokum-tatlı-çikolata[3] ile ikram edilmişse "kızın ve ailesinin gönlü var" demektir. İçine şeker yerine tuz katılmışsa "bu iş olmayacak" demektir. Böyle bir durumda genellikle ortamda soğuk bir hava eser ve misafirler fazla oyalanmadan müsaade isterler. Ev sahipleri, kırıcı olmamak ve niyetlerini de belli etmek için nezaketen böyle bir yolu tercih edebilirler. Kız ile oğlan birbirlerini seviyorsa ve anlaşmışlarsa muziplik olsun diye de damada tuzlu kahve ikram edilmektedir. "Sevi için tuzlu kahve bile içilir" felsefesi ile damat adayının bu kahveyi içmesi farz olmuştur.

Kahvenin aile terbiyesindeki rolü görücüye çıkmakla sınırlı değildir. Asıl rol, bir hayat felsefesi olarak ömür boyu devam edecektir. Türk aile terbiyesine göre evin hanımının evdeki eksiklikleri misafire bildirmemesi gerekmektedir. Aksi takdirde çok ayıp olarak karşılanan bu durum, kadının ailesinden aldığı terbiyenin göstergesi olarak muamele görmektedir. Aile kültürünün pek çok unsuru ile temsil edilen bu gelenekten kahve de nasibini almıştır. Aileler şöyle bir anlatıyı özellikle kız çocuklarına sık sık anlatırlar ki hatırlarından çıkmasın:

"Vaktiyle kıtlık zamanlarında şeker bulunmaz olmuş. Bu yüzden kahve bile pekmezle yapılıyormuş. Ağaların, beylerin evinde de durum aynıymış. Ağanın güngörmüş, usul erkân bilen hanımı, "evde şeker yok" dese ayıp olacak. Misafirlere "ağa kahvesi mi içersiniz, bey kahvesi mi" diye sorarmış. Misafirler de "bunların nasıl olduğunu sorsa ayıp olacağını ve cehaletinin ortaya çıkacağını düşündüğü için soramazmış. Kimi ağa kahvesi, kimi bey kahvesi istermiş. Evin hanımı da bu usulle herkese sade kahve ikram edermiş."[4] Kimse kendi evinde şeker olmadığına bakmaz; "ağanın evinde şeker yok" velvelesi ile ağanın itibarının on paralık edilmesinden ancak bilge bir hanım sayesinde kurtulunacağını bilen aile büyükleri, çocuklarına böyle bir kurgu içinde uyarı vazifelerini yapmaktadırlar.

Konu ile ilgili bir başka anlatı da şöyledir:

"Eskiden birileri kız istemeye gitmişler. Kahveler içilmiş, çaylar içilmiş, bitmiş. Kızın sözü verilmiş. Geleneğe göre erken kalkmaları gereken misafirler, kalkmamışlar; muhabbete dalmışlar. "Bi kahve daha kütletelim şuraya gidelim, bi kahve daha kütletelim, buraya gidelim" deyip durmuşlar. Kahvenin bittiğini söylemekten ar eden ve uzayan seremoniden sıkılan kızın annesi: "Oturduğunuz yerden kalkıp eve gidemediniz; başka yere nasıl gideceksiniz" diyerek durumu kurtarmaya çalışmış. Geç olduğunu fark eden misafirler utanmışlar ve kalkıp evlerine gitmişler."[5]

Türk insanı, karşıdakini incitmeyecek tarzdaki açık sözlülükle, kurgu içindekiler vasıtasıyla, gelecekteki gelenek uygulayıcılarına çok ince mesajlar vermekte ve kültür inceliklerimizin devamlılığını temin etmektedir. Benzer anlatılar başka yiyecek sembollerimizle, ama farklı kurgularla da nesiller boyu aktarılmakta ve yaşatılmaktadır.

Misafire "Türk kahvesi mi istersiniz, neskafe mi" diyerek son yıllarda yeni bir görenek oluşmuştur.[6] Biraz cehalet, biraz aile terbiyesinde gösterdiğimiz zafiyet, ya da yeni çeşitlere hazırlıksız yakalanma, basının da etkisiyle faciaya dönüşmek üzeredir. Türkiye'de, özellikle de evlerimizde, sorunun böyle sorulması ayıp

---

3 Bazı yörelerde sadece kahve ikram edilmektedir.

4 Pembe Horasan'dan (Selanik 1923-Kuyucak 2009, lise mezunu) 05. 02. 1988'de Aydın'ın Kuyucak ilçesinde derlenmiştir.

5 Fatma Ergun'dan (Muğla-Milas-Türbe-Ortaköy 1961, ilkokul) 20.11.2009'da Milas-Kargıcak'ta derlenmiştir.

6 Daha geniş bilgi için bkz. Esra Bilge, "Geçmişten Günümüze Türk Kahvesi-Tüketim Kültürü Bağlamında", Türk Kültürü Türk Kültürü Araştırmaları Dergisi 2008/1, s. 1-11.

kabul edilmelidir. "Kahveniz nasıl olsun", "kahvenizi nasıl istersiniz" vb. sorulmuş olsa, zaten "sade", "orta", "az şekerli", "sütlü", "bol şekerli", "üçü bir arada"(!) gibi cevaplar verilecek; durum anlaşılacaktır.

Eskiden kahvenin "okkalı"sı makbuldü. "Okkalı kahve", telvesi bol, kıvamı koyu ve bol köpüklü kahve demektir. "Mercan köşklüsü", "cilvelisi"[7], "kengerlisi" derken günümüzde sakızlısı, çikolatalısı, fındıklısı, nanelisi, baharatlısı vb. gibi zengin seçenekleri ile hem damak tadımıza hem de gönlümüze keyifle kurulmuştur.

Kültürümüzde kahve içildikten sonra hayır-dua sözleri söylenmektedir. Bunlardan en yaygın ve özgün olanı "Ferah kahveleriniz olsun" sözüdür. "Hacı kahveleriniz olsun", "Elinize sağlık", "Eliniz, kolunuz dert görmesin" de kalıplaşmış hayır dua sözleridir. Ev sahibi de buna karşılık olarak "Afiyet olsun", "Amin, hep birlikte" gibi sözler söylemektedir.

Sonuç olarak Türk milletinin, Osmanlı coğrafyası ve Türk dünyasının bugün de yaşayan, kültürel vatan sınırlarını belirleyen ve sembolü haline gelen kahveyi Türk gibi içmesi; Türk gibi sahip çıkması gerekmektedir. Türk kahvesi diyerek ötekileştirmemesi gerekmektedir. Onu bırakalım, yabancılar söylesin ve içsin; Türk milleti değil.

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynalar

Açıkgöz, N. (2000). Kahvenin edebi serüveni. *Yeni Türkiye*, 34, s. 90-99.

Albayrak, İ. Bir Başka Kahve Hikâyesi. 15.02.2010. http://www.yeniumit.com.tr/ yazdir.php?konu_id=1183.

Bilge, E. (2008). Geçmişten günümüze Türk kahvesi-tüketim kültürü bağlamında. *Türk Kültürü, Türk Kültürü Araştırmaları Dergisi*, 2008/1, 1-11.

Duvarcı, A. (1987). *Türkiye'de falcılık geleneği ile bu konuda iki eser "risale-i falname li ca'fer-i sadık" ve "tefe'ülname.* GÜ, Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara.

Düzgün, D. (2005). *Erzurum'da kahvehaneler ve âşık kahvehanesi geleneği*. Ankara: Aktif Yayınları.

Hattox, R. S. (1996). *Kahve ve Kahvehaneler*. (N. Elhüseyni, Çev.). İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları.

Kaplan, M. (1997). *Hikâye tahlilleri*. İstanbul: Dergâh Yayınları.

Özakman, T. (2005). *Şu çılgın türkler*. İstanbul: Bilgi Yayınevi.

Ramirez-Vallejo, J. (2002). Bir Kahve Molası. *Foreign Policy*, Eylül-Ekim 2002, 20-21.

Revolutionary W. (2002). Üçüncü dünyaya sefalet demleyen kar tiryakileri. (Ç. Arın, Çev.), *Cosmopolitik Dergisi*, Sayı: 2, Kış 2002, 112-117.

Seyidoğlu, B. (1985). *Erzurum efsaneleri*. Ankara: Ankara Ü. Basımevi.

Sheridan, C. (2004). *Sade Türk kahvesi*. (Z. Güden, Çev.). İstanbul: Arion Yayınevi.

Soytürk, M. (2005). *Türk kahvesi ve lokumun öyküsü*. İstanbul: Filiz Yayıncılık.

Sözlü Kaynaklar

Pembe Horasan, (Selanik 1923-Kuyucak 2009, lise mezunu) 05. 02. 1988'de Aydın'ın Kuyucak ilçesinde derlenmiştir.

Fatma Ergun, (Muğla-Milas-Türbe-Ortaköy 1961, ilkokul) 20.11.2009'da Milas-Kargıcak'ta derlenmiştir.

7 *Manisa yöresinde köpüklü kahvenin üzerine çifte kavrulmuş ve dövülmüş badem ve iki çeşit baharat dökülerek yapılır. Önce kaşıkla bademleri yenir, sonra kahvesi içilir. Daha geniş bilgi için bk. 21 Mayıs 2009 tarihli Hürriyet gazetesi, s. 4.*

TÜRK YEMEKLERİNDEN SEÇME TARİFELER

TÜRK YEMEKLERİNDEN SEÇME TARİFLER

Nimet BARI - Pervin ERGUN - Hasan KÖKSAL

UN TARHANASI ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tarhana	4 yemek kaşığı	40
Su	6 su bardağı	1200
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Salça	1 yemek kaşığı	10
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Nane	1 tatlı kaşığı	0,75

Porsiyon Adedi: 4

Barı 2007

YAPILIŞI

Tarhana 6 su bardağı soğuk suyla ıslatılıp, 15-20 dakika arada bir karıştırılarak bekletilir. Diğer tarafta derin bir tencerede tereyağı eritilip, salça ile kavrulur. Salçalı yağın içerisine ıslatılan tarhana soğuk olarak konulur. Orta ateşte karıştırılarak kaynatılır. Kaynadıktan sonra ateş kısılır ve kıvam alıncaya kadar ortalama 7-8 dakika pişirilir. Servise alırken üzerine kuru nane ve arzu edilirse pul biber gezdirilir.

Not: Anadolu'da çok çeşitli tarhanalar yapılmaktadır. Çorba yapılırken içine konulan malzemeler de farklılıklar gösterir. İç Anadolu'da kavurma, kıyma konulduğu gibi Ege'de haşlanmış börülce, kurutulmuş biber, sarımsak, bazı yörelerde de haşlanmış nohut ilave edilmektedir.

YÖRE: İç Anadolu

SÜT TARHANASI

Malzemeler)	Ölçü	Birim (gr)
	Kışlık Tarhana Hazırlamak İçin	
Dövme (Buğday)	-	3000
Su	-	3000
Süt	-	1500
	Günlük Pişirmek İçin	
Nohut	1 su bardağı	
Tarhana	2 su bardağı	400
Su	4 su bardağı	800
Süt	2 su bardağı	400
Pul Biber	1 tatlı kaşığı	2
Tuz	1 tatlı kaşığı	6

Porsiyon Adedi: 6

Barı 2007

YAPILIŞI

Kışlık tarhana hazırlamak için; dövme buğday suyla iyice haşlanır. Keşkek gibi katılaşınca süt dökülüp tekrar koyulaştırılır, ateşten alınır. Soğuyunca geniş bir kaba alınıp suyunu çekmesi beklenir. Bir gün sonra güneşe serilir. Kurudukça küçültülür ve ters yüz edilir, tamamen kuruyunca bez torbalarda saklanır. Çorba pişirileceği zaman, akşamdan ıslatılmış nohut ile yıkanıp süzülmüş olan tarhana dört su bardağı suyla pişirilir. Koyulaşınca süt ilave edilir ve sütle birlikte yumuşayıncaya kadar tekrar pişirilir, üzerine istenirse pul biber serpilir, tuzu kontrol edilir. Sıcak veya ılık olarak tüketilir. Gülnar'ın köylerinde hâlâ yapılmaktadır. Ancak diğer tarhana türlerine göre unutulmaya yüz tutmuştur (Keser).

NOT: Aynı tarhana süt yerine ayranla yapılır. Pişirince de ayran dökülerek tüketilir.

YÖRE: İçel (Gülnar)

TERHUN YAHNİSİ

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Gerdan eti (boyu)	-	500
Un	1 su bardağı	110
Tereyağı (erimiş)	1 su bardağı	200
Et suyu	6 su bardağı	1200
Yoğurt (süzme)	1,5 su bardağı	350
Terhun otu (kurusu)	1 yemek kaşığı	5
Sarımsak (isteğe göre)	2-3 diş	
Tuz	2 tatlı kaşığı	12

Porsiyon Adedi: 10

Barı 2007

YAPILIŞI

Gerdan eti, suyu berraklaşıncaya kadar yıkanır. Düdüklü tencerede 6-7 bardak suyla 45 dakika pişirilir. Etler tavuk eti gibi didilir. Suyu da ayrılır. Tereyağından bir kaşık ayrılır, geri kalanı ile un hafif ateşte açık renkte kavrulur. Kavrulan unun üzerine 2 bardak soğuk su dökülür, telle hızlıca karıştırılarak pütürleşmeden kaynatılır. Etler de ilave edildikten sonra kısık ateşte 5-6 dakika daha pişirilir. Diğer tarafta yoğurt bir bardak suyla ezilir, istenirse sarımsaklanır, ezilmiş yoğurda kaynayan yemeğin suyundan azar azar dökülerek ılıştırılır. Yoğurt yemeğin içine karıştırılarak ilave edilir. Son olarak terhun ve tuz eklenir. Bir taşım kaynatılır ve ateşten alınır. Sıcak servis yapılır. Üzerine arzu edilirse tereyağı ve terhun gezdirilerek süslenir. Ana yemek olarak tüketildiği gibi, çorba olarak da tükedilirse tereyağı ve terhun gezdirilerek süslenir. Ana yemek olarak tüketildiği gibi, çorba olarak da tüketilmektedir.

NOT: Terhun Konya'da yetişen bir ot çeşididir. Aroması birkaç baharatı içeriyormuş gibidir. Tazesi ile yapıldığı gibi kurutulmuşu ile de yahnisi yapılabilir. Kaynak kişiler, artık bu yemeğin unutulmaya yüz tuttuğunu söylemişlerdir (Yaşa, Kurdoğlu, Şener).

YÖRE: Konya

BAMYA ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kuru çiçek bamya	100 gr	100
Orta Yağlı Koyun Kuşbaşı	200 gr	200
Soğan	2 orta boy	140
Domates Salçası	2 yemek kaşığı	20
Margarin veya Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Limon suyu veya limontuzu	2 yemek kaşığı	20
Su	10 su bardağı	2000
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2

Porsiyon Adedi: 5

Barı 2007

YAPILIŞI

Bamyalar bir teflon tavada yanmamasına dikkat edilerek kavrulur. Üzerindeki tüylerin gitmesi için bir bez veya peçete içinde ovuşturulur. Bir süzgeçten geçirilerek temizlenir. Bu arada tuz ve limon suyu eklenmiş olan su kaynatılır. Bu suda bamyalar haşlanır, iplikleri çıkarılır. Diğer tarafta ince kıyılmış et bir fincan suyla ateşe konur, kendi yağına kalıncaya kadar arada bir karıştırılır, hafif kavrulup, içerisine incecik kıyılmış soğan ve tereyağı eklenip kavurmaya devam edilir, soğanlar solunca salça konularak bir-iki dakika daha kavrulur. 5 su bardağı kaynamış su ilave edilir, tuz atılır. Bu arada haşlanmış olan bamyalar süzülür ve iplerinden çıkarılıp kaynayan karışıma ilave edilir. Etler ve bamyalar iyice yumuşayınca limon suyunun kalanı ilave edilir, bir iki taşım kaynatılıp, ateşten alınır. Üzerine karabiber veya maydanoz konularak servis edilir.

NOT: Bamya çorbası çok sıcak servis edilir. Konya'nın çok özel yemeklerinden birisidir. Düğünlerde olmazsa olmaz.

NOT: Bamyanın tüylerinin kolay temizlenmesi için teflon tavada hafif kavurulur. Kavurma esnasında renginin değişmemesine dikkat edilir. Sonra temiz bir bez arasında oğuşturulur, temizlenir. Böyle yapılırsa daha hoş kokulu olur. Soğan ve et ayrı ayrı pişirip sonra karıştırılarak da yapılmaktadır (Şeren).

YÖRE: Konya

ERZİNCAN ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kıyma	-	200
Soğan	1 orta boy	150
Yumurta	1 adet	50
Tuz	1,5 tatlı kaşığı	9
Kimyon	1 çay kaşığı	1
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Kırmızıbiber	1 çay kaşığı	1
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Erişte	1 su bardağı	100
Yoğurt (süzme)	2 su bardağı	500
Sarımsak	2-3 diş	10
Kuru nane	1 tatlı kaşığı	0,75

Barı 2007

Porsiyon Adedi: 6

YAPILIŞI

Kıyma, 1 adet kuru soğan rendesi, yumurta 1 çay kaşığı tuz, kimyon, karabiber, kırmızıbiber yoğrulur. Nohuttan az büyük yuvarlak köfteler yapılır, un serpilmiş bir tepside yuvarlanır. Diğer tarafta çorba tenceresinde tereyağı ile bir adet ince doğranmış soğan kavrulur, köfteler de soğanın üzerine konularak kavurmaya devam edilir, hafif rengi değişince 6 bardak sıcak su ilave edilir, karıştırılır, kaynamaya bırakılır. Tuz konur ve erişteler de bu karışıma atılır. 15 dakika pişirilerek ateşten alınır. Diğer tarafta sarımsaklı yoğurt hafif sulandırılarak hazırlanır. Ilıştırılarak çorbaya karıştırılarak eklenir. Fazla kaynatılmadan ateşten alınır. Çorbanın üzerine kuru nane ya da isteğe göre kırmızıbiberli tereyağı eritilerek gezdirilir ve sıcak olarak servis yapılır (Tanrıverdi).

YÖRE: Erzincan

KULAK ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Nohut (ıslatılmış)	1 su bardağı	175
Kaburga eti	-	300
Yumurta	1 adet	50
Su	1 su bardağı	200
Un	aldığı kadar	
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Kıyma	-	200
Kuru soğan	1 küçük boy	50
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Nane	1 tatlı kaşığı	2
Limon suyu	2 yemek kaşığı	10
Salça	2 yemek kaşığı	20

Porsiyon Adedi: 6

Barı 2007

YAPILIŞI

Akşamdan ıslatılmış nohut ve et üzerini geçecek kadar suyla haşlanır. Diğer tarafta yumurta, bir bardak su ve tuz konularak aldığı kadar unla yoğrulur. Kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapılır, özleştirilir ve on dakika dinlenmeye bırakılır. Kıyma bir kaba alınıp, rendelenmiş soğan, tuz ve karabiberle karıştırılır (Mantı içi hazırlanır). Hazırlanan hamur iki bezeye ayrılır ve bezeler açılarak hamur şeklinde karelere bölünür. Hazırlanan kıymalı içten konularak mantı gibi dört köşesinden tutulup ortada birleştirilerek katlanır. Hazırlanan mantılar haşlanmış olan nohut ve etin üzerine konularak pişirmeye devam edilir. Tuzu kontrol edilip mantılar yumuşayınca, üzerine tereyağında kızdırılmış salça ve nane dökülüp karıştırılır. Birkaç taşım kaynatılıp, ateşten alınır. Limon suyu ile birlikte servis edilir (Karakoç).

YÖRE: İçel (Silifke)

ARABAŞI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
	Hamuru için	
Un	1 su bardağı	110
Su	4 su bardağı	800
Tuz (1 tatlı kaşığı hamura)	2 tatlı kaşığı	6
	Çorba	
Piliç	1 küçük boy	1000
Tavuk suyu ve su karışımı	12 su bardağı	2.400
Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Un	1 su bardağı	
Pulbiber (acı)	1 tatlı kaşığı	2
Limon suyu	1 çay bardağı	100

Porsiyon Adedi: 6-8

YAPILIŞI

Barı 2007

Hamurun hazırlanması: Servisten 4-5 saat önce hamur hazırlanır ve soğumaya bırakılır. 4 bardak suyun, 2 bardağı bir tencerede kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan kalan 2 bardak su ile un iyice ezilir. Kaynamaya başlayan suya ezilen un su karışımı bir taraftan akıtılıp, bir taraftan karıştırılarak, 1 tatlı kaşığı tuz da eklenerek pişirilir. Muhallebi kıvamına gelince 30 cm çapında, ıslatılmış bir tepsiye dökülür. Tepsi sallanarak yayılır ve soğumaya bırakılır. Pelte şeklini almalı ve iyice soğuk olmalıdır.

Çorbanın hazırlanması: Temizlenmiş ve yıkanmış piliç ortalama 10 bardak suyla pişirilir. Etleri kemiklerinden ayrılarak didilir, suyu ayrılır. Salça 2 bardak suyla ezilir. Bir tencerede tereyağı ve un kavrulur, pembeleştirilir. Soğuk suyla ezilmiş salça birden una katılıp, karıştırma teliyle hızlıca karıştırılır. Pütürlü olmamasına dikkat edilerek kaynatılır. 10 bardak tavuk suyu, didilmiş tavuk etleri, 1 tatlı kaşığı tuz ilave edilerek kıvam alıncaya kadar pişirilir. Sıcak olarak yanında limon suyu ve kırmızıbiberle servis edilir. Arabaşı hamuru donunca, tam ortasından yuvarlak bir miktarı kesilip çıkarılır. Ortaya çorba tası oturtulur, hamur oldukça soğuk, çorba da oldukça sıcak servis yapılır.

NOT: Bu yemek genellikle İç Anadolu'da soğuk kış gecelerinin vazgeçilmez yemeğidir. Yat geberlik de denebilir. Çorba çok sıcak tüketildiği için eskiden ağaçtan yapılmış tahta kaşıklar kullanılırdı. Kaşığa önce hamur alınır, hamuru düşürmeden çorba da alınır ve ikisi birden çiğnemeden yutulur. Et olarak da eskiden en fazla yabani kaz, bıldırcın gibi av etleri kullanılırdı (Kargı).

MAŞ ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tereyağı	1 yemek kaşığı	10
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	20
Soğan	1 orta boy	70
Un	1 yemek kaşığı	8
Maş	1 su bardağı	180
Bulgur	1 çay kaşığı	80
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Nane	1 çay kaşığı	0,50
Su	6 su bardağı	1200

Porsiyon Adedi: 6

YAPILIŞI

Barı 2007

Düdüklü tencerede yağ eritilir, ince kıyılmış soğanla kavrulur, un konularak kavurmaya devam edilir. Maş ve bulgur eklenir bir iki karıştırılır. Üzerine kaynamış su konulup tencerenin kapağı kapatılır, buharı çıkınca sibop kapatılıp 15 dakika pişirilir.

NOT: Maş, Akdeniz ve İç Anadolu'nun güney kesimlerinde yetişen, mercimeğe benzer bir baklagil çeşididir. Lezzeti de mercimeğe benzer. Maşla yapılan bütün yemekler yeşil mercimekle de yapılabilir (Çelebi).

YÖRE: Karaman (Ermenek)

TAHİNLİ ÇORBA/ ANNEANNE ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü
Döğme (aşurelik buğday)	1 su bardağı
Tahin	3 yemek kaşığı
Su	3 su bardağı (Haşlamak için)
Tuz	1 tatlı kaşığı
Un	2 çorba kaşığı

Ergun 2011

YAPILIŞI

Dövme üç su bardağı su ile haşlanır. Tahin, su ve un bir kapta karıştırılıp iyice çırpılır. Haşlanan döğmenin içine yavaş yavaş eklenir. Tuz ilave edilir. Kaynayana kadar karıştırılır. Kaynamaya başladıktan sonra 15 dakika daha pişirilir. Sıcak servis yapılır. Servis yapılırken üzerine karabiber serpilir.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Zehra Büyüköztürk (Kadirli 1966- ortaokul)'ten derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

TOYGA ÇORBASI

Malzemeler	Ölçü
Yoğurt	1 kg.
Su	2 lt.
Dövme	(haşlanmış) 1 su bardağı
Un	2 kaşık
Yumurta	1 adet
Nohut(haşlanmış	1 su bardağı
Tuz	
Mevsimine göre yeşillik	½ kg.
(ebelik, semizotu, pancar yaprağı vs)	

YAPILIŞI

Ergun 2011

Dövme su ile pişirilir. Yoğurt, un, yumurta bir kapta karıştırılıp çırpılır. Bu karışım çorbaya eklenir. Biraz kıvam alınca ıspanak veya mevsimine göre diğer otlar karıştırılıp kıvam alana kadar pişirilir. Üzerine yaprak yaprak taze veya kuru nane atılır. Tuzu en son atılır. Soğuk olarak yenir. Yağ konmaz.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Zehra Büyüköztürk (Kadirli 1966- ortaokul)'ten derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

TİRŞİK (Yaban Pancarı)

Malzemeler	Ölçü
Tirşik	1 kg.
Döğme (buğday)	1 çay bardağı
Nohut	1 çay bardağı
Taze yoğurt	1 kg.
Un	3 yemek kaşığı
Tuz	

Ergun 2011

YAPILIŞI

Tirşik ince ince doğranır, düdüklü tencereye koyulur. İçine çiğ nohut ve döğme (mayalanması için) atılır. Yoğurt ayrı bir kap içerisinde çırpılıp tencereye dökülür. 2 litre kadar ılık su (kaynara yakın) ilave edilir. Hızlıca karıştırılır ki yoğurt kesilmesin. Tenceredeki malzemenin üzeri üç yemek kaşığı unla tamamen kapatılıp hava alması önlenir. Düdüklünün kapağı kapatılıp yoğurt mayalar gibi üzeri örtülür (battaniye vs.). Akşamdan sabaha kadar bekletilir. Bu sürenin sonunda yuvadan çıkarılan tencerenin kapağı açılır. Üzerine konan unun alınabilen kısmı alınıp atılır. Kaynayana kadar sürekli karıştırılarak pişirilir. Kaynadıktan sonra çorba kıvamı koyu ise kaynar su ilave edilir. Düdüklünün ağzı kapatılıp 1 saat kısık ateşte pişirilir. Ocak kapatılır; bir baş sarımsak ezilip tuz ile birlikte tirşik sıcakken içine karıştırılır; tekrar kapağı kapatılır. Biraz dinlendikten sonra servise hazırdır. Sıcak veya soğuk servis yapılabilir. Yanında bulgur pilavı ile servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Emine Demiray Demirel'den (Osmaniye 1964- lise) derlenmiştir.
Yöre: Osmaniye

ÇARDAK KEBABI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Orta yağlı koyun eti	-	250
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Soğan	1 orta boy	75
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Karabiber	½ tatlı kaşığı	3
Yufka	2 adet	300
Sıvı yağ	1 su bardağı	200
Yoğurt	1 su bardağı	200
Margarin veya tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Toz biber	1 tatlı kaşığı	2

Porsiyon Adedi: 6

Barı 2007

YAPILIŞI

Etler kuşbaşından daha küçük (bıçakarası gibi) doğranır. İki kaşık tereyağıyla birlikte suyunu salıp, tekrar çekinceye kadar pişirilir. Soğan, tuz, karabiber ilave edilerek 10 dakika daha pişirilir, ateşten alınır, fazla yağı varsa süzülür. Kıyılmış maydanoz eklenerek karıştırılır. Yufkaların her biri yayılarak uzun şeritler hâlinde 8 eşit parçaya bölünür. Her parçanın ucuna hazırlanan etli içten konulup, sigara böreği gibi sarılır (uzun şeritlerden 2 veya 3 börek sarılabilir). Uçları hafif ıslatılarak kapatılır. Hazırlanan börekler tavada sıvı yağda kızartılır, kâğıt peçeteyle yağları alınıp servis tabağına dizilir, üzerlerine ezilmiş yoğurt dökülür. Kırmızıbiberli kızdırılmış tereyağı ve maydanozla süslenir. Sıcak olarak servis yapılır (Simekli).

YÖRE: Bursa

TENCERE KEBABI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kemikli koyun eti (ortayağlı)	-	1000
Su	1 çay bardağı	100
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Karabiber (tane)	8-10 adet	-

Porsiyon Adedi: 6

Barı 2007

YAPILIŞI

Basınçlı tencereye etlerin yağlı kısımları tabana gelecek şekilde yerleştirilir. Tuz, karabiber ve su ilave edilerek tencerenin kapağı kapatılır, orta ateşe konur. Buhar çıkınca sibop kapatılır ve ses gelmeye başlayınca en küçük ocağa alınıp altı kısılır, çok kısık ateşte 75 dakika pişirilir. Sıcak servis yapılır (Şeren).

YÖRE: Konya

İŞKEMBE ÇIKISI (ÇIKI)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Koyun işkembesi	Yarım koyun işkembesi	800
Nohut	1 çay bardağı	80
Bulgur	1 çay bardağı	80
Nane (kuru)	1 tatlı kaşığı	25
Sarımsak	1 diş	5
Kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı	2
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Tuz	1 tatlı kaşığı	6

Porsiyon Adedi: 5

Barı 2007

YAPILIŞI

Temizlenmiş işkembe tezgâh üzerine yayılır. 15 cm çapında 5 adet yuvarlak kesilip çıkarılır. Yuvarlaklar çıktıktan sonra kalan kısımdan 5 adet uzun şerit kesilir. İşkembenin geri kalan kısmı bıçakarası kıyılır. Kıyılan işkembelere önceden ıslatılmış nohut, bulgur, nane, sarımsak, kırmızıbiber, tuz katılarak karıştırılır. Daire olarak kesilmiş işkembelere kenardan 1 cm içeriye bıçakla ilik açar gibi 1'er santim çıtlatılır. Aralıklı olarak işlem tekrarlanır. Uzun kesilen şeritler çıtlatılan aralıklardan bir alt, bir üst olarak geçirilir. Dairelerin ortalarına hazırlanan karışım paylaştırılır. Daireler para kesesi gibi büzülüp bağlanır. Düdüklü tencereye keseler yerleştirilir. Üzerini tam kapatmayacak kadar su konulur. Bir saat 20 dakika pişirilir. Sıcak servis yapılır (Doğrayıcı).

NOT: Bu yemek unutulan yemeklerden birisidir.

YÖRE: Konya

ELBASAN TAVA

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kemiksiz kuzu eti	-	500
Soğan	2 orta boy	
Sivri biber	4-5 adet	175
Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Yoğurt	2 su bardağı	450
Un	1 su bardağı	110
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Yumurta	2 adet	100
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2

Porsiyon Adedi: 5

Barı 2007

YAPILIŞI

Etler ceviz büyüklüğünde doğranır, üzerini örtecek kadar suyla ateşe konulup haşlanır. Yumuşayınca etin suyu başka bir kaba alınır. Tencerede kalan etlere tereyağı, doğranmış soğan ve sivri biber ilave edilerek kavrulur. Tuz ve karabiberle karıştırılır. Uygun büyüklükte bir tepsiye hazırlanan etli karışım yayılır, üzerine kalan et suyundan az miktarda gezdirilip fırına sürülür. 15 dakika fırında 180 derecede özleştirilir. Diğer tarafta derin bir kâsede yoğurt, un, tuz, yumurta ve kalan et suyu ilave edilerek iyice karıştırılır. Pütürsüz, homojen bir karışım olunca fırındaki etlerin üzerine yayılır. Tekrar fırına sürülüp üzeri kızarıncaya kadar pişirilir. Sıcak servis yapılır (Koç).

YÖRE: Balıkesir

YOĞURTLU PATATES

Malzemeler	Ölçü
Et	½ kg.
Nohut	½ kg.
Patates	1 kg.
Yoğurt	½ kg.
Un	2 çorba kaşığı
Sıvı yağ	½ çay bardağı
Nane	
Tuz	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Nohut akşamdan ıslatılır. Birkaç kez sarı suyu dökülür. Et kuşbaşı doğranır. Tuzu atılıp nohutla beraber et 30 dk. düdüklü tencerede pişirilir. Nohutla et piştikten sonra kuşbaşı doğranan patatesler de içine konur. Yumuşayıncaya kadar pişirilir. Diğer bir tencerede yoğurt ve un kaynayana kadar karıştırılır. Koyu olursa yemeğin suyundan azar azar ilave edilir. Kaynayınca yemeğe katılır. Kaynayınca kapatılır. Üzerine yağ ısıtılıp nane konur ve yemeğin üzerine gezdirilir. (Nane yerine "hasbir" (yabani safran) da konabilir.)

Not: Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Mehmet Boz'dan (Gaziantep-(merkez)Şehit Kamil İlçesi Arıl Köyü 1952, makine mühendisi)'dan derlenmiştir.

YÖRE: Gaziantep

KIVIRCIK MAROLLU KUZU KAPAMA

Malzemeler	Ölçü
Kuzu budu veya küreği	dört porsiyonluk kemikli bütün kuzu eti
Kıvırcık marul	iki büyük boy
Taze soğan	bir demet
Dereotu	bir demet(kalın saplı)
Tane karabiber	bir çay kaşığı
Defneyaprağı	üç-dört adet
Zeytinyağı	yarım çay bardağı
Tuz	
Porsiyon adedi: 4	

ERGUN 2010

YAPILIŞI

Dört porsiyonluk kemikli etin yağları tamamen sıyrılır. Suyunu salmasına engel olmak için harlı ateşte, az zeytinyağında çevrilerek hafifçe kızartılır. Etler düdüklü tencereye dizilir. Marulun yarısı ikiye bölünerek etin üzerini örtecek şekilde yerleştirilir. Üstüne tane karabiberler ve defne yaprakları konur. Bir demet taze soğan parmak uzunluğunda kesilerek üzerine serpiştirilir. Bir baş kuru soğan iri doğranarak üzerine konur. Parmak uzunluğunda kesilen iri saplı dereotu serpilir. Marulun diğer yarısı yine ikiye bölerek yeşilliğin üzerine örtülür. Yarım çay bardağı (orta boy) zeytinyağı gezdirilir. Etin üzerini kapatacak kadar su konur. 1-1,5 tatlı kaşığı tuz konur. 30-45 dakika pişirilir. Haşlandıktan sonra kemikleri çıkarılır. Etler bütün bir şekilde servis tepsisine alınır. Yeşillikler de porsiyon halinde servis tepsisine dizilir. Biraz etinden biraz otundan alınarak pirinç pilavıyla servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Ankara'da Seyde Güloğlu'dan (Şabanözü 1957, ilkokul) derlenmiştir. Güloğlu bu yemeği gençliğinde, Midilli adası göçmeni Zahide Temuçin'den öğrenmiştir.

YÖRE: Midilli-İzmir

ŞEFTALİ KEBABI

Malzemeler
1 adet banna(karın iç zarı)
½ kilo kıyma
2 orta boy soğan
½ demet maydanoz
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI
İlk önce soğanlar ve maydanoz ince ince kesilir. Kıymanın içine ilave edilir. Karabiber ve tuz da eklenir ve bu malzeme iyice karıştırılır. Daha sonra banna(Hayvanların iç organlarındaki zar) açılır. Bannanın içerisine ceviz büyüklüğünde kıymalı içten koyulur ve banna iki kat sarılır. Bu işlem kıyma bitinceye kadar tekrarlanır ve sonra mangalda pişirilir.(Hasan Köksal, 2010, Girne)
Not: Şeftali kebabı içinde şeftali bulunmaz.
YÖRE: KKTC

PATLICAN YEMEĞİ

Malzemeler	Ölçü
Nohut	1 su bardağı
Kuzu kuşbaşı	250 gr.
Patlıcan	½ kg.
Domates	½ kg.
Soğan	1 adet
Sarımsak	5-6 diş
Sıvı yağ	½ çay bardağı
Biber salçası	1 tatlı kaşığı
Nane, nar ekşisi, tuz	

YAPILIŞI
Akşamdan ıslatılmış nohut ile et haşlanır. Soğan ve sarımsaklar doğranır haşlanan malzemeye eklenir. Soğanlar yumuşayınca kuşbaşı doğranmış patlıcan ve domatesler eklenir. Patlıcanlar pişince içine bir tatlı kaşığı nar ekşisi koyulur. Üzerine yağ, salça, nane ile sos yapılıp dökülür. Servis yapılır.
Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Gülay Boz (Kadirli 1953- makine mühendisi)'dan derlenmiştir.
YÖRE: Güney ve Güneydoğu Anadolu

PATLICAN KEBABI

Malzemeler	Ölçü
Yağlı kuzu kıyması	750 gr.
Uzun patlıcan	1,5 kg.
Küçük domates	1 kg.
Közlemelik biber	1 kg.
Tuz, karabiber	

ERGUN 2011

YAPILIŞI
Kıyma, karabiber, tuz etler liflenene kadar yoğrulur. Cevizden biraz büyük köfteler yapılır. Patlıcanlar üç parmak eninde parçalara ayrılır. Bir patlıcan, bir köfte şeklinde tepsiye dizilir. Üzerine elle biraz su serpilir. 200 derece fırında patlıcanlar yumuşayana kadar pişirilir.
Diğer bir tepside küçük domates ve biberler fırınlanır; patlıcan kebabı ile birlikte servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Gülay Boz'dan (Kadirli 1953- makine mühendisi) derlenmiştir.
YÖRE: Güney ve Güneydoğu Anadolu

SOĞAN KEBABI

Malzemeler	Ölçü
Yağlı kıyma	750 gr.
Soğan (ceviz büyüklüğünde)	1 kg.
Nar ekşisi	2 çorba kaşığı
Tuz, karabiber	

YAPILIŞI

ERGUN 2011

YAPILIŞI
Kıyma, karabiber, tuz etler liflenene kadar yoğrulur. Ceviz büyüklüğünde köfteler yapılır. Diğer tarafta yıkanan soğanların başları ve arkaları kesilir. Üzerinden tek kabuk soyulur. Diğer kabuklar kalır. Tepsiye bir soğan bir köfte şeklinde dizilir. 200 derece fırında 40-50 dk. soğanlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.

Nar ekşisi bir su bardağı suyla karıştırılıp tepsinin üzerine gezdirilir. 10 dk. daha pişirilip servis yapılır.
Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Gülay Boz'dan (Kadirli 1953- makine mühendisi)' derlenmiştir.
YÖRE: Güney ve Güneydoğu Anadolu

YUVALAMA

Malzemeler	Ölçü
Hamuru için:	
Çiğ köftelik yağsız kuzu kıyma	200 gr.
Pirinç	300 gr.
Karabiber, tuz, zeytinyağı	
Sosu için:	
Kuzu kuşbaşı	½ kg.
Nohut	1 su bardağı
Süzme yoğurt	½ kg.
Un	2 çorba kaşığı
Yumurta sarısı	1 adet
Sıvı yağ	½ çay bardağı
Tuz, karabiber, nane	

ERGUN 2010

YAPILIŞI
Pirinç 2 saat ıslatılır, süzülür. Kıymayla beraber 2-3 defa rondoda çekilir. El hafif yağlanarak karışım iyice yoğrulur. Asla su kullanılmaz. Yapılan hamurdan nohuttan küçük köfteler yapılır. El arada bir yağlanır.
Akşamdan ıslatılan nohut kuşbaşı etle birlikte pişirilir. İçine köfteler ilave edilir. Birlikte köfteler pişene kadar pişirilir. Kesilmemesi için devamlı karıştırılır.
Hazırlanan yoğurtlu sos, karıştırılarak ilave edilir. Birlikte kaynayınca ocaktan alınır. Diğer tarafta naneli sos yapılarak üzerine gezdirilir ve servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Gülay Boz'dan (Kadirli 1953- makine mühendisi)'dan derlenmiştir.
YÖRE: Güney ve Güneydoğu Anadolu

ŞİVEYDİZ

ERGUN 2011

Kuzu kuşbaşı	250 gr.
Nohut	1 su bardağı
Taze soğan (beyaz yeri)	250 gr.
Taze sarımsak (beyaz yeri)	½ kg.
Sosu için:	
Yoğurt (süzme)	½ kg.
Yumurta sarısı	1 adet
Un	2 çay kaşığı
Zeytinyağı	½ çay bardağı
Tuz, karabiber, bir tutam haspir	

YAPILIŞI

Akşamdan ıslatılmış nohutla kuşbaşı et haşlanır. 3 cm. uzunluğunda doğranmış soğan ve sarımsaklar üzerine ilave edilir. Yumuşayıncaya kadar pişirilir.

Diğer tarafta yoğurt, yumurta sarısı ve un sulandırılarak bir tencereye alınır. Kaynayana kadar karıştırılarak pişirilir. Hazırlanan bu yoğurtlu sos yemeğe ilave edilir ve karıştırılmaya devam edilir. 2-3 dk. sonra ocaktan alınır.

Yağ ısıtılır; içine bir tutam haspir koyulur. Arzuya göre karabiber ilave edilip servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Gülay Boz(Kadirli 1953- makine mühendisi)'dan derlenmiştir.

YÖRE: Güney ve Güneydoğu Anadolu

HASAN PAŞA KÖFTESİ

Malzemeler	Ölçü
Köftesi İçin:	
Kıyma(orta yağlı)	½ kg.
Yumurta	3 adet
Soğan	1 adet
Ekmek içi	2 dilim
Biber salçası	1 çorba kaşığı
Tuz, karabiber, kırmızıbiber	
Püresi için:	
Patates	3-4 adet orta boy haşlanmış
Süt	1 çay bardağı
Kaşar peyniri rendesi	2 çorba kaşığı
Yumurta	1 adet
Zeytinyağı/tereyağı	1 çorba kaşığı
Tuz, karabiber, muskatı	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Köfte malzemesi yoğrulur, ev köftesi gibi hazırlanır. İçli köfte gibi içi oyulur. Tepsiye dizilir. Önceden ısıtılmış 175 dereceye ayarlanmış fırında 25 dk. pişirilir.

Pürenin hazırlanışı: Haşlanıp ezilmiş patatesler orta ısıda yağla pişirilir. Üzerine süt ve baharatlar ilave edilir. Orta ısıda pişirilir. Sütünü çekince ocaktan indirilir. Kaşar ilave edilir. İstenilen yerde kullanılır.

Fırından alınan köftelerin içine patates püresi doldurulur. Domates veya biber salçası ile sulandırılarak üzerine gezdirilir. 5-6 dk. fırında tutulur. Servis tabağına alınıp domates ve maydanozla süslenir.

Not: Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Mehmet Boz'dan (Gaziantep-(merkez)Şehit Kamil İlçesi Arıl Köyü 1952, makine mühendisi) derlenmiştir.

YÖRE: Güney ve Güney Doğu Anadolu

SIKICIK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Çiğ köftelik bulgur	1 su bardağı	160
Un tarhanası	1 su bardağı	150
Yumurta	1 adet	90
Un	1 yemek kaşığı	10
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Kuru Nane	1 tatlı kaşığı	1
Sıvı yağ	3 yemek kaşığı	30
Soğan	1 orta boy	70
Salça	2 yemek kaşığı	20
Kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı	2
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Yoğurt	2 su bardağı	440
Sarımsak	2-3 diş	-

Porsiyon Adedi: 8

BARI 2007

YAPILIŞI

Bulgur yayvan bir kap içinde sıcak suyla ıslatılır. Suyunu iyice çekmeden tarhana ve irmik ilave edilip karıştırılır. Karışım suyu çekince yumurta, un, tuz, kuru nane ve karabiber atıp, ara sıra eller ıslatılarak yoğrulur. Hamur gibi olunca, fındık büyüklüğünde yuvarlak yapılır. Diğer tarafta bir tencerede yağ ile soğan kavrulur. Salça ilave edilir. Daha sonra 4 bardak su eklenerek kaynatılır. Kaynayan sosa köfteler atılır, yumuşayıncaya kadar haşlanır. Köfteler pişince suyu az kalmış olmalıdır. Servis tabağına alınır, sarımsaklı yoğurt dökülür ve üzerine kırmızıbiberli yağ gezdirilir.

NOT: Köfteler salçalı sosta kavrularak diğer işlemler uygulanabilir (Emren).

YÖRE: Kütahya

ÇİĞ KÖFTE

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Bulgur	3,5 su bardağı	560
Limon	5-6 orta boy	500
Çiğ köftelik kıyma	-	600
Kuru soğan	1 orta boy	70
Salça (biber, domates)	4 yemek kaşığı	40
Sarımsak	1 orta boy	75
Pul biber	2 yemek kaşığı	10
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Domates	1 orta boy	130
Maydanoz	2 demet	300
Yeşil Soğan	6-7 dal	300
Marul	1 büyük	750

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 4

YAPILIŞI

Limonlar 7-8 mm kalınlığında dilimlenir, sarımsak soyulur ve robotta çekilir. Domates rendelenir. Maydanoz ve yeşil soğan ayıklanıp yıkanır ve incecik doğranır, marul yaprakları ayrılıp, yıkanarak bütün malzemeler hazırlanır. Çiğ köfte kabına bulgur ve dilimlenmiş limonlar konularak, limonların suyu bulgura geçinceye kadar yoğrulur. Çiğ köftelik et bulgura ilave edilir tekrar yoğrulur. Bir taraftan yoğurma işlemi devam ederken kuru soğan, salça, sarımsak, pul biber, karabiber ve domates de eklenir. Bulgur ve et yumuşayıp, hamur gibi oluncaya kadar yoğrulur. Yoğurma esnasında arada bir ellerin ıslatılması ve hafif soğuk su çilenmesi yoğurmayı kolaylaştırır. Kıvam alınca limonların çekirdek ve kabukları ayıklanır. Kıyılmış maydanoz ve yeşil soğan eklenerek birkaç dakika daha yoğrulur, lezzeti kontrol edilir. Ceviz büyüklüğünde parçalar alınarak parmaklar arasında sıkılır ve köfteler marulun içinde servis edilir (Kayhan).

YÖRE: Güneydoğu Anadolu

PATATESLİ KÖFTE

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
K. mercimek	1 çay bardağı	190
Patates	4 orta boy	400
Bulgur	4 çay bardağı	320
Sıvı yağ	1 çay bardağı	100
Soğan	1 büyük	300
Salça (biber)	3 yemek kaşığı	30
Karabiber	1 çay bardağı	1
Sıra	1 çay kaşığı	1
Kuru nane	1 tatlı kaşığı	0,75
Kimyon	1 çay kaşığı	1
Maydanoz	½ demet	-
Limon	1 orta boy	-
Tuz	1 tatlı kaşığı	6

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 8

YAPILIŞI

Kırmızı mercimek ayıklanır, yıkanır. Patateslerin kabuğu soyulur, yıkanır, her birisi 4-5 parçaya ayrılır. Mercimek ve patatesler üzerini üç parmak geçecek kadar suyla ocağa konulup yumuşayıncaya kadar pişirilir. Bulgur köftenin yapılacağı kaba ölçülerek konulur. Bir tavada sıvı yağ ile ince doğranmış kuru soğan hafif soluncaya kadar kavrulur, salça ile birkaç kez çevrildikten sonra ateşten alınır. Bulgurun üzerine ilk önce haşlanmış patates mercimek karışımı suyuyla birlikte sıcaktan dökülür, ağzı kapatılır. 5 dakika beklenir. Sonra sırayla soğanlı karışımı baharatlar, limon suyu ve tuz eklenip, patatesler ezilip, köfte kıvamını alıncaya kadar yoğrulur. Lezzeti kontrol edilerek köfte şekli verilir. Yanında soğan piyazı ve limonla servis edilir (Üncü H.).

YÖRE: İçel (Silifke)

YUMURTALI KÖFTE

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Soğan	2 orta boy	140
Salça (dom., biber)	2+2 yemek kaşığı	40
Pul biber	1 tatlı kaşığı	2
Bulgur	3 çay bardağı	300
Su	1 su bardağı	200
Sıvı yağ	1 su bardağı	200
Yumurta	3 adet	150
Maydanoz	1 demet	100
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Tuz	1 yemek kaşığı	10

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 8

YAPILIŞI

Soğanlar temizlenir, incecik doğranır. Tepsiye konulan soğanlar, salça, pul biber iyice yoğrulur. Bulgur eklenerek yoğurmaya devam edilir. Arada bir yarım su bardağı su eklenerek yumuşayıncaya kadar yoğrulur. Köfteler birbirini tutup yumuşayınca bir tavada yağ kızdırılır ve içine yumurtalar kırılıp karıştırılarak pişirilir. Köfteye kıyılmış maydanoz, yumurta, karabiber ve tuz eklenir, karıştırılır hafifçe yoğrulup şekil verilir. Servis tabaklarına alınarak servis edilir (AL).

YÖRE: Diyarbakır

İÇLİ KÖFTE

Malzemeler	Ölçü	Birim
Kıyma(orta yağlı)	1 kg.	
Kuru mor soğan	1 kg.	
Biber salçası	1 tatlı kaşığı	
Margarin	¼ margarin	75 gr.
Karabiber		
Tuz		
Dışı için		
Bulgur	1 çorba kâsesi	
Yarma	1 çorba kâsesi	
İrmik	1 çorba kâsesine yakın	
Biber salçası	1 tatlı kaşığı	
Tuz	2 tatlı kaşığı	
Kimyon		

ERGUN 201

YAPILIŞI

İçi: Kıyma ocağa konur, suyunu çekene kadar pişirilir. İçine elde çok ince doğranmış soğan ilave edilir, suyunu çekene kadar pişirilir. Yağ ve salça ilave edilerek pişirmeye devam edilir. Tencere dibini tutar gibi olana kadar pişirilir. Pişirilen iç bir tepsiye alınıp üzerine karabiber tuz, kırmızıbiber, çok ince kıyılmış maydanoz ilave edilir. Harmanlanıp soğumaya bırakılır.

Dışı: Dışı için gerekli olan malzeme karıştırılır, güzelce yoğrulup hamur yapılır. Cevizden büyükçe bezelere ayrılır. Bezelerin içi oyulur, köfte büyüklüğünde iç konup ağzı kapatılır.

Pişirilişi: Köfteler, nar ekşisi ve tuzla kaynayan suda 5-6 dakika haşlanarak servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Zehra Büyüköztürk (Kadirli 1966- ortaokul)'ten derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

KADINBUDU KÖFTE

Malzemeler	Ölçü
Kıyma (orta yağlı)	½ kg.
Kuru soğan	2 adet
Galeta unu	3 kaşık
Tereyağ	3-4 kaşık
Yumurta	5 adet
Maydanoz	¼ demet
Pirinç	2 çay kaşığı
Tuz	
Karabiber	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Kıymanın 2/3'üne doğranmış soğan ve bir kaşık yağ konarak soğanla et kavrulur. Pirinç bol su ile haşlanır. Kavrulup ocaktan alınan etin içine çiğ kıyma, haşlanmış pirinç, kıyılmış maydanoz, tuz, karabiber ve 3 yumurta ile köfte yoğrulur. 1/2 limon büyüklüğünde parçalara ayrılır; oval şekil verilir. Galeta veya un serpilmiş tepsiye dizilir.
2 yumurta çırpılır. Yemeğe 20 dk. kala köfteler çırpılmış yumurtaya bulanıp kızartılır. Kağıt yayılmış tabağa alınır. Köftelerin saçaklı olması isteniyorsa kızgın yağa atılmalıdır.

Not: Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Gülay Boz'dan (Adana 1953, makine mühendisi) derlenmiştir.
YÖRE: Adana, Mersin, Gaziantep

BALKABAĞI KÖFTESİ

Malzemeler	Ölçü
Balkabağı	½ kg.
Kuru soğan	2 adet
Mısır unu	250 gr.
Buğday unu	
Sıvı yağ	1 su bardağı
Maydanoz	1 demet
Dereotu	1 demet
Pekmez	3 çorba kaşığı
Tuz	
Karabiber	
Kuru maya	1 paket

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Balkabağı rendelenir. Soğan, dereotu, maydanoz çok ince kıyılır. Mısır ununun hepsi, buğday unu kulak memesi bir kıvam alıncaya kadar ilave edilir. Sıvı yağ ve pekmez hariç bütün malzeme karıştırılır, yoğrulur. Kulak memesi yumuşaklığında bir hamur hazırlanır. Üzeri örtülerek dinlendirilir. Hamur kabardığında kızartma tavasına bütün yağ boşaltılır. Zeytinyağı olması tercih edilir. Bol ve kızgın yağda, yüksek ateşte pişirilmesi tercih edilir. Çünkü bu durumda içine daha az yağ çeker ve daha hafif olur. Odun ateşinde tercih edilir. Pekmez küçük bir kapta bir çay bardağı suyla sulandırılır. Hamurdan her alınacağında eller bu pekmezli suya batırılır. Böyle yapılırsa hamur ele yapışmaz. Köfte büyüklüğünde ve inceliğinde şekil verilen hamurlar kızgın yağa atılır. İçinin iyi pişmesi için fazla kalın olmamalıdır. Yağa atılan hamurlar kabarır. Hamurların altı kızarınca diğer tarafa çevrilir. Kızardığında servis tabağına alınır.
Balkabağı köftesi sade olarak yenebildiği gibi kahvaltılıklarla da yenebilir.
Not: Türk kültüründe balkabağı cennetten çıkma kabul edildiği için özellikle yılbaşında yapılan borani ve köftesi ritüel yemeği olarak kabul edilir.

ARNAVUT CİĞERİ

Malzemeler	Ölçü
Kuzu ciğeri	1 adet
Soğan	1 adet
Maydanoz	1 demet
Yeşil soğan	1 demet
Zeytinyağı	1,5 bardak
Un	3 kaşık
Tuz, pulbiber	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Ciğer, parmak genişliğinde şeritlere ayrılıp kuşbaşı doğranır. Yemeğe yarım saat kala unlanır. Kızgın yağda kızartılır. Kızartılan ciğerler sıcakken ağzı kapaklı bir kaba alınır, üzerine tuz ve kırmızıbiber atılır ve kapağı kapatılır.
Servis tabağında maydanoz ve yeşil soğan ile servis yapılır.
Not: Pervin Ergun tarafından 28.06.2010 tarihinde Gülay Boz'dan (Adana 1953, makine mühendisi) derlenmiştir.

LAHMACUN İÇİ

Malzemeler	Ölçü
Kıyma (orta yağlı)	1 kg.
Kuru soğan (mor)	50 gr.
Biber salçası	1 tatlı kaşığı
Domates	2 adet
Maydanoz	2 demet
Taze sarımsak	2 dal
Tuz	
Karabiber	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Soğan, maydanoz, sarımsak, domates elde ince ince doğranır (ya da hepsi birlikte robotta çekilir). Diğer malzemeler ilave edilip harç hazırlanır, pide fırınında pişirtilir.
Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Zehra Büyüköztürk'ten (Kadirli 1966- ortaokul) derlenmiştir.
Yöre: Adana

AYVA DOLMASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Ayva	3 orta boy	700
Kıyma	½ su bardağı	125
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Tarçın	1 çorba kaşığı	1
Yenibahar	1 çorba kaşığı	1
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Pekmez	3 yemek kaşığı	40

Porsiyon Adedi: 3

BARI 2007

YAPILIŞI

Ayvalar üst kısımlarından kapak şeklinde kesilir, kabukları soyulup, içleri oyulur. Kabukları soyulmak üzere uygun bir tencereye dizilir. Bir çay bardağı suyla kısık ateşe bırakılır. Ayvalar pişerken diğer tarafta, kıyma bıraktığı suyu çekinceye kadar kavrulur, yıkanmış pirinç, tuz, yağ, tarçın, yenibahar kıymaya ilave edilip karıştırılır, ateşten alınır. Hazırlanan iç kaynamakta olan ayvaların içine doldurulur. Ayvaların birkaç yerine bıçağın ucu batırılır. Suyu bitmişse bir çay bardağı daha sıcak su eklenir. Ayvaların kesilen üst kısımları kapatılır. Tencerenin kapağı da örtülüp kısık ateşte yumuşayıncaya kadar pişirilir. Ayvalar yumuşayınca kapakları tekrar açılıp her birinin üzerine pekmez gezdirilir. Tekrar kapatılır, tencerede kapalı olarak 10-15' dinlendirilir. Sıcak servis yapılır (Öngün).
YÖRE: Aksaray

MAALLA (ŞEYH MUALLA)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yeşil mercimek	1,5 su bardağı	250
Su	4 su bardağı	800
Patlıcan	4 küçük boy	350
Yeşilbiber	2 orta boy	100
Domates	5 orta boy	310
Soğan	1 orta boy	75
Sarımsak	3-4 diş	-
Kuru nane	1 tatlı kaşığı	1
Pul biber	1 tatlı kaşığı	2
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Sıvı yağ	1 çay bardağı	100

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 4

YAPILIŞI

Ayıklanıp yıkanmış mercimek, bir tencereye 4 bardak su eklenerek harcanır. Patlıcanlar alacalı soyulur, boyuna dörde bölünüp, parmak kalınlığında doğranır. Tuzlu suya bastırılarak bekletilir. Haşlanmış olan mercimeğin içine doğranmış yeşilbiber, domates, soğan, sarımsak, tuz, kırmızıbiber, nane ve sıvı yağ konulur, patlıcanlar dizilir. Üzerine mercimekli harçtan bir kat dökülür. Her kat aynı şekilde bir kat mercimekli harç, bir kat patlıcan alarak yerleştirilir. Kısık ateşte pişirilir. Patlıcanları çok eritmeden ateşten alınır (Kurdoğlu).

YÖRE: ANTAKYA

KURUTULMUŞ YEŞİL FASÜLYE

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kurutulmuş yeşil fasulye	1 büyük kâse	300
Kuru soğan	2 orta boy	140
Kurutulmuş domates	1 yemek kaşığı	10
Biber salçası	1 yemek kaşığı	10
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Pul biber	1 tatlı kaşığı	2
Süzme yoğurt	1 su bardağı	250
Sarımsak	2 diş	-
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	20

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Fasulye üzerine geçecek kadar suyla ocağa konulur ve yumuşayıncaya kadar haşlanır, suyu süzülür, domates kurusu sıcak suyla ıslatılır. Diğer tarafta küçük doğranmış soğanlar yayvan bir tencerede sıvı yağla soldurulur. Saçla suyla ezilerek soğanlar ilave edilir. Daha sonra kuru domates ve fasulyeler de eklenerek ara sıra karıştırılarak kavrulur. Tuz ve pul biberle birlikte bir çay bardağı sıcak su konulur. 5 dakika daha kaynatılıp ocaktan alınır. Diğer tarafta ezilmiş sarımsakla yoğurt karıştırılır, yoğurt katı ise yeterli miktar suyla ezilir, pişen fasulyenin üzerine dökülerek servis edilir.
NOT: Bu yemek piştikten sonra yumurta kırılıp karıştırılarak farklı lezzetle de hazırlanabilir (Barı).

YÖRE: İçel (Gülnar)

ARAPSAÇI (YUMURTALI)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Arapsaçı otu	1 demet	750
Yumurta	2 orta boy	100
Yoğurt (Süzme)	1 su bardağı	250
Sarımsak	1 diş	10
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	20
Soğan veya pırasa	3-4 dal	-
Tuz	1 tatlı kaşığı	6

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Arapsaçı ayıklanır, yıkanır ve ince doğranır. Isıtılmış sıvı yağın içine doğranmış soğan veya pırasa ile arapsaçı konularak hepsi birlikte yumuşayıncaya kadar kavrulur. Yumurtalar da kırılarak tuz atılır, kavurmaya devam edilir. Yumurtalar pişince servis edilecek kaba alınır. Dövülmüş sarımsakla yoğurt karıştırılır, yemeğin üzerine dökülür. Servis yapılır.
NOT: Arapsaçı daha çok Ege bölgesinde bilinen, ince ve dolaşık yaprakları olan bir ottur. Yumurtasız ve diğer otlarla karışık olarak da pişirilir (Kırık).

YÖRE: Aydın (Söke)

ŞEVKET-İ BOSTAN

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Şevket-i bostan otu	-	1000
Kuzu eti	-	300
Soğan	3 orta boy	220
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	20
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Şevket-i bostan otu ayıklanır, yıkanır ve parmak kalınlığında, kuzu eti fındık büyüklüğünde, soğanlar da yemeklik doğranır. Sıvı yağda doğranmış soğan, kuzu eti ve otlar hepsi birlikte derince bir tavada ara ara karıştırarak 10 dakika kavrulur. Üzerini geçmeyecek şekilde sıcak su konularak pişirilir, suyu çekilip malzemeler pişinceye kadar kısık ateşte bırakılıp, ara ara karıştırılır. Pişince karabiber ve tuz eklenip 1-2 dakika daha kaynatılır. Ateşten alınıp sıcak servis yapılır. Şevket-i bostan otu ege yöresinde yetişen bir ottur. Otun dal kısımları beyaz, mantarı andırır. Farklı ve özel bir lezzeti vardır (Kırık).

YÖRE: Aydın (Söke)

ÇINTAR KAVURMASI

Malzemeler	Ölçü
Çıntar (bir çeşit kırmızı mantar)	1 kg.
Soğan (kuru)	2 adet
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Pul biber	
Karabiber	
Tuz	

ERGUN 2010

YAPILIŞI

Soğan doğranır, yağda sarartılır. Ayıklanmış, yıkanmış, sac kavurmalık gibi doğranmış çıntarlar içine ilave edilir. Tuz ilave edilir. Ara ara karıştırılır. Çıntarlar yumuşayıp pembeleşince pişmiş demektir. Üzerine arzuya göre pul biber, karabiber ilave edilir.

Not: Çıntarlar hafif haşlanarak da kavrulabilir ama biraz lezzet kaybına uğrar.

Not: Daha ince doğranmış çıntarla hazırlanmış böyle bir iç, börek yapımında da kullanılabilir.

YÖRE: Muğla

TERATORLU ÇINTAR KIZARTMASI

Malzemeler	Ölçü
Çıntar (bir çeşit kırmızı mantar)	1 kg.
Zeytinyağı	1çay bardağı
Tuz	
Terator için	
Sarımsak	1 büyük baş
Ekşi (nar/limon/turunç)	½ çay bardağı
Zeytinyağı	½ çay bardağı
Tuz	

ERGUN2011

YAPILIŞI

Çıntarlar ayıklanıp yıkanır, süzülür, tuzlanır. Arzuya göre ikiye ya da dörde bölünüp kızartılır.

Sarımsaklar tuzla karıştırılıp dövülür. İçine yağ ve ekşi karıştırılıp iyice (koyu bir kıvama gelip yağını çekene kadar) çırpılır. Arzuya göre biraz sulandırılıp kızartılmış çıntarların üzerine dökülerek servis yapılır.

YÖRE: Muğla

TİLKİŞEN/KUŞKONMAZ/ACI OT/SARMAŞIK /OT KAVURMASI

Malzemeler	Ölçü
Tilkişen veya acı ot	2 bağ
Taze soğan/pırasa	1 demet
Zeytinyağı	1 fincan
Kırmızı biber	1 tatlı kaşığı
Yumurta	1 veya 2 adet
Tuz	

ERGUN2011

YAPILIŞI

Otların sert kısmı kesilip atılır. Taze filizler ince kıyılır. İnce kıyılmış soğan/pırasa ile birlikte ara ara karıştırılarak kavrulur. Kavrulurken içine al biber (salçalık biberden yapılmış toz biber) koyulur. Bir kahve fincanı su ara ara ilave edilir. Suyunu çektiğinde arzuya göre yumurta kırılıp karıştırılarak servis yapılır(Pervin Ergun, 2010, Aydın).

YÖRE: Ege

KÖZLEME KARNIYARIK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Patlıcan	4 orta boy	700
Kıyma (orta yağlı)	2 su bardağı	200
Soğan	1 orta boy	70
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	10
Sivri biber	2 orta boy	10
Olgun domates	3 orta boy	380
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Kırmızıbiber	1 çay kaşığı	1
Su	½ su bardağı	100
Maydanoz	(üzerini süslemek için)	

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Patlıcanlar ocağın üzerine ızgara konulup közlenir, kabukları soyulur, üzerinde yanık kabukları kalmayacak şekilde elimizi ıslatarak temizlenir. Yayvan bir tencereye yerleştirilir. Diğer tarafta kıyma, ince doğranmış soğanla birlikte ocağa konur ve bir çay kaşığı tuz atılır, karıştırarak pişirilir. Kıyma suyunu bırakıp tekrar çekince (yağına kalınca) sıvı yağ eklenir, karıştırılır. Sivri biberin ve domatesin birer tanesi süsleme için ayrılır. Diğer sivri biber ve arkasından da domates ince kıyılarak kıymaya katılır, arada karıştırılarak 5-6 dakika daha pişirilir. Ateş kapatılır, karabiber ve kırmızıbiber konularak tekrar karıştırılır. Patlıcanlar tuzlanır. Hazırlanan iç patlıcanların ortaları uzunlamasına açılarak yerleştirilir. Ayrılan domates ve biberle süslenir. Su ilave edilerek, kaynayıncaya kadar yüksek, daha sonra kısık ateşte pişirilir.

NOT: Bilindiği gibi yaygın olarak karnıyarık yapmak için patlıcanlar kızartılır. Közleme yöntemiyle yapılan karnıyarık hem daha hafif hem de çok lezzetli olmaktadır.

ASİDE

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Kuru çiçek bamya	Bir tutam	50
Limon suyu	2 yemek kaşığı	20
Kıyma (orta yağlı)	-	250
Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Soğan	1 büyük boy	80
Karabiber	1 çay kaşığı	2
Kırmızıbiber	2 tatlı kaşığı	8
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Pirinç	1,5 su bardağı	270
Un	3 yemek kaşığı	30

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Bir tencerede 3 su bardağı su kaynatılır içine bir yemek kaşığı limon suyu ve bir çay kaşığı tuz atılır. Çiçek bamyaların tüylü kısımları bir bez arasında ovalanarak temizlenir ve kaynayan suya atılır. Yumuşayıncaya kadar haşlanır. Diğer tarafta kıyma orta ateşte kendi suyunu çekinceye kadar kavrulur, tereyağı ve ince doğranmış soğanlar eklenerek kavurmaya devam edilir. Kıymaya tuz, karabiber, kırmızıbiber ve 2 su bardağı sıcak su konularak kısık ateşte kaynatılır. Kaynayan karışıma haşlanmış olan bamyalar ilave edilir. Sulu yemek kıvamına gelinceye kadar pişirilir. Ayrı bir tencerede 3,5 su bardağı su bir tatlı kaşığı tuzla kaynatılır. Yıkanmış pirinç bu suda iyice yumuşayıncaya kadar haşlanır. Pirinç lapalaşınca 3 kaşık un eklenir. Kaşığın tersiyle ezerek kısık ateşte hamur hâline getirilir. Hazırlanan hamur servis tabağına alınır, ortası açılıp çukurlaştırılır. Çukur olan kısım önceden hazırlanan bamya yemeği ile doldurulur ve sıcak olarak servis yapılır.

NOT: Bu yemek taze bamya ile ve kuşbaşı et ile hazırlanabilir. Ayrıca bamya haşlanırken mutlaka tuzlu ve limonlu kaynar suya atılmalıdır. Aksi hâlde sünebilir (Nedim).

PATLICANLI TİRİT

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Patlıcan	2 orta boy	400
Soğan	1 büyük boy	100
Sivri biber	2 adet	30
Sıvı yağ	2 yemek kaşığı	20
Domates	1 büyük boy	150
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Nane	1 çay kaşığı	0,5
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Pul biber	1 çay kaşığı	1
Tandır ekmeği	1 adet	250
Yoğurt (süzme)	3 yemek kaşığı	40
Sarımsak	1-2 diş	3

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Patlıcanlar alacalı soyulup boyuna dörde bölünür, ince ince doğranır. 1 yemek kaşığı tuz serpilerek 15 dakika bekletilir. Soğan ikiye bölünüp yarım halka şeklinde biber de halka halka doğranır. Derince bir tavaya yağ konulup ısıtılır. Soğanlar yağda hafif solarken biberler katılır ve birlikte kavrulur. İnce doğranmış domatesle pişirilir. Diğer tarafta tuzla patlıcanlar ovulur, acı suyu sıkılır, sudan geçirilip soğanlarla birlikte kavrulur, patlıcanlar yumuşayınca tuz ve baharatlar eklenip karıştırılır. 1 çay bardağı su konulup bir iki taşım kaynatılır. Diğer tarafta hafif çukur bir servis tabağına tandır ekmeği veya bir bekletilmiş pide küp küp doğranıp yayılır. Ekmeğin üzerine patlıcanlı harç sıcak olarak yayılır. Kıyılmış maydanozla süslenip servis edilir. İstenirse en üstüne biraz suyla ezilmiş sarımsaklı yoğurt dökülerek sıcak servis yapılır (Aras).

YÖRE: Konya

TAVUKLU ŞARK PİLAVI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tavuk kuşbaşı	-	500
Pirinç	2 su bardağı	360
Soğan	2 orta boy	150
Tereyağı	4 yemek kaşığı	40
Tavuk suyu	3 su bardağı	600
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Nane	1 tatlı kaşığı	1
Kekik	1 çay kaşığı	0,5
Defne yaprağı	2-3 adet	-
Domates	2 orta boy	200
Ceviz içi	½ su bardağı	50

Porsiyon Adedi: 4

BARI 2007

YAPILIŞI

Tavuk etleri kuşbaşı doğranıp üzerini örtecek kadar su ve bir çay kaşığı tuz ile haşlanır. Eti kevgirle çıkarılır, ayrı bir yerde bekletilir. Pirinç yıkanır, tuzlu ve limonlu ılık suda 20-25 dakika bekletilir. Bol suyla yıkanıp süzülür. Pilav yapılacak tencerede tereyağı ısıtılır. Doğranmış soğanla tavuk etleri tereyağında kavrulur. Küp doğranmış domates eklenerek suyunu çekinceye kadar kavurmaya devam edilir. Sonra sırayla pirinç, iri çekilmiş ceviz içi, bir tatlı kaşığı tuz, karabiber, nane, kekik, defne yaprağı ve tavuk suyu ilave edilip karıştırılır. Kaynadıktan sonra kısık ateşte suyu çektirilir. Pirinçler yumuşayınca ateşten alınır. Kâğıt havlu örtülüp, ağzı kapatılır, dinlendirilir. Daha sonra harmanlanıp sıcak servis yapılır (Nedim).

DUVAKLI PİLAV

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Patlıcan	5 adet	1000
Pirinç	2 su bardağı	360
Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Maydanoz	½ demet	-
Sıvı yağ (kızartma için)	1,5 su bardağı	300
Su veya et suyu	2,5 su bardağı	300

Porsiyon Adedi: 6

BARI 2007

YAPILIŞI

Patlıcanlar uzunlamasına dilimlenir. Bol tuzlu suda üzerini örtecek şekilde yarım saat bekletilir. Sudan çıkarılıp kurulanır. Sıvı yağda kızartılır. Pirinç tuzlu ılık suda 20-25 dakika bekletilir. Pilav tenceresinde tereyağıyla pirinç kavrulur. 2,5 bardak su ilave edilerek pişirilir. Demlendirilir. Derince yuvarlak bir fırın kabına patlıcanların kenarları dışa doğru gelecek şekilde dizilir. Patlıcanların ortasına pilav doldurulup üzeri tekrar patlıcanla kapatılır. Fırına sürülerek 180 derecede 10 dakika pişirilir. Fırından çıkarılarak servis kabına ters çevrilir. Maydanoz ve domatesle süslenir.

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yeşil Mercimek	1 su bardağı	170
Tereyağı + sıvı yağ	4 yemek kaşığı	40
Bulgur	2 su bardağı	320
Et suyu veya su	4 su bardağı	800
Tuz	1,5 tatlı kaşığı	-

Porsiyon Adedi: 6

BARI 2007

YAPILIŞI

Yeşil mercimek ayıklanır, yıkanır ve üzerini geçecek kadar suyla haşlanır. Suyu süzülür. Pilav tenceresinde yağ eritilir. Bulgur ilave edilerek kavrulur. Varsa tavuk veya et suyu sıcak olarak ilave edilir. Mercimek ve tuzu eklenip karıştırılır. Kaynadıktan sonra ateşi kısılır. Göz göz oluncaya kadar pişirilir. Ocak kapatılıp 5-6 dakika demlendirilir. Sıcak olarak servis yapılır.

NOT: Tavuk veya et suyu yoksa sıcak su kullanılır. Anadolu'nun her yerinde bilinen bir pilav çeşididir.

SARIMSAKLI BULGUR PİLAVI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tavuk Göğsü	1 adet	500
Bulgur	2 su bardağı	360
Tereyağı	½ su bardağı	100
Salça	1 yemek kaşığı	10
Tavuk suyu	4 su bardağı	800 ml
Tuz	1,5 tatlı kaşığı	9
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Sarımsak	2-3 diş	-

Porsiyon Adedi: 6

BARI 2007

YAPILIŞI

Tavuk eti bir tencerede haşlanır. Etleri alınarak büyük parçalar hâlinde bölünür. Tavuk suyundan 3,5 bardak ayrılır. Bir tencerede kaynatılıp tuz ve bulgur ilave edilir. Bulgur göz göz oluncaya kadar pişirilir. Kalan tavuk suyundan ½ bardak alınır veya önceden ayrılır. Dövülmüş sarımsakla karıştırılıp demlenmekte olan pilava karabiberle birlikte gezdirilir. Tekrar dinlendirilir. Diğer tarafta tereyağı ısıtılır. Tavuk etleri salçaya bulanıp yağda pembeleştirilir. Servis kabına alınan pilavın üzerine kızaran tavuk etleri ve etlerin kızartıldığı yağ gezdirilir. Maydanozla süslenip servis yapılır.

YÖRE: Adıyaman

EKŞİLİ PİLAV

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Soğan	2 küçük boy	100
Tereyağı	5 yemek kaşığı	50
Bulgur	1 su bardağı	160
Pirinç	¼ su bardağı	45
Yeşil nane	Yarım demet	10
Maydanoz	Yarım demet	-
Ebegümeci	3-4 dal	-
Isırgan otu	3-4 dal	-
Asma yaprağı	10-15 adet	-
Yoğurt	1 su bardağı	200
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Pul biber	1 tatlı kaşığı	2
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Salça	2 yemek kaşığı	20

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 6

YAPILIŞI

Bir baş soğan ince ince doğrandıktan sonra tereyağ bir tencerede kavrulur. Üzerine 4 tabak su eklenir ve suyun içerisine de yıkanmış bulgur ve pirinç ilave edilir. Bulgur ve pirinç biraz piştiğinde içerisine önceden ayıklanıp yıkanmış ve ince ince kıyılmış yeşil nane, maydanoz, ebegümeci, ısırgan otu ve asma yaprağı ilave edilir ve pişirilir. Eğer ayrı bir ekşi ayran yoksa yoğurt bir bardak suyla sulandırılıp kaynayan yemeğe yavaş yavaş ilave edilir, tuzu konulur ve yemek ayranın çökmemesi yani top top olmaması için karıştırılarak kaynatılır. Yemek pişerken ayrı bir tavada ince ince doğranmış büyük bir baş soğan, pul biber, karabiber ve salça, tereyağ ile kavrulur. Yemeğin pişmesiyle yemek ocaktan alınıp hazırlanan tereyağ ve salçalı sos üzerine gezdirilir. (Erkek)
YÖRE: Kastamonu

ASMA YAPRAKLI PİLAV (TEFEKLİ)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tereyağı (erimiş)	2 yemek kaşığı	20
Soğan	1 orta boy	70
Salça	1 yemek kaşığı	10
Bulgur	1 su bardağı	110
Su	2 su bardağı	400
Asma yaprağı (doğranmış)	1,5 su bardağı	125

BARI 2007

Porsiyon adedi: 4

YAPILIŞI

Yağ eritilir, ince kıyılmış soğanla kavrulur. Salça eklenir, kavurmaya devam edilir. Bulgur atılır, tekrar karıştırılır, ölçülü sıcak su dökülür, ağzı kapatılır suyunu çekinceye kadar pişirilir. Bu arada taze asma yaprakları yıkanıp incecik kıyılır, biraz suyunu çekmiş olan pilava ilave edilip karıştırılır. Tekrar pilavın üzeri düzeltilip kısık ateşte suyu iyice çektirilir. Ateşten indirilip tekrar dinlendirilir. Sıcak olarak servis yapılır. (Özhan)
YÖRE: Karaman (Ermenek)

MÜCENDRA (Gemici pilavı)

Malzemeler
2 su bardağı yeşil mercimek
3 su bardağı su
2 su bardağı pirinç
½ fincan sıvı yağ
1 adet soğan
İsteğe göre tuz ve baharat

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI
İki bardak mercimek, üç bardak suda haşlanır. Biraz suyu çektikten sonra içerisine iki bardak pirinç ilave edilir. Pirinç ilavesinden sonra suyu çekinceye kadar pişirilir. Diğer taraftan yarım fincan yağın içerisine küçük küçük kıyılmış soğan eklenir. Kızartılmış soğan pilavın üzerine dökülür. Baharatı ve tuzu da eklenerek servis yapılır. (Hasan Köksal, 2010, Girne)
YÖRE: KKTC

KEŞKEK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Dövme buğday	2 su bardağı	320
Nohut	1 su bardağı	175
Kuru soğan	1 orta boy	70
Kuru biber	3-4 adet	5
Salça (biber)	1 yemek kaşığı	10
Parça et	-	250
Kimyon	1 tatlı kaşığı	2
Tereyağı	3 yemek kaşığı	30
Kırmızı toz biber	1 tatlı kaşığı	2
Tuz	1 tatlı kaşığı	6

BARI 2007

Porsiyon Adedi: 4

YAPILIŞI

Buğday ve nohut akşamdan ıslatılır. Parça et, nohut, buğday ve iri doğranmış kuru soğan, kuru biber ve salça basınçlı tencereyle ocağa konur. Üzerini örtecek kadar su eklenir. Kaynayınca üstünde biriken köpükler bir kevgirler iyice alınır. Kapağı kapatılır, sibop kapatılıp ses geldikten sonra yarım saat orta ateşte pişirilir. Tencere açıldıktan sonra etlerin kemikleri varsa alınır. Kalın bir tahta kaşıkla veya blenderla dövülür. Tuz atılıp karıştırılır. Servis tabağına alınıp üzerine kimyon serpilir. Tereyağ kızdırılıp kırmızı biber konulur ve keşkeğin üzerine gezdirilir. Sıcak servis yapılır.

Not: Keşkek ülkemizin birçok yöresinde bilinmektedir. Bazı yörelerde ise düğün yemeğidir. Tarif Hatay ilinden alınmıştır, keşkek kuzu etiyle yapıldığı gibi tavuk etiyle ve salçasız olarak da yapılır. (Gençay)
YÖRE: Antakya

KEŞKEK 2

Malzemeler	Ölçü
Aşurelik buğday	½ kg.
Kuzu veya tavuk eti	½ kg.
Et yağı veya tereyağı	100 gr.
Karabiber	
Tuz	

ERGUN 2010

YAPILIŞI

-2 saat önceden ıslatılan buğday/yarma düdüklüde 45 dk. haşlanır. Kuyruk veya iç yağı eritilerek süzülür ve sıvı kısmı haşlama suyunda beklemekte olan buğdaya ilave edilir. Kuşbaşı doğranmış ve düdüklüde haşlanmış et, kuşbaşı parçalar halinde doğranıp suyuyla birlikte buğdaya ilave edilir. (Eğer tavuk eti tercih edilmiş ise et ince ince didilir.) Sürekli karıştırılarak 15 dk. daha pişirilir. Tuzu atılır.

Eğer et yağı konmamış ise tereyağı kızdırılarak içine veya servis yaparken üzerine gezdirilebilir. Arzuya göre kırmızıbiber de konabilir. Koyu çorba kıvamında olduğunda servise hazırdır. (Pervin Ergun, 2010, Kuyucak Aydın)

MAŞLI PİLAV

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Maş	1 su bardağı	
Su	3,5 su bardağı	
Bulgur	**1,5 su bardağı**	
Tuz	1 tatlı kaşığı	
Tereyağı+sıvıyağ	3 yemek kaşığı	

Porsiyon adedi: 5 kişilik

BARI 2007

YAPILIŞI

Maş 3,5 bardak suyla haşlamaya konulur. Maşlar yumuşayınca bulgur ilave edilir, tuz konulur. Suyu çekilinceye kadar kısık ateşte pişirilir. Bir tavada yağ kızdırılarak pilavın üzerine dökülüp beş dakika dinlendirilip servis yapılır. Bu pilav aynı şekilde yeşil mercimekli olarak da pişirilebilir.

BADEMLİ PİLAV

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Badem	1 su bardağı	120
Sıvıyağ	½ su bardağı	100
Tavuk but eti	2 adet	500
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20
Pirinç	2 yemek kaşığı	360
Tuz	1,5 tatlı kaşığı	9
Tavuk suyu	3 su bardağı	400

Porsiyon adedi: 6

BARI 2007

YAPILIŞI

Bademlerin kabukları soyulup 2 yemek kaşığı yağda pembeleşinceye kadar kavrulur. Tavuk eti üzerini örtecek kadar suyla haşlanır, irice didilir. Tavuk suyundan 3 su bardağı ayrılır. Pirinç ılık tuzlu suyla 15-20 dakika ıslatılır ve soğuk suyla yıkanır. Bir tencerede kalan sıvıyağ, tereyağı ve tuz ile kavrulur. Üzerine tavuk suyu dökülerek önce yüksek ateşte kaynatılır. Sonra kısık ateşe alınarak pişirilir. Derince küçük bir tepsiye önce bademler sonra da tavuk eti yayılır. Üzerine hazırlanan pilav dökülerek sıkıştırılır. Servis tabağına ters çevrilir ve sıcak olarak servis yapılır.

Not: Antakya ve çevresinde düğü yemeği olarak kullanılan bir pilav çeşididir. Arzu edilirse badem ve tavuk eti pilavın içine karıştırılabilir. (Gençay)

YÖRE: Antakya

HAMSİLİ PİLAV

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Hamsi	-	1000
Pirinç	2,5 su bardağı	450
Soğan	1 büyük	80
Tereyağı	½ su bardağı	200
Su	3 su bardağı	600 ml
Kuş üzümü	Yarım kaşık	12
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Karabiber	1 tatlı kaşığı	450
Yeni bahar	1 çorba kaşığı	1
Tarçın	1 çorba kaşığı	10
Maydanoz	½ demet	10

BARI 2007

Porsiyon adedi: 6

YAPILIŞI

Hamsiler tuzlu ise suya konur, tuzu alınır. Taze hamsi ise, ortaları açılır, koparılmadan başı alınıp, kılçıkları çıkartılır. Yıkanır ve tuzlanır. Yuvarlak, az derin bir fırın kabı veya tencere yağlanıp unlanır. Hamsilerin dış kısmı tencerenin dibine gelecek şekilde, kenarları da dahil dizilir. Kalan hamsiler ayrılır. Diğer tarafta pirinç tuzlu ılık suyla ıslatılır 20 dakika bekletilir ve süzülür. İnce doğranmış soğan sıvı yağda kavrulur. Çam fıstığı ile de kavrulduktan sonra pirinç atılır. Birkaç kez çevrilip sıcak su, bir tatlı kaşığı tuz, kuş üzümü ve limon suyu konulup karıştırılır. Önce yüksek ateşte, sonra kısık ateşte pişirilir, demlenir. Sonra karabiber ve kıyılmış maydanoz eklenir. Karıştırılıp hamsilerin üzerine pilav yerleştirilir. Kalan hamsiler pilavın üzerine hiç pilav görünmeyecek şekilde yerleştirilir, üzeri yağlanır. Isıtılmış fırında altı üstü pembeleşecek şekilde pişirilir. Hamsiler kızardığı zaman pilav pişmiş demektir. Sıcak servis yapılır.

Not: Hamsili pilav sadece pirinç ve diğer malzemeler kavrulup hamsiye kapatıldıktan sonra ölçülü su konularak fırında pişirilebilir. Bir hamsi bir pilav katları yapılarak da hazırlanabilir. (Tiryaki)

YÖRE: Rize

PERDE PİLAVI (SİİRT PİLAVI)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tavuk göğsü	2 adet	800
Pirinç	3 su bardağı	540
Badem	1 su bardağı	100
Tereyağı	½ su bardağı	100
Kuş üzümü	1 yemek kaşığı	10
Tavuk suyu	4 su bardağı	800
	Hamuru için:	
Margarin	¾ paket	150
Yumurta	4 su bardağı	800 ml
Yoğurt	3 yemek kaşığı	30
Un	Aldığı kadar	-

BARI 2007

Porsiyon adedi: 8

YAPILIŞI

Tavuk bir tencerede üzerini geçecek kadar suyla haşlanır. Etleri büyüdükçe didilir. Suyu ayrılır. Pirinç ayıklanıp bol tuzlu ılık suyla ıslatılır. 20 dk sonra süzülüp yıkanır. Bademler haşlanıp kabukları çıkarılır. Perde pilav tenceresi yumuşak margarinle 1 mm kalınlığında yağlanır, (boşluk bırakılmaz), buz dolabına bırakılır. Ayrı bir pilav tenceresinde tereyağı eritilir, pirinçler salınarak şeffaflaşıncaya kadar kavrulur. Pirinçleri kavururken 1,5 tatlı kaşığı tuz atılır. Tavuk suyu sıcak olarak ve kuş üzümü karıştırılır. Kaynayınca kapağı örtülür. Ateşi hafif kısılır. 10 dakika sonra iyice kısılır. Suyunu çekince ocak kapatılır, pilav demlendirilir. Diğer tarafta erimiş margarin, yumurta, yoğurt, bir çay kaşığı tuz ve aldığı kadar unla kulak memesi kıvamında bir hamur yapılır. Hamur 10 dk dinlendirildikten sonra kalınca (3mm) açılır. Yağlanmış perde pilav tenceresi (bu tencere dibi yuvarlak, derince bakırdan yapılır) buz dolabından çıkarılır. Bademlerden tabanına ve yanlarına yapıştırılarak çiçek veya motifler , yapılır. Hamur tencerenin içine dikkatlice yerleştirilir. Taban ve kenarda boşluk bırakılmaz. Pilav tellendirilir. Tavuk eti istenirse kara biber ve kırmızı biberle tatlandırılır. Hamur yayılmış tencereye bir kat pilav bir kat tavuk eti olmak üzere malzeme bitinceye kadar döşenir. Hamurun kenarlarında kalan kısmı, pilavın üzerine yağlanır. Sıcak fırında hamur pembeleşinceye kadar (ort. 45-50 dakika) pişirilir. Fırından çıkarılınca bir tepsiye veya servis kabına ters çevrilir.

Not: yörede tavuk ve horoz eti birlikte kullanılır. İnanışa göre; tavuk ve horoz kadın ve erkeği, pirinç bereketi, hamur evin sır ve mahremiyetini, bademler de çocukları simgeler. (Lezzet Yöre yem. Ans.) (Bedük)

YÖRE: Siirt

ÖZBEK PİLAVI

Malzemeler	Ölçü
Kuzu eti	500 gr.
Soğan	1 adet
Havuç	3 adet
Pirinç	2 su bardağı
Tereyağı	3 çorba kaşığı
Tuz, karabiber	

ERGUN 2010

YAPILIŞI

Küp küp kesilmiş orta yağlı kuzu eti suyunu çekene kadar pişirilir. Suyunu çektiğinde ince kıyılmış soğan ve çok ince kıyılmış havuç ve yağ ilave edilerek kavrulur. Üzerine yıkanıp süzülmüş pirinç, tuz, karabiber ve su ilave edilir. Kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirilip yanında pişmiş sarımsak ile servis edilir. (Pervin Ergun, 2010, Tataristan, Kazan'da bir Özbek restoranından)

YÖRE: Özbekistan, Türk dünyası

ASMA YAPRAKLI PİLAV (TEFEKLİ)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tereyağı (erimiş)	2 yemek kaşığı	20
Soğan	1 orta boy	70
Salça	1 yemek kaşığı	10
Bulgur	1 su bardağı	110
Su	2 su bardağı	400
Asma yaprağı (doğranmış)	1,5 su bardağı	125

Porsiyon adedi: 4

ERGUN 2010

YAPILIŞI

Yağ eritilir, ince kıyılmış soğanla kavrulur. Salça eklenir, kavurmaya devam edilir. Bulgur atılır, tekrar karıştırılır, ölçülü sıcak su dökülür, ağzı kapatılır suyunu çekinceye kadar pişirilir. Bu arada taze asma yaprakları yıkanıp incecik kıyılır, biraz suyunu çekmiş olan pilava ilave edilip karıştırılır. Tekrar pilavın üzeri düzeltilip kısık ateşte suyu iyice çektirilir. Ateşten indirilip tekrar dinlendirilir. Sıcak olarak servis yapılır. (Özhan)

YÖRE: Karaman (Ermenek)

OTLU BÖREK

Malzemeler	Ölçü
Mevsim otu (ıspanak, dalgan (ısırgan), ebegümeci, lale otu (gelincik) vs.	½ kg.
Çökelek	250 gr.
Dereotu	1 demet
Maydanoz	1 demet
Pırasa	2 adet
Yufka	5 adet
Karabiber	
Tuz	

Harç için	
Yumurta	3 adet
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Taze yoğurt/süt	1 su bardağı

ERGUN 2010

YAPILIŞI

Otlar yıkanıp ince kıyılır. Diğer malzemeler ilave edilip karıştırılır. İster elde açılmış ister hazır alınan yufka yağlanmış tepsiye serilir. Yufkaların arasına karıştırılmış harç malzemesi gezdirilir. En alttaki yufka hariç, diğer yufkaların tepsiden artan fazlalıkları koparılıp kat olarak serilir. Börek içi ikiye ayrılıp iki kat olacak şekilde yufkaların arasına serilir. Yufkalar bitince en alttaki yufkanın fazlalıkları bohça gibi katlanıp böreğin kenarları düzeltilir. Kalan sos üzerine dökülüp iyice yayılır. Üzerine çörek otu serpilip 200 derecede kızarana kadar pişirilir. Ilıdıktan sonra arzu edildiği şekilde kesilip servis yapılır.(Pervin Ergun, 2010, Kuyucak/Aydın).

YÖRE: Ege

EKMEK DOLMASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yuvarlak somun ekmeği	1 adet	200
Et (bıçakarası veya kıyma)	-	300
Soğan	3 adet	180
Sıvı yağ	3 yemek kaşığı	30
Salça (domates)	1 yemek kaşığı	10
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı	2
Sarımsak	2 diş	-
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Maydanoz	½ demet	-
Yoğurt (süzme)	1 su bardağı	250
Tereyağ	2 yemek kaşığı	20

Barı 2007

Porsiyon adedi: 4

YAPILIŞI

Yuvarlak dolmalık ekmek bir gün bekletilir. Ertesi gün ekmeğin üst kısmı yarıya inmeden bir kapak kesilir, çıkarılır. Ekmeğin içi boşaltılır, ufalanır. Diğer tarafta önce soğan, sonra et sıvıyağda kavrulur, salça ile de biraz kavrulduktan sonra sarımsak, tuz, karabiber ve kıyılmış maydanoz eklenip ateşten alınır. Ufalanan ekmek içi kıymalı içe karıştırılır. Hazırlanan iç ekmeğe doldurulur, ekmekten kesilen kapak kapatılır. Diğer tarafta bir tencereye su ve üzerine de süzgeç konulur, su kaynatılır. Kaynayan suyun üzerindeki süzgece ekmek yerleştirilir, kapak örtülür. Buharda yumuşayıncaya kadar pişirilir. Ekmeğe çatal batılırılıp yumuşaklığı anlaşılınca ocaktan alınır. Biraz tuz ve bir kaşık sıvıyağ karıştırılmış yoğurt ekmeğin üzerine dökülür. Tereyağlı kırmızı biber kızdırılıp yoğurdun üzerine gezdirilir. Sıcak servis yapılır.

Not: Bu yemek Ödemiş ve Denizli'de yaygın olarak yapılmaktadır. Ekmeğin daha yumuşak olması istenirse üzerine sıcak et suyu gezdirilir. Yoğurtsuz olarak da tüketilmektedir. Dolmalık ekmek özel olarak yapılıp satılmaktadır. (Çolak)

YÖRE: İzmir (Ödemiş)

SU BÖREĞİ

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Hamuru için	-	-
Yumurta	5 adet	250
Su	7 yumurta kabuğu	350
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Un	9 su bardağı	1000
İçi- Taze çökelek	3 su bardağı	750
Maydanoz	1 demet	-
Sıvı yağ	1 su bardağı	200
Tereyağ (erimiş)	1 çay bardağı	100

BARI 2007

Porsiyon adedi: 10

YAPILIŞI

Yumurtalar yıkanır, kırılır, bir tanesi tepesinden açılarak içi boşaltılır, su ölçülür, yumurtalara eklenir, tuz da konulup karıştırılır. Karışıma aldığı kadar un eklenip, kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapılır, özleştirilir. 10 eşit parçaya bölünür, beze yapılır. Hazırlanan bezeler 10-15 dk dinlendirilir. Hamur dinlenirken maydanoz ayıklanır, yıkanır, doğranır. Çökelek veya beyaz peynir maydanozla karıştırılarak iç hazırlanır. Dinlenen hamur bezelerinin her birisi 2 mm kalınlığında ve börek sinisi büyüklüğünde açılarak, serilir ve hafif tavlandırılır. Börek sinisi yağlanır ve açılan yufkalardan birisi siniye serilir. Bir tanesi de üzeri için ayrılır. Genişçe bir tencereye yarısını geçecek kadar su, 2 yemek kaşığı tuz, 1 yemek kaşığı sıvıyağ konur. Diğer tarafta bir tepsi içine tabanı düzgün bir süzgeç, ters çevrilir. Tepsinin yanında da bir tencere soğuk su bulundurulur. Diğer taraftan kalan sekiz yufkanın her biri dörde bölünür. Yarısı ayrılır. Her parça önce kaynar suda 2-3 dk haşlanır, sonra soğuk suya, sonra da süzgece aktarılır, suyu alınıp siniye hafif büzdürülerek serilir. Her sıra serilişinde 2 kaşık yağ gezdirilir. 8 yufkanın dördü serilince hazırlanan börek içi konulur. Ayrılan yufkalar haşlanarak da aynı şekilde serilir. En üste ayrılan kuru yufkalar döşenir, üzeri yağlanır. İstenirse çarşı fırınında istenirse evdeki fırında pişirilebilir. Ayrıca ocak üzerinde çevire çevire pişirilirse daha güzel olur. Aynı büyüklükte bir tepsiyle çevrilip üzeri de pişirilir.

Not: Su böreği kıymalı ve peynirli iç konularak da yapılır. Bu tarif, Konya Seydişehir'den alınmıştır. Yörede "nor" denilen taze çökelek sık kullanılır. Davetlerin vazgeçilmez yemeğidir. (Kara)

YÖRE: Konya (Seydişehir)

KIRMA BÖREK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yufka	5 adet	860
Yoğurt	2 su bardağı	500
Yumurta	2 adet	100
Sıvıyağ	½ su bardağı	100
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Peynir	1 kalıp	350

BARI 2007

Porsiyon adedi: 10

YAPILIŞI

Fırın tepsisi yağlanır. Yufkanın bir tanesi masa üzerine açılır, üzerine ufalanmış peynir serpilir. Yufkanın bir ucundan, öbür ucuna kadar iki el yardımıyla büzdürülür. Tepsinin uzun kenarı boyunca yerleştirilir. Bütün yufkalara aynı işlem yapılır. Böylece tepsi büzülmüş yufkalarla doldurulur. Diğer tarafta yoğurt, yumurta, peynirin tuz oranı kontrol edilerek tuz ve yağ iyice karıştırılır. Yufkaların üzerine gezdirilir. Arzu edilirse kırmızı pul biber veya susam, çörekotu serpilip de ısıtılmış fırında pembeleşinceye kadar pişirilir.

Not: Yufkalar büzdürüldükten sonra dilim dilim kesilerek de tepsiye yerleştirilebilir. Bu börek Bandırma, Eskişehir, İzmir yörelerinde çok yapılır. Göçmen böreği olarak da tanınır. (Eratik, Gençay)

YÖRE: Bandırma

ISPANAKLI KIVRIM BÖREK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
	İç malzemesi	
Ispanak	-	500
Soğan	1 orta boy	70
Yumurta	1 adet	50
Tuz	1 yemek kaşığı	6
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Kimyon	1 çay kaşığı	1
	Hamur malzemesi	
Un	4,5 su bardağı	500
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Sıvıyağ	1 su bardağı	200
Su	2 su bardağı	200

BARI 2007

Porsiyon adedi: 8

YAPILIŞI

Ispanaklar ayıklanır, yıkanır, doğranır. Sıvı yağın 3 kaşığı alınarak doğranmış soğan ve ıspanak kavrulur. Ispanaklar pişince yumurta kırılır. Tuz, karabiber ve kimyon ilave edilerek karıştırılır. Pişince alınır ve iç olarak kullanılır. Diğer tarafta ½ su bardağı sıvı yağ, su, un, tuz karıştırılıp yoğrulur, iyice özleştirilir. Hamur açılabilecek sertlikte olmalıdır. 10 dakika dinlendirilir. Hamurdan ceviz büyüklüğünde bezeler yapılır ve her birisi yuvarlak olarak ya da tabak büyüklüğünde ince açılır. Açılan yufkanın bir kenarına iç uzunlamasına yayılır. Önce rulo yapılır, sonra rulo bir ucundan başlayıp kendi etrafında sarılır. Yağlanmış fırın tepsisine yerleştirilir. Üzerlerine yağ sürülüp 200 C'de ısıtılmış fırında pişirilir. İstenirse üzerine pişmeden önce susam veya çörek otu serpilebilir. Sıcak veya soğuk olarak servis edilir. (Obalı)

YÖRE: Konya

PAŞA BÖREĞİ (Yağlama) (Yağlı)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Un	4,5 su bardağı	500
Tuz	1,5 tatlı kaşığı	6
Su	2 su bardağı	400
Maya	½ paket	20
Sıvıyağ	3 su bardağı	600
Soğan	1 büyük	70
Kıyma	-	250
Salça	1 yemek kaşığı	10
Domates	2 orta boy	200
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
Kırmızı biber	1 tatlı kaşığı	2
Maydanoz	½ demet	-
Yoğurt (süzme)	1 su bardağı	250

BARI 2007

Porsiyon adedi: 4

YAPILIŞI

Un, su, maya bir çay kaşığı tuz karıştırılarak yumuşak bir hamur elde edilir. Hamur 10 dk dinlendirilir. Hamurdan yumurta büyüklüğünde bezeler alınıp 20 cm çapında yuvarlak yufkalar açılır. Yufkalar 3-4 mm incelikte olmalıdır. Açılan hamurlar kızgın yağda pembeleşinceye kadar kızartılır. Yağını çekmesi için kağıt havlu üzerine çıkarılır. Diğer tarafta soğan, kıyma, 3 yemek kaşığı sıvı yağda kavrulur. Salça, domates, baharatlar ve en son maydanoz konularak ateşten alınır. Hamurlardan bir tanesi servis tabağına alınır. Üzerine kıymalı harç yayılır, ikinci yufka ve diğerleri bir kat harç, bir kat yufka şeklinde üst üste dizilir. En üste harç konulmaz. İsteğe göre sarımsaklı veya sade yoğurt, kırmızı biberli eritilmiş tereyağı konularak servis yapılır. (Şentürk)

Not: Açılmış olan yufkalar saç üzerinde pişirilerek de yapılmaktadır.

YÖRE: Kayseri

ÇİBEREK (ÇİĞ BÖREK)

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Un	2 su bardağı	220
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Kıyma	-	150
Pirinç	½ su bardağı	90
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Sıvıyağ	1,5 su bardağı	300

BARI 2007

Porsiyon adedi: 4

YAPILIŞI

Un, su, 1 çay kaşığı tuz ile kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapılıp, özleştirilerek 10 dk dinlendirilir. Pirinç haşlanır, suyu süzülür. Pirinç, kıyma, karabiber ve bir çay kaşığı tuz ile iyice karıştırılıp iç hazırlanır. Hazırlanan hamurdan ceviz büyüklüğünde bezeler yapılır. Bezelerin her birisi yuvarlak açılır. Açılan yufkaların yarısına iç malzemesinden yayılır. Diğer yarısı üzerine kapatılır. Kenarları bir kapak veya rulet yardımıyla düzeltilerek yapıştırılır. Hazırlanan börekler derin bir tavada kızdırılmış sıvı yağda kızartılır. Sıcak olarak servis yapılır. (Balkış)
YÖRE: Aksaray

ISIRGAN OTU BÖREĞİ

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Un	4,5 su bardağı	500
Su	1,5 su bardağı	300
Tuz	2 tatlı kaşığı	6
Isırgan otu	1 demet	500
Soğan	1 adet	65
Sıvı yağ	3 yemek kaşığı	30
Pul biber	1 tatlı kaşığı	2
Karabiber	1 çay kaşığı	1
Peynirli (isteğe göre)	1 küçük kalıp	150
Tereyağı	1 küçük rulo	100

BARI 2007

Porsiyon adedi: 6

YAPILIŞI

Un, su, bir tatlı kaşığı tuz karıştırılır, orta sertlikte bir hamur yapılır. Üzerine nemli bez örtülüp 15 dk. Dinlendirilir. Diğer tarafta ısırgan otu temizlenir, yıkanır ve doğranır (ısırgan otunun elleri dalamaması için kaynar suya batırılıp çıkarılması veya eldivenle çalışılması gerekir.). sıvı yağla soğan ve ısırgan otu kavrulur. Tuz, karabiber ve pul biber eklenir. Ateşten alındıktan sonra peynir ufalanır, karıştırılarak iç hazırlanır. Hazırlanan hamur 12 bezeye ayrılır. Her beze ince yufka şeklinde açılır. Yarısına iç konularak öbür yarısı üzerine katlanır. Kenarlarından kenarı keskin bir çay tabağı veya kapak yardımıyla yarım daire şeklinde kesilir. Saç üzerinde veya teflon tavada iki tarafı eşit şekilde yağsız olarak pişirilir. Ateşten alınır, katı tereyağı sürülerek servis yapılır. (Keser)
YÖRE: İçel (Gülnar)

GAZEL BÖREĞİ

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Su	2 su bardağı	400
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Yaş maya	1 paket	42
Un	Ortalama 5 su bardağı	550
Sıvı yağ	1 su bardağı	
	İç malzemesi	
Kuru soğan	1 orta boy	60
Patates	3 orta boy	300
Maydanoz	½ demet	
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı	2
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2

BARI 2007 2010

Porsiyon adedi: 6

YAPILIŞI

Su, tuz, yaş maya ve un karıştırılarak sertçe bir hamur yapılır. 15-20 dk. Kadar dinlendirilir. İki yemek kaşığı yağda rendelenmiş soğan ve patates birlikte kavrulur. Tuz, karabiber, kırmızıbiber ve kıyılmış maydanoz eklenerek ateşten alınır, iç olarak kullanılır. Dinlenmiş olan hamurdan yumurta büyüklüğünde bezeler yapılır. Bütün bezeler açılabildiği kadar ince açılır. Yufkanın birisi 30-35 cm çapında yağlanmış tepsiye serilir. Yufkaların yarısı yağlanarak döşenir ve iç yayılır. Daha sonra diğer yufkalar da araları yağlanarak döşenir. En üstteki yufkaya yağla karışık yumurta sarısı sürülüp 20-25 dk. Daha bekletilir. Üzerine susam, çörekotu serpilir. Önce kare şeklinde sonra istenirse üçgen şeklinde kesilir. Önceden ısıtılmış fırında pembe renkte pişirilir.

Not: Burdur'da bu börek eskiden kışın mangal kömüründe ya da ocakta közde pişirilirdi. Daha lezzetli ve yumuşak olurdu. (Çeliksu)
YÖRE: Burdur

BANDUMA

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Ev yufkası	2 adet	280
Tavuk göğsü	1 adet	350
Ceviz içi	1 su bardağı	100
Tereyağı (erimiş)	1 su bardağı (sıvı yağla karışık olabilir)	200

BARI 2007

Porsiyon adedi: 4

YAPILIŞI

Tavuk eti üzerini örtecek kadar suyla haşlanır. Etleri ufak parçalara ayrılır, suyu tencerede bırakılır. Yufka yayılır, üçgenler şeklinde 8 eşit parçaya bölünür. Geniş kısımlarına tavuk etinden yerleştirilip sigara böreği gibi gevşek bir şekilde sarılır. Diğer yufka da aynı şekilde hazırlanır. Tavuk suyu kaynatılır, hazırlanan yufkalar tavuk suyuna bandırılıp çıkarılır. Kenarlarından birbirinin üstüne gelecek şekilde servis tabağına sıralanır. Ortaya doğru biraz daha yükseltilir. Her sıranın bitiminde eritilmiş tereyağı ve dövülmüş ceviz içi gezdirilir. Kalan tavuk etleri ve ceviz içi en üste yerleştirilir. Sıcak servis yapılır. (Şen)
YÖRE: Kastamonu

ŞİŞ BEREK

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
	İç malzemesi	
Soğan	1 orta boy	60
Kıyma	-	200
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Karabiber	1 tatlı kaşığı	2
	Hamur için	
Un	2 su bardağı	220
Tuz	1 çay kaşığı	3
Pirinç	½ su bardağı	90
Tuzlu yoğurt veya süzme	1 su bardağı	250
Nane	1 yemek kaşığı	2
Kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı	2
Tereyağı	2 yemek kaşığı	20

BARI 2007

Porsiyon adedi: 6

YAPILIŞI

Soğan rendelenir, kıyma, tuz ve karabiber karıştırılarak iç hazırlanır. Un, tuz ve biraz su ile sertçe bir hamur yapılır. Bezelere ayrılır, açılarak mantı şeklinde kesilir. İçlerine kıymalı iç konularak kapatılır. Bir tencerede 6 su bardağı su kaynatılır. Kaynayan suya önce pirinç atılır, pişirilir. Pirinçler pişmek üzereyken yoğurt ilave edilir, karıştırılır, hemen mantılar da eklenir. Yumuşayıncaya kadar pişirilip ateşten alınır. Üzerine yağda kızartılmış nane ve kırmızıbiber dökülür. Sıcak olarak servis yapılır. Not: Tuzlu yoğurt Hatay'da kullanılan özel bir yiyecektir. Tuzlu yoğurt keçi yoğurdundan pişirilerek elde edilen özel bir yiyecektir. Pişmiş yoğurt da denir. Yoğurt çorbası, şiş berek gibi pek çok yemeğin yapılışında kullanılır. Hatay'da şiş berek pişirilirken haşlanmış nohut da kullanılmaktadır. (Turunç)

YÖRE: Antakya

HELLİM BÖREĞİ

Malzemeler
3 paket hellim
1 yemek kaşığı kuru nane
Bir tutam tuz
2 bardak su
4 yemek kaşığı sıvı yağ
1 litre sıvı yağ (kızartmak için)

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI

Unun içerisine su koyulur, yağ eklenerek iyice dinlendirilir. Yoğrulurken dikkat edilecek husus hamurun kulak memesi yumuşaklığında olmasıdır. Üç paket hellim rendelenir, nane ile karıştırılır. Hamurdan bir parça kesilir oklava ile açılır, aralıklarla arasına hellim koyulur ve üzeri kapatılır. Tekerlekle kesilir ve kızgın yağda kızartılır.(Hasan Köksal, 2010, Girne)

YÖRE: KKTC

NOR BÖREĞİ

Malzemeler
1 kilo un
½ litre su
Yarım kilo taze nor
1 su bardağı şeker
1 çay kaşığı tarçın
1 litre sıvı yağ (kızartmak için)

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI

Bir kilo un ile su karıştırılıp hamur yapılır, hamur dinlendirilir. Norun içerisine tarçın koyulur, şeker eklenir ve ezilir. Hamur parça parça oklava ile açılır. İçerisine biraz nor koyulur ve onlar börek şeklinde kesilir, kızgın yağda kızartılır(Hasan Köksal, 2010, Girne)

YÖRE: KKTC

ZEYTİNLİ BİTTA

Malzemeler
1 kilo un
1 su bardağı çekirdekleri ayıklanmış zeytin
1 çay kaşığı yaş maya bir miktar tuz
Arzuya göre taze veya kuru nane
2 bardak su
½ su bardağı yçiçeği yağı

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI

Un, tuz, su, maya ve ayçiçeği yağı kulak memesi yumuşaklığından daha yumuşak olmak şartıyla yoğrulur. Önceden çekirdeklerini hazırladığımız zeytini, naneyi hamurun içerisine ekleyip iyice yoğrulur. Yaklaşık yarım saat, hamurun üzeri göz göz oluncaya kadar bekletilir ve üzeri kızarıncaya kadar fırında pişirilir (Hasan Köksal, 2010, Girne).

YÖRE: KKTC

KABAK BÖREĞİ

Malzemeler

Yarım kilo bal kabağı
1 yemek kaşığı maraho otu
½ su bardağı kuru üzüm
1/1 su bardağı badem
1 su bardağı şeker
3 su bardağı un
2 su bardağı su
Bir tutam tuz
Yarım fincan sıvı yağ
yumurta
1 litre sıvı yağ (kızartmak için)

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI

Bal kabağı olgunlaştığı zaman soyulur, küp şeklinde doğranır ve biraz pişirilir. İçerisine maraha otu, kuru üzüm, badem, şeker ilave edilip karıştırılır. Un, tuz, yağ, su karıştırılıp hamur yapılır. Hamur bezelere ayrılır. Bezeler, yuvarlak olacak şekilde açılır ve arasına kabak böreğinin harcından koyulur. Ay şekli verilerek katlanır. Kenarları çatal yardımıyla açılmaması için kapatılır. Üzerine yumurta sarısı sürülür. Kızgın yağda kızartılır. (Hasan Köksal, 2010, Girne)

YÖRE: KKTC

PİLAVUNA

Malzemeler
1 adet köy peyniri
1 adet hellim
2 çorba kaşığı kenevir tohumu
Bir miktar nane
3 çorba kaşığı kuru üzüm
3 adet yumurta
1 yemek kaşığı susam
1kilo un
½ su bardağı yçiçeği yağı
1.5 su bardağı süt
½ tatlı kaşığı tuz
½ tatlı kaşığı maya

KÖKSAL 2010

YAPILIŞI

Peynirler rendelenir, içerisine kenevir tohumu, nane, kuru üzüm ve yaş maya eklenir ve iyice karıştırılır. Bu malzeme bir gece önceden hazırlanıp buzdolabına koyulmalıdır. Ertesi gün un, yçiçeği yağı, süt, tuz, maya karıştırılıp iyice yoğrulur. Bu hamur ceviz büyüklüğünde parçalara ayrılır. Merdane ile çok kalın olmayacak şekilde açılır, ortasına bir gece önceden hazırlanan malzemeden koyulur ve üçgen şeklinde katlanır. Üzerine yumurta sarısı sürülüp, susam serpilir. Üzeri kızarıncaya kadar fırında pişirilir(Hasan Köksal, 2010, Girne).

YÖRE: KKTC

ETLİ KÖMBE

Malzemeler	Ölçü
Hamuru	
Un	4 su bardağı
Yoğurt	1 çay bardağı
Sıvı yağ	½ çay bardağı
Tuz	1 çay kaşığı
Su	
Yufkaları yağlamak için	
Yağ	1 su bardağı
İçi	
Kıyma (yağlı)	250 gr.
Kuru soğan	1 kg.
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Biber salçası	1 yemek kaşığı
Tuz	
Karabiber	

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Malzemeler karıştırılır, hamur yoğrulur. Kulak memesi yumuşaklığında hamur için yeteri kadar su koyulur. Hamur üzeri örtülerek 1 saat kadar dinlendirilir.

Soğan piyaz şeklinde ince ince doğranır. Tuz, karabiber, salça, yağ, kıyma ilave edilip karıştırılır.

Dinlenmiş hamurdan dokuz beze yapılır. Yuvarlak fırın tepsisi boyutunda yufka açılır. Yağlanmış fırın tepsisine serilir. Her yufka arasına 3 yemek kaşığı yağ gezdirilir. Üçüncü yufkadan sonra harcın yarısı serilir. Altıncı yufkadan sonra diğer yarısı serilir. En üstü kuru yer kalmayacak şekilde yağlanır. Baklava dilimi şeklinde kesilir. 200 derecede börek gibi kızartılır. Fırından çıkartılıp üzeri ekmek ıslatır gibi ıslatılır. Üzerine bez örtülüp dinlendirildikten sonra servis yapılır.

Not: İçine kıyma yerine peynir veya patates de koyulabilir. Sadece soğanla da yapılabilir.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Emine Demiray Demirel (Osmaniye 1964- lise)'den derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

BAYRAM KÖMBESİ

Malzemeler	Ölçü
Un	3 kg.
Toz şeker	1 kg.
Kabartma tozu(Baking powder)	1 paket
Ekmek hamuru	1 adet
Yoğurt	1 kg.
Süt	½ lt.
Margarin	3 paket
Sıvıyağ	2 su bardağı
İrmik	1 su bardağı
Tahin	1 su bardağı

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Süt ısıtılır. Yağ, maya iyice eritilir. Yoğurt, şeker, tahin, sıvı yağ, kabartma tozu karıştırılır. Havuz halinde açılmış hamurun ortasına dökülür. Hamur haline getirilir. Bekletilerek mayalanması sağlanır. Kurabiye gibi şekillendirilir. Susam ve şeker karışımına bulanıp tepsiye dizilir. 180 derecede Kurabiye gibi kızarana kadar pişirilir.

Osmaniye'de şeker bayramında misafirlere ikram etmek için çokça hazırlanan kömbe, bayram sabahı yeşil zeytin ile yenir.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Emine Demiray Demirel (Osmaniye 1964- lise)'den derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

PEREMEÇ

Malzemeler	Ölçü
Hamuru için:	
Un	500 gr.
Süt	1 su bardağı
Maya	1 paket kuru maya
Yumurta	1 adet
Tuz	
İçi için:	
Kıyma (yağsız)	300 gr.
Soğan	3 adet
Karabiber	
Tuz	

ERGUN 2010

Kızartmak için:

Tereyağ veya sıvı yağ

YAPILIŞI

Un, süt, maya, yumurta, tuz ve aldığı kadar su ile kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur; üzeri örtülerek kabarmaya bırakılır.

İnce kıyılmış soğan, kıyma, tuz ve karabiberle iç hazırlanır.

Mayalanmış hamurdan ceviz büyüklüğünde bezeler hazırlanır. Bezeler simit büyüklüğünde açılır. Kenarlara gelmeyecek şekilde, içine iç karışımından sürülür. Hamurun kenarları içe doğru pile pile katlanarak şekil verilir. Ortasında demir para büyüklüğünde bir kısmı açık bırakılır. Yapılan peremeçler un serpilmiş tahtaya dizilir ve kabarması sağlanır. (Halk arasında buna "yer mayası" denir.) Kabaran peremeçler kızgın ve bol yağda kızartılır. Önce açık tarafı alta gelecek şekilde yerleştirilir; daha sonra ters çevrilerek nar gibi kızartılır. Sıcak servis yapılır. (Pervin Ergun, 2010, Ankara)

YÖRE: Osmaniye

NOHUTLU MANTI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Un	3 su bardağı	300
Nohut (haşlanmış)	2 su bardağı	200
Yoğurt (süzme)	3 su bardağı	750
Sarımsak	2-3 diş	15
Tuz	2 tatlı kaşığı	12
Yağ (sıvı)	1 çay bardağı	100

Porsiyon adedi: 10

BARI 2007

YAPILIŞI

Un, su, tuz karıştırılarak sert bir hamur yapılır. Yapılan hamur biraz dinlendirilir. Hamur 2 mm kalınlığında açılır ve 2,5 cm uzunluğunda karelere kesilir. Sonra haşlanmış nohutlar içlerine yerleştirilir ve karelerin iki uçları birleştirilir ve nohut görülecek şekilde bırakılır. Yağlı tepsiye dizilir ve fırında kızartılır. Kızardıktan sonra tepside biraz soğutulur ve tepsiye kaynamış su dökülüp ocağa konur ve kızgın yağ gezdirilerek servis yapılır. (Engin)
YÖRE: Bilecik (Bozüyük)

HAŞHAŞLI KATMER

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Un	6,5 su bardağı	700
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Su	2 su bardağı	400
Haşhaş (dövülmüş)	1 su bardağı	300
İç yağı ve tereyağı (erimiş)	2 yemek kaşığı	20
Haşhaş yağı ve sıvıyağ	½ su bardağı	100

Porsiyon adedi: 6

BARI 2007

YAPILIŞI

Un hamur kabına eklenir, su ve tuz eklenerek yumuşak bir hamur yapılır. 30-40 dk. Dinlendirilir. Tereyağı veya iç yağ eritilir, sıvıyağla karıştırılır. Haşhaş (havanda dövülmüş veya robotta iyice çekilmiş olacak) sıvı yağ ve eritilmiş tereyağı karışımından 2-3 kaşık alınarak karıştırılır, yumuşatılır. Dinlendirilen hamurdan dört beze yapılır. Bezelerin her biri açılır. Açılan hamura önce yağ sonra haşhaş sürülür, rulo şeklinde sarılır. (Yufkalar haşhaş sürüldükten sonra şeritler halinde kesilip üst üste konulabilir.) Rulolardan 4 parmak genişliğinde parçalar kesilir. Bu parçalardan ikişer tane üst üste konur, en üstüne ve arasına da haşhaş sürülüp tekrar açılır. Bütün bezeler aynı şekilde hazırlanır. Açılan parçalar saç üzerinde veya teflon tavada pişirilir. Pişirilirken her çevirişte katmerin üzeri haşhaşlı yağla yağlanır sıcak veya soğuk olarak servis yapılır. (Yılmaz, Gövenekli)
YÖRE: Afyon (Karahisar)

ÇAYKIMA BÖREĞİ

Malzemeler	Ölçü
Un	500 g.
Zeytinyağı	1 su bardağına yakın
Tuz	
Su	
3 çorba kaşığı yoğurt	
İçi İçin: Arzuya göre çeşitli otlar (Isırgan,	
gelincik, dereotu, pırasa, taze soğan vs.)	1 kg.

ERGUN 2015

YAPILIŞI
Otlar ayıklanır, yıkanır, süzülür, ince ince doğranır. Ekmek hamurundan daha yumuşak bir hamur hazırlanır. Yağın yarısı ile tepsinin altı yağlanır. Yarım parmaktan biraz daha ince olmak üzere altına hamur serilir. Hamurun üzerine ince kıyılmış, tuz ve karabiber karıştırılmış ot karışımı eşit bir şekilde dağıtılır. Kalan hamurun içine biraz daha su karıştırılır. Elle açılabilecek kıvamdaki bu hamur südüre sündüre tepsinin üzerine örtülür. Hafif delikli de olabilir. Kalan yağın içine yoğurt karıştırılır ve tepsinin üzerine sürülür. Kızgın fırında 45 dk. pişirilir.
Not: Bakır sinide köy fırınında pişirilmesi tavsiye edilir.
YÖRE: Aydın, Muğla

CEVİZLİ KURABİYE

Malzemeler	Ölçü
Ceviz içi	1 su bardağı (iri dövülmüş)
Margarin veya tereyağı (eritilmeyecek, oda ısısında yumuşamış olarak)	250 gr
Pudra şekeri	3 yemek kaşığı
Kabartma tozu,	
Un(kepek, yulaf, çavdar	3-3,5 su bardağı
unundan da karıştırılabilir)	

ERGUN 2010

YAPILIŞI
Malzemeler karıştırılır, güzelce yoğrulur. Ceviz büyüklüğünde yuvarlanıp, yağlanmış tepsiye dizilir. 175-200 derece ısıdaki fırında pembeleşinceye kadar pişirilir. Ilık iken pudra şekeri+tarçın karışımına bulanıp servis tabağına yerleştirilir
Not: Pervin Ergun tarafından 05.08.2010 tarihinde Gülnur Çulhaoğlu (Akdağmadeni 1957-Diş hekimi)'dan derlenmiştir.
YÖRE: Adana

MAHLEPLİ SİMİT

Malzemeler	Ölçü
Margarin	1 paket
Yumurta	1 adet
Yoğurt	2 çorba kaşığı
Toz şeker	2 çorba kaşığı
Karbonat	1 çorba kaşığı
Mahlep	1 çorba kaşığı
Tuz	1 çorba kaşığı
Susam	
Yeteri kadar un	

YAPILIŞI

Yumurtanın beyazı üzerine sürülmek üzere ayrılır. Diğer malzemelerle kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapılır. 36 parçaya ayrılır. Simitler haline getirilir. Önce yumurtanın beyazına sonra susama batırılarak yağlanmış tepsiye dizilir. 175 derecede pişirilir.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.08.2010 tarihinde Gülay Boz (Adana 1953)'dan derlenmiştir.

YÖRE: Adana

UN KURABİYESİ

Malzemeler	Ölçü
Margarin	1 paket
Pudra şekeri	1,5 su bardağı
Un	12 fincan

YAPILIŞI

Yağ ile şeker yoğrulur. 1'er fincan konarak yavaş yavaş 12 fincan un yedirilir. Ceviz büyüklüğünde parçalar halinde şekil verilir. Yağsız tepsiye dizilir. 150 derecede pişirilir. Pembeleşmeden fırından çıkarılır. Pudra şekeri ile servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.08.2010 tarihinde Gülay Boz (Adana 1953)'dan derlenmiştir.

YÖRE: Adana

SALATALAR

Göksel Kemal GİRGİN

Türk sofrasında yemek arasında tüketilen, ekşi olduğu için iştah açan yardımcı yiyeceklerdir. Doğu Türkistan Türkleri için sofranın en önem verilen kısmıdır. Bütün Türk dünyasında salatasız sofraya oturulmaz.

Salatalar çoğunlukla sebzelerden ve çiğ ya da pişmiş yiyeceklerden hazırlanırlar. Bunların üzerine genellikle zeytinyağı gezdirilir. Kendiliğinden yetişen yenebilir otlarla yapılan salataların da özellikle kırsal yörelerdeki halkımızın beslenmesine olumlu katkıları vardır.

Türk mutfağında piyaz, fava gibi baklagillerden yapılan salataların da önemli bir yeri vardır. Sofralarımızın yoğurt ve salatalıkla yapılan tanınmış salatası da cacıktır (Arlı 1982: 29).

Salatalarda sirke kullanılmakla beraber limon, limon tuzu, koruk suyu, sumak, nar ekşileri daha revaçtadır (Güzelbey1982:100).

BUĞDAYLI SALATA

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Aşurelik buğday	bir buçuk su bardağı
Kırmızı soğan ve sarı biber	1'er adet
Kırmızı biber ve salatalık	2'şer adet
Sivri biber	2-3 adet
Kiraz domates	10 adet
Dereotu	birkaç dal

Sosu için: Yarım çay bardağı zeytinyağı; 3-4 çorba kaşığı nar ekşisi; tuz, karabiber, kimyon.

HAZIRLANIŞI

Aşurelik buğday akşamdan ıslatılır. Ertesi gün suyu süzülüp bir tencereye alınır. Üzerini geçecek kadar soğuk su ilave edilir. Yumuşayana kadar haşlanır ve geniş bir tabağa alınır.

Soğan piyazlık, kırmızı biber halka, sarı biber jülyen, sivri biber verev doğranır. Dereotu kıyılır. Tüm sebzeler buğdayın üzerine ilave edilip, harmanlanır ve servis tabağına alınır. Küçük bir kapta zeytinyağı, nar ekşisi, tuz, karabiber ve kimyon karıştırılır. Hazırlanan sos salatanın üzerine gezdirilip servis yapılır.

Buğday ve Sağlık:

Buğday, karbonhidrat, E ve B vitamini yönünden oldukça zengindir. Ayrıca yüksek oranda kalsiyum, demir ve çinko da içerir. Çokça lif içerir.

Buğday bağırsakları çalıştırır ve kabızlığa iyi gelir. Bağırsak ve rektum kanserine karşı koruyucu özelliği bulunur. Mide, beyin ve gözleri kuvvetlendirir.

BUĞDAY SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Aşurelik buğday (B2 ve B6 vitaminleri ile niasin, folik asit, demir ve çinko protein, mineraller, potasyum ve fosfor)	2 su bardağı, 300gr
Havuç	2 adet, 100gr
Maydanoz, nane, dereotu	¼ demet
Kereviz	1 adet, 200gr
Bir tutam haspir	
Tuz	
Balsamik sirke	2 yemek kaşığı

HAZIRLANIŞI

Haşlanan buğdaylara küp şeklinde kesilmiş, yarı haşlanmış havuç ve kereviz eklenir.

Bütün malzemeler ince kıyılır; karıştırılıp servis edilir.(Maranki 2009:104)

MEYVE SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Portakal	1 adet
Kivi	1 adet
Golden elma	1 adet
Şeftali	1 adet
Muz	1 adet
Çeşitli meyveler	

HAZIRLANIŞI
Meyve salatası yapmak için damak zevkine uygun meyvelerden kişi sayısına göre alınır. Bunlar iyice yıkadıktan sonra küçük parçalar halinde kesilir. Daha sonra derin bir salata kabına alınıp iyice meyveleri ezmeden harmanlanır ve servise hazır hale getirilir (Aymelek 2009:4).

OT SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Marul	bir küçük boy,200gr
Ispanak	3- 4 kök, 100 gr
Semizotu	3- 4 dal, 100 gr
Roka	3- 4 dal, 100 gr
Taze nane	3- 4 dal, 25gr
Yeşil soğan	3- 4 adet, 25 gr
Maydanoz	4-5 dal adet, 15 gr
Ekşi otu	bir demet, 200
Salatalık	1 orta boy, 125 gr
Brokoli	4-5 dal,50 gr
Limon suyu	1 yemek kaşığı, 10ml
Zeytinyağı	1 yemek kaşığı, 10 ml
Yaban gülü yaprağı	4- 5 adet
Tuz	1 tatlı kaşığı, 6 g

HAZIRLANIŞI
Bütün sebzeler ayıklanır, yıkanır ve orta büyüklükte doğranır. Karıştırılıp servis tabağına alınır. Tuz, limon suyu ve zeytinyağı iyice karıştırılıp salata sosu yapılır. Hazırlanan salatanın üzerine dökülür. Gül yapraklarıyla süslenir (Barı 2007:232).

CACIK

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Yoğurt	2 kâse, 1kg
Salatalık	4 adet, 200gr
Nane	2-3 dal, 2 gr
Sarımsak	2- 3 diş, 5 gr
Zeytinyağı	2 çorba kaşığı, 20 ml

HAZIRLANIŞI
Salatalıkların kabuklarını soyulur, küp şeklinde doğranır. Yoğurt iyice çırpılır, 1/2 su bardağı su ilave edilip karıştırılarak özleştirilir. Soyulmuş sarımsaklar da biraz tuzla dövülerek salatalıklar ile birlikte yoğurda ilave edilip bir miktar daha karıştırılır. Üzerine zeytinyağı ile kıyılmış taze nane veya kuru nane serpilerek, servis yapılır (Kahraman, 2010, Konya).

KARNABAHAR SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Karnabahar	1 adet orta boy
Sarımsak	6 diş
Ceviz içi1	su bardağı
Sirke	1/2 çay bardağı
Zeytinyağı	1/2 çay bardağı
Yeterince tuz ve pul kırmızıbiber.	

Haşlamak İçin: 1/2 adet limonun suyu; 1 çorba kaşığı tuz; Yeterince su.

HAZIRLANIŞI
Karnabahar, tuz ve limon suyu koyulan suda haşlanır. Sarımsaklar, 1/2 çay kaşığı tuz ile birlikte havanda dövüldükten sonra, bıçakla kıyılan ceviz, sirke, zeytinyağı ve yeterince tuz ilave edilip, karıştırılır. Haşlanan karnabahar ufak parçalara ayrıldıktan sonra, hazırlanan cevizli malzeme ile karıştırılıp, servis tabağına koyulur. Üzerine pul kırmızıbiber serperek, servis yapılır.
Not: Arzu edenler, pul kırmızıbiberi sıvıyağda yakıp, üzerine dökebilirler (Sevinç, 2006: 139).

KEREVİZ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Dolgun sıkı kök kereviz	3 adet orta boy
Limon suyu	2 adet
Mayonez, yoğurt	1,5 çorba kaşığı
Maydanoz veya dereotu	1/2 demet
Yeterince tuz	
Arzu edenler için; havuç ve sarımsak.	
Portakal	

HAZIRLANIŞI
Arzulanan miktarda yoğurt ve mayonez, büyükçe bir kâsenin içinde karıştırılır. Kerevizlerin kabukları soyulup, rendelenir. 1 tatlı kaşığı tuz ve 1 çay bardağı limon suyu ile ovulur. Mayonezli karışıma ilave edilip karıştırılarak, kabuğuyla dilimlenmiş portakalların üzerine konur. Servis tabağına alınır ve maydanoz/dereotu yaprakları ile süslenip, servis yapılır.
Not: İsteyenler, bu karışıma, dövülmüş 1 diş sarımsak ile haşlayıp rendelenmiş 1 adet orta boy havuç ilave edebilirler (Sevinç, 2006: 139).

LAHANA SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim
Dolmalık lahana	1 adet küçük boy
Havuç	2 adet
Çörekotu	1 çorba kaşığı
Limon	
Sıvı yağ	
Yeterince tuz.	

HAZIRLANIŞI
Lahananın dış yaprakları çıkartılıp, dörde bölünür. Kök ve damar kısımları kesilip, atılır. İnce ince kıyılıp tuz ile ovaladıktan sonra, rendelenen havuçlar ile karıştırılır. Çörekotu, yeterince limon suyu, sıvı yağ ve tuz ilave edip, iyice karıştırdıktan sonra salata tabağına yayılıp, servis yapılır (Sevinç, 2006: 143).

KIRMIZILÂHANA SALATASI

Malzemeler
Kırmızılâhana
Sirke
Yeterince tuz

HAZIRLANIŞI

Dış yaprakları, kök ve damarları çıkartılan kırmızılâhana, ince ince kıyılıp, bol tuz ile ovulur. Bolca sirke dökülüp karıştırıldıktan sonra, ağzı kapalı bir kaba basılır. Ara sıra altüst edilerek, karıştırıldıktan sonra, 2-3 gün dinlendirilir. Servis yapılacağı zaman, eğer ihtiyaç duyulursa yıkanarak veya kendi suyu ile servis yapılır (Sevinç, 2006: 142).

KIRMIZI PANCAR SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kırmızı pancar	4 adet, 500 gr
Kuru soğan	1 adet, 70 gr
Sarımsak	2- 3 diş, 5 gr
Karanfil	1- 2 adet, 1gr
Zeytinyağı	1 kahve fincanı, 50ml
Limon	1 adet, 50 gr
Maydanoz, dereotu	½ demet, 100 gr

HAZIRLANIŞI

Yıkanmış kırmızı pancar, soyulmuş soğan, sarımsak ve karanfil düdüklü tencereye konulur. Üzerine üç su bardağı su ilava edilerek on dakika haşlanır. Sudan alınan pancarlar soğuyunca soyulup küp şeklinde doğranır. İçine limon suyu, zeytinyağı ve tuz ile hazırlanan sos ilave edilerek karıştırılır. Üzeri kıyılmış maydanoz, dereotu ile süslenerek servis yapılır (Kahraman, 2010, Konya).

Not: Haşlarken içine kurutulmuş biber ve pancar sapları da konabilir. Sarımsak, zeytinyağı, nar ekşisi ve tuz çırpılarak üzerine sos olarak dökülebilir. Üzerine sadece sirke de dökülebilir. Su olarak da haşlama suyu konabilir (Ergun, 2010, Kuyucak Aydın).

YÖRE: Ege-Marmara

KISIR (İç Katması)

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
İnce bulgur (simit)	2 su bardağı
Kuru soğan	2 adet
Domates	3 adet
Sivribiber	3 adet
Maydanoz, taze soğan, taze sarımsak	1 demet
Limon suyu	2 adet
Domates salçası, biber salçası	1 çorba kaşığı
Sıvı yağ	1/2 su bardağı
Yeterince tuz ve pul kırmızıbiber.	

HAZIRLANIŞI

Bulgur bol sıcak suyun içinde bir kere karıştırılıp, üstte kalan suyu dökülür ve ağzı kapalı olarak şişmesi sağlanır.

Taze soğan, taze sarımsak ve maydanozlar ayıklanıp, ince ince kıyılır. İnce kıyılan kuru soğanlar, sıvı yağda kavrulur. Çekirdekleri ayıklanıp, ufak ufak kesilen sivribiberler, soğanlara ilave edilip, biraz daha kavrulur. Domates ve biber salçaları da katılıp, 1-2 dakika daha kavrulduktan sonra, kakuğu soyulup kuşbaşı kesilen domatesler ilave edilir. Domatesler biraz yumuşayıncaya kadar pişirilir.

Şişmiş olan bulgur, büyükçe bir kaba alınıp üzerine tencerede hazırlanan sos, kıydığımız taze soğanlar, taze sarımsaklar, maydanoz, limon suyu, yeterince baharatları ilave edip, yoğurmadan parmak ucuyla iyice harmanlayarak, büyük bir servis tabağına alınır. Turşu, turp, ayran, haşlanmış asma yaprağı veya marul yaprağıyla birlikte servis yapılır (Sevinç 2006: 60).

KIŞ CACIĞI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Havuç (veya 4-5dal ince kıyım kıvırcık)	2 orta boy(4- 5 dal)
Kuru veya taze nane	1 tatlı kaşığı, 2- 3 sap
Yoğurt	2 su bardağı
Zeytinyağı	1 çorba kaşığı
Yeterince tuz ve su.	

HAZIRLANIŞI

Havuçların kabukları soyulup, rendelenir. Yoğurt çatalla iyice ezilip, 1 su bardağı su ve havuçlar ilave edilerek, karıştırılır. Zeytinyağı ve tuz ilave edip son bir kere karıştırdıktan sonra, kâselere boşaltılır. Üzeri nane ve zeytinyağı ile süslenip, soğuk olarak servis yapılır.

Not: Arzu edenler havuç yerine göbek veya yaprak yeşil salata kullanabilirler (Sevinç 2006: 142).

SIYIRMA SALATASI (TAZE BÖRÜLCE)

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Börülce	1 kg
Sarımsak	3- 4 diş, 10 gr
Zeytinyağı	1 fincan, 50 ml
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5gr

HAZIRLANIŞI

Sıyırmalar yıkanır, ayıklanır az suda haşlanır. Suyu süzülerek servis tabağına alınır. Sarımsaklar dövülerek ezilir, zeytinyağı, tuz ilave edilerek iyice karıştırılır. (Aydın civarında bu karışım iyice çırpılarak beyazlaştırılır.) Hazırlanan sos sıyırmaların üzerine gezdirilerek dökülür, bir süre bekledikten sonra servis edilir. Bu salataya Marmara bölgesinde sallama denir (Aydın, Manisa).

YÖRE: Ege-Marmara

KÖZLENMİŞ PATLICAN SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Patlıcan	2 adet orta boy
Sarımsak	1 diş
Dolmalık biber, kırmızı biber	1 adet
Közlenmiş domates	1 adet
Zeytinyağı	Yarım çay bardağı
Limon suyu	Yarım
Maydanoz	1 tutam
Tuz.	

HAZIRLANIŞI

Önce sosu hazırlanır. Rahat karıştırılabilecek bir kabın içerisinde zeytinyağı, limon suyu ve ezilmiş sarımsakla birlikte sos hazırlanır.

Patlıcanlar, biberler ve domates ocakta közlenir. Patlıcanlar, biberler ve domatesin kabukları soyulup, küp küp doğranır. Sosun içerisine alınır. Doğranmış maydanoz üzerine koyulup tuz serpilerek, tahta kaşıkla ezmeden karıştırılır. Servis yapılacak tabağın içine kıvırcık ya da tercih edilecek yeşilliklerle süslenir.

Not: Maydanoz yerine taze kekik kullanılabilir (Aymelek 2009:6).

MANTAR SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Mantar	1 kilo
Limon	1/2 adet
Haşlanmış havuç	1 adet
Taze soğan	4-5 adet
Kırmızı dolmalık biber	1 adet
Kornişon turşu	4-5 adet
Dereotu	1/4 demet
Yeterince limon suyu	
Zeytinyağı ve tuz.	

HAZIRLANIŞI

Mantarlar iyice yıkanıp, 1/2 limonun suyu, yeterince tuz ve su ile haşlanır. Mantarların suyu süzülüp, dörde bölünür. Ayıklanıp, yıkanan soğanlar, çekirdeği çıkarılan biber ve dereotu ince ince kıyılır. Kornişon turşuları ve havuç da küp şeklinde doğranıp, diğer malzemelerle birlikte mantarlara ilave edilip, karıştırılır. Yeterince zeytinyağı, limon suyu ve tuz eklenip, iyice karıştırıldıktan sonra servis yapılır (Sevinç 2006:144).

PATATES SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Patates	1 kilo
Kuru soğan veya taze soğan	1 adet veya 2- 3 adet
Maydanoz	1/2 demet
Limon suyu veya sirke	1/2 kahve fincanı
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Yeterince tuz ve pul kırmızıbiber.	

HAZIRLANIŞI

Patatesler iyice yıkanıp, bol suda haşlanır. Kabukları soyulup, sıcak sıcak fındık büyüklüğünde doğranır. Maydanoz ve kuru soğan veya taze soğan ince ince kıyılıp, patatese ilave edilir. Bir kâsenin içinde limon suyu, zeytinyağı, yeterince tuz ve pul kırmızıbiber karıştırılıp, patateslerin üzerine gezdirilir. Patatesler iyice harmanlanarak, servis yapılır(Sevinç 2006: 146).

PATLICAN SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Patlıcan	1 kilo
Domates	1 adet
Sivribiber	2 adet
Siyah zeytin	5-6 adet
Maydanoz	2 dal
Sıvı yağ	1 çay bardağı
Limonun suyu	1/2 adet
Toz şeker	1/2 tatlı kaşığı
Yeterince tuz.	

HAZIRLANIŞI

Kalın ve çekirdeksiz patlıcanlar, kabukları çatal ile birkaç yerinden delindikten sonra, mümkünse mangalda yoksa fırında veya sıvı yağda iyice pişirilir. Sıvı yağ, limon suyu, yeterince tuz ve bir tutam toz şeker bir kabın içinde karıştırılır. İyice pişirilen patlıcanların sapından tutulup, yukarıdan aşağıya doğru kabukları soyulur. Hiç kabuk kalmayınca, hazırlanan sosun içine koyulup, dövülerek ezilir. Pişirilen bütün patlıcanlar, aynı şekilde ezilip karıştırıldıktan sonra, büyükçe bir tabağa yayılıp, domates, sivribiber, zeytin ve maydanozla süslenerek, servis yapılır(Sevinç 2006: 143).

SEBZELİ PATLICAN SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Patlıcan	1 kilo
Domates	2 adet
Sivribiber	2 adet
Kuru soğan	1 adet
Sarımsak	3- 4 diş
Limon suyu	1 adet
Toz şeker	1 çay kaşığı
Yeterince tuz ve sıvı yağ.	

HAZIRLANIŞI

Patlıcanların kabukları çatal ile birkaç yerinden delildikten sonra, mümkünse mangalda yoksa fırında veya sıvı yağda iyice pişirilir. Sıvı yağ, limon suyu, yeterince tuz ve bir tutam toz şeker bir kabın içinde karıştırılarak, bir sos hazırlanır. İyice pişirilen patlıcanların saplarından tutulup, yukarıdan aşağıya doğru kabukları soyulup kuşbaşı kesilir. Patlıcanlar hazırlanan sosun içine koyulup dövülerek ezilir. Pişen bütün patlıcanlar, aynı şekilde ezilip karıştırılır. Yemeklik kıyılan kuru soğan, sıvı yağda biraz kavrulduktan sonra, doğranan sivribiberler ve sarımsaklar da ilave edilip, biraz daha pişirilir. Kabukları soyulup kuşbaşı doğranan domatesler de ilave edilip, 1- 2 sefer daha karıştırılır ve ocaktan alınır. Patlıcanlar, domatesli sos ile iyice karıştırılıp, salata tabağına alınır ve servis yapılır (Sevinç 2006: 154).

SEMİZOTU SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Semizotu	1 demet
Beyaz peynir	100 gram
Taze nane	5- 6 dal
Sarımsak	3 diş
Yoğurt	1 su bardağı
Sıvı yağ	1/2 çay bardağı
Yeterince tuz.	

HAZIRLANIŞI

Semizotu yaprakları, köklerinden ve saplarından ayrılıp iyice yıkandıktan sonra süzülür. Tuz ile dövülen sarımsaklar, sıvı yağ ile birlikte yoğurtla karıştırılıp, semizotlarına ilave edilir. Semizotları iyice karıştırılarak, salata tabağına yerleştirilir. Üzerine rendelenmiş peynir ve nane serpilip, servis yapılır(Sevinç 2006: 152).

SOYA FİLİZİ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Soya filizi (taze)	1 paket
Yeşil soğan	2 adet
Domates	1 adet
Kırmızı biber	1 adet
Taze nane, dereotu, maydanoz	1 tutam
Limonun suyu	1 adet
Tuz; zeytinyağı.	

HAZIRLANIŞI

Soya filizi yıkanıp bir süzgeç içerisine alınır. Ayıklanıp yıkanmış yeşil soğan, jülyen olarak doğranır ve soya filizinin üzerine alınır. Domateslerin kabukları doğranıp etli kısmı jülyen kesilip aynı biçimde kırmızı biber de kesilir. Taze nane, dereotu, maydanoz bol suda yıkandıktan sonra sadece yaprakları ayıklanıp tüm malzeme karıştırma kabına alınır. Üzerine tuz, zeytinyağı, limon suyu konup hepsi karıştırılarak servis yapılır (Aymelek 2009:2).

PİRİNÇ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kokulu Pirinç(Yasemin)	1 su bardağı
Kırmızı Lahana	iki yaprak
Havuç	1-2 adet
Taze soğan (çok ince)	3 adet
Dereotu	½ demet
Maydanoz	½ demet
Limon	1 adet
Zeytinyağı	½ kahve fincanı
Tuz	

HAZIRLANIŞI
Pirinç bir bardak tuzlu suda (biraz diri pilav kıvamında) haşlanır. Soğuyunca çok ince kıyılmış kırmızılâhana, rendelenmiş havuç, kıyılmış soğan, dereotu ve maydanoz ile harmanlanır. Limon, yağ ve tuz ilave edilerek karıştırılır ve bekletilmeden servis yapılır.
ERGUN 2010

ŞARK USULÜ PİRİNÇ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kepekli pirinç	1 su bardağı dolusu
Taze fasulye	10 adet
Domates	1 adet büyük boy
Sivribiber	6 adet
Kırmızı çarliston biber	3 adet
Pul kırmızıbiber	1 tatlı kaşığı
Kıyılmış sarımsak	4-5 diş
Sıvı yağ	1 çay bardağı
Üzerine limon suyu	
Tuz ve karabiber.	

HAZIRLANIŞI
Kepekli pirinç bol suda haşlanır. Taze fasulyelerin iki başları kesilip, 1/2 cm. kalınlığında doğrandıktan sonra, yıkanır. İçinde bir miktar tuz olan suda haşlanır. Domatesin kabukları soyulup, ufak ufak kesilir. Biberlerin de çekirdekleri çıkartılıp ince ince kıyıldıktan sonra, sıvı yağda birazcık kavrulur. İçine 1 tatlı kaşığı pul kırmızıbiber ilave edilip, diğer malzemeler ile birlikte karıştırılır. Limon suyu, tuz ve karabiber ile lezzetlendirip, servis yapılır.
Not: İsteyenler, soya sosu da kullanabilir (Sevinç, 2006:149).

TAHİNLİ PATLICAN SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Patlıcan	5 adet büyük boy
Tahin	1 su bardağı
Sarımsak	3 diş
Yoğurt	250 gram
Limon suyu	1 adet
Yeterince tuz.	

Üzeri İçin: Sıvı yağ; yeterince pul kırmızıbiber.

HAZIRLANIŞI
Patlıcanları çatalla birkaç yerinden delindikten sonra, fırında ya da közde pişirilir. Dış kabukları soyulup, küçük küçük doğranır. Tahin, yoğurt, limon suyu, dövülmüş sarımsak ve yeterince tuz ile iyice karıştırılır. Servis tabağına alınıp, üzerine bir miktar sıvı yağda kızdırdığımız pul kırmızıbiber dökülerek, servis yapılır (Sevinç 2006:155).

TAHİNLİ TARATOR SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Ceviz	1 su bardağı, 200 gram
Tahin	1/2 su bardağı
Sarımsak	4 diş
Maydanoz	1 demet
Limon	1 adet
Yeterince tuz ve pul kırmızıbiber.	

HAZIRLANIŞI
Sarımsak, tuz ve cevizler havanda dövülür. İnce ince kıyılan maydanozlara, tahin, dövülmüş ceviz, limon suyu ilave edilerek, iyice karıştırılır. İster servis tabağına alınıp, üzeri pul kırmızıbiber ile süslenerek, ister ekmek dilimlerinin üzerine sürülerek servis yapılır.
Not: İsteyenler, 1 çorba kaşığı çam fıstığını yağda kavurup, üzerine dökebilirler (Sevinç, 2006:155).

YOĞURTLU HAVUÇ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Şeker havuç	7-8 adet, 500 gr
Zeytinyağı	1 çay bardağı, 70 ml
Yoğurt	3 su bardağı, 450 gr
Sarımsak	2-3 diş, 5 gr
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5 gr

HAZIRLANIŞI
Havuçlar yıkanır, kabukları tırtıklanır ve rendelenir. Zeytinyağında hafif kavrulur. Soğuyunca derin bir kâseye alınır. Önceden hazırlanmış sarımsaklı yoğurt ilave edilerek iyice karıştırılır. Bir saat kadar sosunu çekmesi için bekletilip servis tabağına alınır. Salata ve garnitür olarak kullanılır. (Demir, 2010, Balıkesir)

YOĞURTLU PANCAR

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kırmızı pancar	4 adet, 500 gr
Kuru soğan	1adet, 70 gr
Zeytinyağı	1 kahve fincanı, 50 ml
Yoğurt	3 su bardağı, 450 gr
Sarımsak	4- 5 diş, 10gr
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5 gr
Nane	3 dal, 5 gr

HAZIRLANIŞI
Pancarlar yıkanarak üzerini örtecek kadar su ile düdüklü tencerede 10 dakika haşlanır. Soğuyunca kabukları soyularak rendelenir. Soğanlar küçük küçük doğranıp zeytinyağında hafif pembeleşinceye kadar kavrulur. İçine rendelenmiş pancar, tuz ilave edilerek iki üç dakika kadar karıştırılarak kavrulur ve servis tabağına alınır. Üzerine hazırlanmış sarımsaklı yoğurt dökülür nane yaprakları serpilerek servis yapılır (Kahraman, 2010, Selçuklu-Konya).
Yöre: Ege

YOĞURTLU KABAK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Yeşil kabak	4 adet
Yoğurt	2 su bardağı
Dereotu	1 demet
Sarımsak	2 diş
Ceviz	6-7 adet
Zeytinyağı	3 çorba kaşığı
Tuz	

HAZIRLANIŞI

Kabaklar soyulup rendelenir. Bir çorba kaşığı zeytinyağında suyunu çekene kadar pişirilir. Suyunu çektiğinde bir fiske tuz atılır, suyunu çekene kadar pişirilmeye devam edilir. Ocağı kapatmadan iki dakika önce içine kıyılmış sarımsak ilave edilip karıştırılır.

Soğutulup dinlendirilen kabağın içine koyuca çırpılmış yoğurt ve ince kıyılmış dereotu ilave edilip karıştırılır. Servis tabağına alınan salata –arzuya göre- ceviz, taze nane, kırmızı biber ile süslenir ve üzerine zeytinyağı gezdirilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

ERGUN 2010

ISPANAK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Ispanak (çok taze ve küçük yapraklar)	200 gr.
Taze soğan (çok taze ve ince)	7-8 adet
Dereotu	½ demet
Domates (çok minik)	100 gr.
Sosu İçin:	
Kimyon	1 tatlı kaçığı
Toz şeker	1 tatlı kaşığı
Biber salçası	1 tatlı kaşığı
Elma sirkesi	1 çorba kaşığı
Zeytinyağı	2 çorba kaşığı
Tuz	1 tatlı kaşığı

HAZIRLANIŞI

Ispanak yıkanır. Küçük yapraklar saplarından ayrılmış vaziyette ayıklanır. Ispanak yaprakları bütün bütün kullanılır. Biraz irice olanlar elle ikiye bölünür (bıçak kullanılmaz). Suyu süzülmüş yapraklara ince kıyılmış soğan ve dereotu ilave edilir. Domatesler de salataya bütün bütün atılır.

Yukarıdaki malzemenin iyice karıştırılmasıyla elde edilen sos salataya ilave edilir ve bekletilmeden servis edilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

ERGUN 2010

YOĞURT SOSLU ISPANAK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Ispanak yaprağı	Yarım kilo
Mantar	3 adet
Siyah zeytin	3 adet
Sos İçin	
Yoğurt	1 kâse
Zeytinyağı	2 çorba kaşığı
Tuz.	

HAZIRLANIŞI

Ispanak yaprakları yıkanıp, süzülür. Servis tabağına alınır. Yoğurt, zeytinyağı, tuz ayrı bir kap içerisinde çırpma teliyle karıştırılır. Kıvamı ayarlanır. Koyu olmuşsa suyla açılır. (Burada dikkat edilmesi gereken sosun çok sulu olmamasıdır.) Hazırlanan sos servis tabağındaki ıspanak yapraklarının üzerine dökülür.

Diğer taraftan mantar az yağda sotelenir. İstenirse fesleğen ilave edilebilir. Yoğurdun üzerine serpilir. Mantarların üzerine çekirdeği alınmış siyah zeytin, istenirse üzerine jülyen doğranmış domates koyulabilir. Salata servise hazır hale gelmiştir (Aymelek, 2009:1).

ZAHTER SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Taze zahter (kekik)	50 gram
Kuru soğan	1 küçük boy
Toz kırmızıbiber	Yarım tatlı kaşığı
Zeytinyağı	1 kahve fincanı
İnce doğranmış maydanoz	1 avuç
Nar ekşisi	2 yemek kaşığı

Süslemek İçin: Doğranmış yeşil zeytin.

HAZIRLANIŞI

Zahterin taze yaprakları alınıp, yıkanır. Acısının gitmesi için tuzla iyice ovulup, tekrar yıkadıktan sonra süzülür. Soğan ince ince doğranır. Zahterle soğan ovalanır. Maydanoz, toz kırmızıbiber, nar ekşisi ve zeytinyağı ekleyip, karıştırılır. Servis yaparken, küçük bir tabağa bir miktar zahter salatası koyulur. Üzerine fazladan zeytinyağı ve nar ekşisi gezdirilir ve zeytinlerle süslenir(Gümüş, 2006:157).

ZEYTİNYAĞLI YUMURTA SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Yumurta	6 adet
Siyah zeytin	15 adet
Kornişon turşu	10 adet
Sirke	1/2 çay bardağı
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Maydanoz	5 dal

Yeterince tuz, karabiber ve pul kırmızıbiber.

HAZIRLANIŞI

Yumurtalar 1 çorba kaşığı tuz ve üzerini 2 parmak aşacak kadar su ile kayısı kıvamında haşlanır. Soğuk suda 10 dakika bekletilip, kabukları soyulduktan sonra ister kuşbaşı, ister portakal dilimi olarak doğranır. Siyah zeytinlerin çekirdekleri çıkarılıp, ikiye bölünür. Kornişon turşular da zeytin büyüklüğünde kesilip, zeytin ve yumurta ile birlikte karıştırılır. Maydanoz çok ince kıyılıp, sirke, yağ ve tuz ile çırpıldıktan sonra servis tabağına yayılan salatanın üzerine bolca gezdirilir. Pul kırmızıbiber ile süslenip, servis yapılır (Sevinç, 2006:161).

TAVUK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Tavuk	1/2 adet
Kuru soğan	1 adet
Havuç	1 adet
Bezelye	1 çay bardağı
Kornişon turşu	3 adet
Sarımsak	3 diş
Yoğurt	1/2 su bardağı
Mayonez	1/2 su bardağı
Maydanoz	1 demet
Yeterince pul kırmızıbiber.	

HAZIRLANIŞI

Tavuk kuru soğan ve yeterince tuz ile birlikte haşlanır. Haşlandıktan sonra soğutulup, nohut büyüklüğünde kesilir. Havuç ve kornişon turşular yıkandıktan sonra, nohut büyüklüğünde kesilir. Derince bir kapta, ince kıyılmış maydanoz, dövülmüş sarımsak, mayonez, yoğurt, bezelye, havuç, kornişon turşu ve tavuklar iyice karıştırılır. Servis tabağına alınarak, maydanoz ve pul kırmızıbiberle servis yapılır(Sevinç, 2006:156).

ÇANAKKALE BARBUN SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Çanakkale barbunu	5 adet
Kıyılmış badem	Yarım su bardağı
Acı toz kırmızıbiber	Yarım çay kaşığı
Deniz tuzu	3 çay kaşığı
Zeytinyağı	3 tatlı kaşığı
Maydanoz ve dereotu	3'er dal
Taze soğan, nane ve kişniş.	

HAZIRLANIŞI

Barbunların kılçıkları temizlenir. Badem, kırmızıbiber, 2 çay kaşığı deniz tuzu ve 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile iyice harmanlanıp, 2 saat dinlendirilir. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında, balıklar fazla kurutulmadan pişirilir. Kıyılmış maydanoz, dereotu, soğanın yeşil kısımları, nane, kişniş, kalan 1 tatlı kaşığı zeytinyağı ve kalan tuz derin bir kapta harmanlanıp servis tabağına alınır. Barbunlarla birlikte servis yapılır (Sevinç, 2006: 55).

ÇİROZ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Uskumru balığı çirozu	6 adet
Dereotu	1/2 demet
Sirke	1 su bardağı
Zeytinyağı	1 kahve fincanı

HAZIRLANIŞI

Çirozlar, kömür ateşinde veya ocak üstünde çevrilerek yakmadan pişirilir. Baş kısımları koparılıp, sırtına bir tokmakla vurularak, ezilir. Kılçıkları ve derisini ayıklayıp, yarım serçe parmağı boyunda parçalara bölünür. Çirozlar, 10-15 dakika kadar sirke içinde bekletilip, sirkenin fazlası süzülür. Üzerine zeytinyağı gezdirip, ince kıyılmış dereotu ile süsleyerek, servis yapılır.
Not: Genelde uskumrudan olduğu gibi, başka balıklardan da kurutularak, çiroz yapılabilir (Sevinç, 2006:135).

HAMSİ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Hamsi	15 adet büyük boy
Zeytinyağı	4 çorba kaşığı
Limon suyu	1/2 çay bardağı
Yeterince karabiber, tuz	
Dereotu veya maydanoz	1/2 demet

HAZIRLANIŞI

Balıkların başları kopartılıp, eti zedelenmeden kılçıkları çıkartılır. Kanının çıkması için, bir süre suda bekletilir. Balıkların derileri alta gelecek şekilde bir tavaya yerleştirilip, 1/2 çay bardağı su ilavesi ile hafifçe haşlayarak, soğutulur. Zeytinyağı, limon suyu, tuz ve karabiberi karıştırarak hazırlanan sosu, salata tabağına dizilen balıkların üzerine gezdirilir. Yıkanarak, ince ince kıyılan dereotu balıkların üzerine serpiştirilip, servis yapılır (Sevinç, 2006:135).

KÜLBASTI SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kuzu eti	100 gram
Kıvırcık	1 adet
Roka	1 tutam
Semizotu	1 tutam
Domates	1 adet
Soya filizi veya renkli yeşillikler	1 tutam

HAZIRLANIŞI

Kuzu budunun ince kesilmiş et parçaları tuz, karabiber, pul biber ve yağla birlikte tatlandırılır. Daha sonra ızgarada ya da teflon tavada kurutmadan pişirilip bir tabağa alınır.
Diğer tarafta kıvırcıklar yıkanır. İster ince ister iri parçalar halinde doğranır ve servis tabağına alınır. Üzerine roka onun üstüne semizotu üst üste yığma bir şekilde konur. Onların da üzerine jülyen doğranmış domates, soya filizi serpilir. Etrafına kuzu etleri dizilir. Üzerine balzamik sosu ilave edilir (Aymelek, 2009: 10).

BALIK YUMURTASI TARATORU

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Balık yumurtası	300 gr
Zeytinyağı	1fincan, 5o gr
Limon suyu	1 adet, 50ml
Soğan suyu	1 fincan,50 ml
Tuz	1 tatlı kaşığı
Yeşil zeytin	5-6 adet,
Fesleğen	2 dal, 5 gr

HAZIRLANIŞI

Balık yumurtası bir kaşık limon suyu ve yarım çay bardağı su ile karıştırılarak yarım saat kadar bekletilir. Havanda iyice ezilir; içine zeytinyağı, kalan limon suyu, soğan suyu, tuz ilave edilerek iyice karıştırılarak kâselere konularak zeytin, fesleğen ile süslenerek servis yapılır.

" *Balık yumurtasının ezilerek zeytinyağı ve limon suyu ile karıştırılmasına balık yumurtası taratoru denir.*"(Samancı, 2008:214)

MARUL SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Göbek marul	4 adet
Elma sirkesi	yarım çay bardağı, 50ml
Soğuk su	10 su bardağı, 2lt
Tere, roka	1demet
Nane, maydanoz	½ demet
Yenilebilir kırmızı gül yaprağı	4 adet
Zeytinyağı	300 ml
Elma sirkesi	50 ml
Limon suyu	1 adet

HAZIRLANIŞI

Marul, tere, roka, maydanoz ve nane yaprakları güzelce ayıklanıp yıkanır ve bol soğuk sirkeli suda 15 dakika ıslatılır. Suyu iyice süzdürülür. Gül yaprakları da ayrı bir suda yıkanıp süzdürülür. Zeytinyağı, sirke, limon suyu ve tuz bir kaba koyulup çırpma teli ile iyice çırpılır ve sos şişelerine doldurulur. Marul yaprakları 4-5 tanesi üst üste gelecek şekilde ezmeden kabaca kopartılır. Tüm yeşillikler güzelce harmanlanır ve üzerine sos dökülür. Servis tabağına tepe şeklinde dağıtmadan koyulur ve üzeri gül yaprakları ile süslenerek bekletmeden hemen servis edilir. Eğer bulunursa erguvan ve ayva çiçekleri serpilir (Demir 2008: 375).

TURP OTU SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Turp otu	2 demet, 500 gr
Zeytinyağı	3 kaşık, 30 ml
Limon	2 adet, 100 gr
Tuz	1 tatlı kaşığı,5 gr

HAZIRLANIŞI

Turp otu ayıklanır iyice yıkanır. İki üç cm uzunluğunda doğranarak az suda kalın saplar pişinceye kadar haşlanır. Otlar kevgirle suyun içinden derin kâseye alınır. Yenileceği zaman üzerine önce zeytinyağı gezdirilip karıştırılır sonra sıkılmış limon suyu, tuz ilave edilerek karıştırılıp servis edilir.

Bir başka usulde ise iki adet soğan zeytinyağında kavrulur, haşlanan turp otları içine ilave edilip tuz atılır, karıştırılarak biraz daha kavrulur, üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek yenilir (Kocayiğit, 2010, Kula).

YÖRE: Ege

KELEMLE(GELİNCİK OTU) SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Gelincik otu (kelemle)	2 demet, ½ kg
Taze soğan	2 adet, 20 gr
Domates	2 adet, 150gr
Zeytinyağı	1 kahve fincanı, 50 ml
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5 gr

HAZIRLANIŞI

Gelincik otu iyice yıkanır. İstenilen büyüklükte doğranır. Soğanlar yıkanarak incecik kıyılır, doğranmış domatesler, zeytinyağı ile birlikte tuz ota ilave edilerek karıştırılarak hemen servis edilir. Aynı şekilde tere, roka salataları yapılır (Umar, 2010, Manisa).

YÖRE: Ege, Marmara

PAPATYA SALATASI/DALLAMA

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
İri papatya otu	1 demet
Yoğurt	1 çorba kâsesi
Zeytinyağı	1 çorba kaşığı
Tuz	

HAZIRLANIŞI

İri papatya otu taze iken toplanır. Taze filizleri irice doğranarak haşlanır. Süzülüp soğutulmuş ot üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür. Üzerine bir kaşık zeytinyağı gezdirilir.

Papatya salatası yoğurtsuz da yapılabilir. Yoğurt yerine üzerine limon ve zeytinyağı dökülür. (Pervin Ergun, 2010, Muğla)

YÖRE: Datça

ERGUN 2010

PIRASA YAPRAĞI SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Pırasa	4-5 pırasanın yaprak kısmı
Kırma yeşil zeytin	1 küçük kâse
Kuru biber(acı veya tatlı)	4 adet
Limon	1 adet
Zeytinyağı	2 çorba kaşığı
Tuz	

HAZIRLANIŞI

Pırasa yaprakları iyice yıkanıp ayıklanır. Süzülmüş yapraklar çok ince kıyılır. Zeytinler ilave edilip karıştırılır. Kuru biberler ateşte közlenip salataya ufalanır. Üzerine zeytinyağı ve limon gezdirilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

YÖRE: Kuyucak/Aydın

ERGUN 2010

YOĞURTLU PIRASA EZMESİ

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Pırasa	4-5 pırasa
Ezilmiş süzme yoğurt	1 kâse
Sarımsak	1 diş
Zeytinyağı	2 çorba kaşığı
Tuz	

HAZIRLANIŞI

Pırasaların sap kısımları kullanılır. Yıkanıp irice doğranmış pırasalar suyunu çekene kadar haşlanır. Yumuşayınca çatalla iyice ezilir. Soğuyunca ezilmiş sarımsaklı yoğurt ile karıştırılır. Üzerine zeytinyağı gezdirilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

YÖRE: Aydın

ERGUN 2010

KUZUKULAĞI SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Kuzukulağı	2 demet, 200 gr
Zeytinyağı	2 kaşık, 20 ml
Tuz	1 çay kaşığı, 2 gr

HAZIRLANIŞI

Kuzukulağı ayıklanır, yıkanır, iri iri doğranır. Üzerine zeytinyağı ve tuz ilave edilip karıştırılarak hazırlanır. İsteğe göre domates, salatalık doğranır.

YÖRE: Çanakkale

GERDEME SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Su gerdemesi	2 demet, 400 gr
Domates	2 adet, 150 gr
Taze soğan	3 adet, 100 gr
Nar ekşisi	3 kaşık, 30 ml
Zeytinyağı	3 kaşık, 30 ml
Tuz	yarım tatlı kaşığı,3 gr

HAZIRLANIŞI

Gerdeme ayıklanıp yıkanır, iri iri doğranır. Domates, soğan doğranıp karıştırılarak servis tabağına alınır. Nar ekşisi, zeytinyağı, tuz karışımı ile hazırlanmış sos salatanın üzerine servis sırasında dökülür, önceden dökülürse gerdeme çabuk sulanır (Uysal, 2010, Muğla).

YÖRE: Ege ve Akdeniz Bölgesi

RADİKA (HİNDİBA) SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Karahindiba	yarım kg, 500 gr
Zeytinyağı	1 çay bardağı, 50 ml
Limon veya erik ekşisi	1 adet, 50 ml
Tuz	tatlı kaşığı, 5 gr

HAZIRLANIŞI

Hindiba ayıklanıp yıkanır. Sıcak suda hafif haşlanır; servis tabağına alınır. Zeytinyağı, limon suyu ya da sulandırılmış erik ekşisi, tuz ile hazırlanmış sos hindibanın üzerine dökülerek servis edilir(Sabancı, 2010, Bergama).

YÖRE: İzmir

HİNDİBA SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Taze hindiba	1 demet
Dolmalık biber	2 adet
Portakal	1 adet
Zeytinyağı	5 kaşık
Sirke	2 kaşık
Tuz	

HAZIRLANIŞI

Hindibalar yıkanır ve 5 cm uzunluğunda doğranır. Dolmalık biberler de iri halkalar şeklinde doğranır; servis tabağına alınır ve üzerine portakal kabuğu rendelenir. Daha sonra zeytinyağı dökülüp karıştırılır. Sirke ve tuz katılarak servis yapılır (Zeytinpınarı, s.83).

AFYON SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim
Taze haşhaş bitkisi	2 demet, 500gr
Ekşi(limon suyu, koruk suyu)	1 fincan, 50 ml
Sıvı yağ(zeytinyağı tercih edilir)	1 fincan, 50 ml
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5gr

HAZIRLANIŞI

Haşhaş bol suda iyice yıkanıp ayıklanır; iri iri doğranır; salata tabağına alınır. Ayrı bir yerde hazırlanmış ekşi, sıvı yağ, tuz karışımı otların üzerine dökülerek servis yapılır. Arzu edilirse domates doğranır (Kocayiğit, 2010, Kula).

"Afyonda "afiyan" denir. Haşhaş bitkisi tarlada yeşermeye başladığı günlerde haşhaş yaprakları toplanarak salata halinde yenir." (Nasrettinoğlu, 1982:226)

YÖRE: İç Ege

HARDAL FİLİZİ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Hardal filizi	½ kg
Zeytinyağı	½ çay bardağı
Limon	1 adet

HAZIRLANIŞI

İyice ayıklanmış hardal filizleri yıkanıp kaynayan suya bastırılır. İyice haşlanınca süzülerek servis tabağına alınıp tuzlanır. Sofraya getirilirken üzerine çırpılmış yağ ve limon gezdirilir (Kırtunç, 1990:89).

YÖRE: Ege

KUŞKONMAZ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kuşkonmaz	2 – 3 demet
Zeytinyağı	½ çay bardağı
Limon	1adet

HAZIRLANIŞI

Uçları alınarak ayıklanmış kuşkonmazlar iyice yıkandıktan sonra az suda haşlanır. Çukur bir servis tabağına suyuyla birlikte boşaltılır. Soğuyunca tuz, yağ ve limon çırpıp üzerine gezdirilir. Küçük kâselerle servis yapılıp kaşıkla yenir (Kırtunç 1990:80).

YÖRE: Ege

SARMAŞIK SALATA

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Sarmaşık	2 demet
Zeytinyağı	½ çay bardağı
Limon	1 adet

HAZIRLANIŞI

Dikkatle ayıklanan sarmaşık filizleri yıkanır ve kaynayan suya bastırılır. (Su çok fazla olmamalı; otun pişeceği kadar olmalıdır. Hemen yumuşayıp lapa olmaya yakın bir bitki olduğu için haşlanırken sık sık kontrol edilmelidir.) Beyaz porselen veya renksiz cam bir kâseye suyu ile birlikte boşaltılır. Ayrı bir kapta yağ ve limon çırpılır. Servis sırasında bu sos otların üzerine gezdirilir. Sarmaşığın suyu bir anda pespembe olacaktır.

Suyuyla birlikte küçük kâselerle servis yapılır ve kaşıkla yenir. Izgara etler ve nohutlu pilavla çok güzel olur(Kırtunç 1990: 82).

YÖRE: Ege

YEMLİK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Yemlik otu	2 demet, 300 gr
Sıvı yağ	1 fincan, 50 ml
Limon	1 adet, 50 ml
Tuz	yeteri kadar

HAZIRLANIŞI

Yemlik otu yıkanır; gövdesi ve yaprakları uzun uzun doğranır. Üzerine zeytinyağı, limon suyu ve tuz ilave edilerek karıştırılır. Bu salata otlar az suda hafif haşlanarak ekşilisi veya yoğurtlusu yapılır ayrıca tuza batırılarak yeşillik olarak da yenilir (Aladağ, 2010, Ahlat-Bitlis).

YÖRE: Bitlis

GODUMLUK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Godumluk otu	2 demet, 400 gr
Sıvı yağ	1 fincan, 50 ml
Limon	1 adet, 50 ml
Tuz	yeteri kadar

HAZIRLANIŞI

Ot yıkanır, iri iri doğranır. Üzerine zeytinyağı, limon suyu ve tuz ilave edilerek karıştırılır. Bu salata otlar az suda hafif haşlanarak sarımsaklı yoğurt ile de servis edilir (Aladağ, 2010, Ahlat- Bitlis).

YÖRE: Bitlis

YARPUZ SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Yarpuz	300 - 400gr
Sıvı yağ	1 fincan, 50 ml
Limon	1 adet, 50 ml
Tuz	yeteri kadar

HAZIRLANIŞI

Yarpuz otu ayıklanıp yıkanır, doğranır. Üzerine zeytinyağı, limon suyu ve tuz ilave edilerek karıştırılır. Bu salata otlar az suda hafif haşlanarak sarımsaklı yoğurt ile de servis edilir (Aladağ, 2010, Ahlat- Bitlis).

YÖRE: Bitlis

TAHİNLİ PİYAZ

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Dermason fasulye	3 su bardağı, 500gr
Tahin	1 su bardağı, 200gr
Sirke	1 yemek kaşığı
Sarımsak	4 diş
Kimyon, kırmızı pul biber	2 çay kaşığı
Tuz	1 tatlı kaşığı, 5 gr
Zeytinyağı	2 yemek kaşığı, 20 ml
Limon	1 adet, 50 ml

HAZIRLANIŞI

Bir gece önceden ıslatılmış fasulyeler haşlandıktan sonra tahin, sarımsak, limon suyu, sirke, zeytinyağı, kimyon, tuz, pul biber ile karıştırılıp servis yapılır (Maranki, 2009:108).

NOHUT SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Nohut (haşlanmış)	2 su bardağı, 350 gr
Sıvı yağ	½ su bardağı, 100 gr
Salça(domates, biber)	2 yemek kaşığı, 20 gr
Sarımsak	3-4 diş, 10 gr
Tuz	1 tatlı kaşığı, 6 gr
Maydanoz	½ demet
Pul biber	1tatlı kaşığı, 2 gr
Limon suyu	1 tatlı kaşığı, 5gr
Zeytinyağı	1 yemek kaşığı

HAZIRLANIŞI

Nohutlar akşamdan yıkanıp, ıslatılır. Düdüklü tencereye nohutların üzerini geçecek kadar su konularak 45 dakika haşlanır. Nohutlar süzgeçten geçirilip yayvan bir kaba konulur. Diğer tarafta tavaya sıvı yağ ve salça konularak çevrilir, dövülmüş sarımsak ve tuz eklenir; birkaç kez daha çevrilir. Hazırlanan sos nohutlarla karıştırılır. Kıyılmış maydanoz, pul biber ve limon suyu ilave edilerek tekrar karıştırılır. Servis tabağına alınır, üzerine bir yemek kaşığı zeytinyağı gezdirilir, soğuk servis yapılır (Barı, 2007:229).

YÖRE: Kırşehir

MERCİMEK SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Yeşil mercimek	2 su bardağı
Kuskus makarna	1 su bardağı
Maydanoz, dereotu	yarımşar demet
Taze soğan	3- 4 adet
Zeytinyağı	1 çay bardağı
Limon, nar ekşisi	yarım,2 tatlı kaşığı
Tuz	1 tatlı kaşığı

HAZIRLANIŞI

Mercimek ve kuskus ayrı ayrı haşlanır, süzülür. İçine ince kıyılmış soğan, maydanoz, dereotu ilave edilir. Üzerine zeytinyağı, limon suyu, nar ekşisi ve tuz ilave edilerek karıştırılır, kaselerde servis edilir (Gümüş, 2010, Çanakkale).

FAVA

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Kuru bakla	1 kâse, 500gr
Havuç	1 adet, 25gr
Sarımsak	2 diş
Soğan	1 adet, 70 gr
Zeytinyağı	kahve fincanı, 50 ml
Dereotu	½ demet

HAZIRLANIŞI

Bakla yıkanıp tencereye koyulur. Üzerine havuç, soğan, sarımsak eklenir. Malzemelerin üzerine 2 parmak geçinceye kadar su doldurulup kaynatılır. Kaynayınca köpük alınır zeytinyağı ilave edilir. Pişince çırpma teliyle püre haline getirilir. Tepsiye dökülüp soğutulur. Püre yan kesilir ve süslenir (Zeytinpınarı, s. 87).

YÖRE: Ege

HUMUS

Malzemeler	Ölçü, birim (gr)
Nohut	1 su bardağı, haşlanmış, kabuğu alınmış
Tahin	½ su bardağı
Limon	1 adet
Sarımsak	5 diş

Hazırlanışı

Haşlanmış ve kabukları alınmış nohut rondoda çekilir. Çukur bir kaba alınır. İçine tahin, dövülmüş sarımsak, limon suyu, tuz, karabiber, kırmızıbiber ve kimyon konup tatlandırılır. Üzeri zeytinyağı (biberli de olabilir) ve sumakla süslenir.
Arzuya göre üzeri sucukla da servis yapılır.
(Pervin Ergun tarafından 2009'da Adana'da Gülay Boz'dan (Kadirli 1953, makine mühendisi) derlenmiştir.)
Yöre: Gaziantep, Adana

ERGUN 2009

FINDIK TARATORU

Malzemeler (4–5 KİŞİLİK)	Ölçü, birim(gr)
Baget ekmek	4 dilim, 100gr
Zeytinyağı	250 gr
Limon suyu	½ adet, 25ml
Çekilmiş fındık	1 çorba kaşığı, 10gr
Dövülmüş sarımsak	4 diş
Süt	1 su bardağı, 200ml
Tuz	1 tatlı kaşığı
Beyaz toz biber	1 kahve kaşığı
Tahin	1yemek kaşığı, 30 gr

Hazırlanışı

Baget ekmek süt ile 5–6 dakika kadar ıslatılır; salata kabına aktarılır. Çırpma teli ile karıştırılır ve azar azar zeytinyağı yedirilir. Limon suyu ve tahin ilave edilerek zeytinyağı bitene kadar karıştırılır. Dövülmüş sarımsak, tuz, beyaz toz biber ve çekilmiş toz fındık ilave edilir. Hepsi birlikte karıştırılarak fındık taratoru hazır edilir (Başaran, 2008:345).

KARATURP SALATASI

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Turp	3 adet
Tuz	bir fiske
Zeytinyağı	üç çorba kaşığı

Hazırlanışı

Karaturp rendelenir, tuz ile ovulur. Üzerine zeytinyağı dökülerek yendiği gibi sarımsaklı yoğurtla karıştırılıp üzerine zeytinyağı dökülerek yapılmış şekliyle de yenir (Abdulkadiroğlu, 1992: 14).

UĞURBÖCEĞİ KANEPE

Malzemeler	Ölçü, birim(gr)
Ekmek	3 ince dilim
Kaşar peyniri	5 ince dilim
Delice/küçük domates	10 adet
Siyah zeytin	5 adet
Mayonez	
Maydanoz	3 dal

Hazırlanışı

Domatesler ikiye bölünür. Sap tarafı resimdeki gibi girintili kesilir. Ekmekler ve peynirler domatesin genişliği kadar kesilir. En alta ekmek, üzerine peynir, en üste domates kapatılır. Zeytinlerin yarısı iri parçalara, kalanı çok küçük parçalara ayrılır. Resimdeki gibi domateslerin üzerine yerleştirilir. Mayonez ve maydonozla son süslemeler yapılıp ortadan kürdan batırılır ve servis yapılır.(Pervin Ergun)

KAYNAKLAR

Yazılı Kaynaklar

Abdulkadiroğlu, A. (1992). Kastamonu mutfağı (dünü- bugünü). *IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri V. Cilt*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları.

Arlı, M. (1982). Türk mutfağına genel bir bakış. *Türk mutfağı sempozyum bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.

Aymelek, O. (2009). *Oktay Usta'nın mutfağından 5 yıldızlı tarifler*. İstanbul: Yakamoz Yayınları.

Başaran, V. (2008). Feriye lokantası istanbul. Günümüze uyarlanmış osmanlı yemek tarifleri. *Türk Mutfağı*. Ankara.

Barı, N. (2007). *Alaturka nimetler*. Konya: Tablet Kitapevi.

Demir, A. (2008). *Günümüze uyarlanmış osmanlı yemek tarifleri*. Aydın Demir Konya Lokantası. İstanbul. Türk Mutfağı. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayını.

Gümüş, M. (2006). *Soframızı renklendiren mezeler*. İstanbul: Kar Yayınları.

Güzelbey, C. C. (1982). Gaziantep'e özgü yemekler. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.

Kırtunç A., Kırtunç E. (1990). Ege bölgesi ot yemekleri. *Türk Kültürü Araştırmaları*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürünü Araştırma Dairesi Yayınları: 141 Süreli Yayınlar Dizisi:21.

Maranki, A. E. (2009). *Kozmik bilim ışığında şifalı yemekler*. İstanbul: Mozaik Yayınları.

Nasrettinoğlu, İ. Ü. (1982). Afyon-karahisar mutfağı. *Türk mutfağı sempozyumu bildirileri*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırmaları Dairesi Yayınları.

Samancı, Ö. (2008). Değişim merkezinde seçkin osmanlı mutfağı imparatorluğun son döneminde istanbul ve osmanlı saray mutfak kültürü. *Türk mutfağı*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayını.

Sevinç, Ü. (2010). Çorbalar, ümit usta'nın mutfağından, zeytinyağlılar, salatalar. *Sofra Dergisi*, (2,12,13,75). İstanbul: Alkım Yayınevi.

Zeytin Pınarı, (t.y). *Zeytinyağlı ege yemekleri*. Pelitköy Belediyesi Yayınları.

Sözlü Kaynaklar

ALADAĞ, Elif, yaş: 37, meslek: Gıda Teknolojisi Öğretmeni, doğum yeri: Ahlat- Bitlis

AYDIN, Aysun, yaş: 40, meslek: Terzi, doğum yeri: Salihli-Manisa

AYSEL, Fatma, yaş: 60, meslek: Ev Hanımı, Bayramiç-Çanakkale

DEMİR, Meliha, Yaş:45, meslek: Öğretmen, doğum yeri: Ovaköy- Balıkesir

ERGUN, Pervin, yaş 47, meslek: Öğretim Üyesi, doğum yeri:Kuyucak/Aydın

GÜMÜŞ, Gülden, yaş:34, meslek: El sanatları, doğum yeri: Çanakkale

KAHRAMAN, Ayşe Gülnihal, meslek: Öğrenci, doğum yeri: Selçuklu- Konya

KAHRAMAN, Fatma yaş:21, meslek: Diyetisyen, doğum yeri: Konya

KOCAYİĞİT, Fadime yaş:60, meslek: Ev Hanımı, doğum yeri: Kula –Manisa

SABANCI, Nagihan, yaş: 40, meslek: Usta Öğretici, doğum yeri: Bayramiç –Çanakkale

UMAR, Ayşe, yaş:98, meslek: Ev hanımı, doğum yeri: Emre Köyü, Kula- Manisa.

Nimet BARI - Pervin ERGUN

LOKMA TATLISI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
	Hamuru için	
Un	4,5 su bardağı	500
Maya (yaş)	1 küçük paket	42
Ilık su (ortalama)	2,5 su bardağı	500
Tuz	1 tatlı kaşığı	6
Toz şeker	1 yemek kaşığı	10
Damla sakızı	1 adet	1
Tereyağı	½ su bardağı	100
Sıvı yağ	4 su bardağı	800
	Şurup için	
Şeker	3 su bardağı	540
Su	2,5 su bardağı	500
Limon	1 yemek kaşığı	10

Porsiyon: 10

YAPILIŞI

Şeker ve suyu kaynatıp limon suyunu dökerek şurup hazırlanır ve soğutulur. Un elenir, maya, ılık su, tuz, şeker, dövülmüş damla sakızı konularak hep birlikte yumuşak bir hamur yapılır. Ilık bir yerde üzeri örtülerek mayalanmaya bırakılır. Kabarıp göz göz olunca elle çarparak hamurun arasına hava girmesi sağlanır. Eritilmiş tereyağını da ilave ederek tekrar çarpılır. Bu arada hamurun kıvamı boza kıvamında veya (ezilmiş yoğurt) kıvamında olmalıdır. Eğer daha katı kıvamda ise ılık su eklenebilir. Hamur iyice lastik gibi olunca derince bir tavaya sıvı yağ konularak kızdırılır. Lokmaları dökmek için sol elimiz bir köşeye aldığımız sıvı yağla ıslatılır. Diğer tarafta bir çay kaşığı da sıvı yağa batırılır. Yağlanan eli ile hamurdan avuç içine alıp sıkarak başparmakla işaret parmağı arasından çıkan hamur, yağa batırılmış çay kaşığıyla alınıp nohut büyüklüğünde kızgın yağa atılır. Tava sallanarak atılan hamurlar balon gibi olup dışı pembeleşinceye kadar kızartılır. Kevgirle bir süzgece veya peçete üzerine çıkartılır. Soğutmadan, yağını aldırıp şuruba atılıp birkaç dakika çevirip hemen şuruptan alınır. Şurup önceden pişirilip soğutulmalıdır.

Not: Nedim, F. kitabında lokma hamurun içine zeytinyağı konursa lokma, tereyağı konursa “saray lokması” diye bahsetmektedir. Ayrıca lokma tatlısına konulan damla sakızının çörek otu ile birlikte dövülmesinden bahsetmiştir. Her iki lokma tatlısının yapılış şekli aynıdır. Damla sakızı yerine bir yemek kaşığı bal konulabilir, ballı lokma tatlısı da böylece yapılır (Livatyalı).

YÖRE: Konya

MEKİK TATLISI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Süt	1 çay bardağı	100
Yumurta	1 adet	50
Yoğurt	1 kahve fincanı	55
Karbonat	1 çay kaşığı	2
Tuz	1 çay kaşığı	3
Sıvı yağ	1 kahve fincanı	50
Un	3 su bardağı	330
Sıvı yağ	2 su bardağı	400
	Şurup için	
Şeker	3 su bardağı	540
Su	3 su bardağı	600
Limon suyu	1 tatlı kaşığı	5

BARI 2007

Porsiyon: 6-8

YAPILIŞI

3 su bardağı şeker, 3 su bardağı su ile kaynatılır, limon suyu eklenir ve soğutulur. Süt, yumurta, yoğurt, karbonat, sıvı yağ, tuz karıştırılır. Aldığı kadar un konularak kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapılır. 10 dakika dinlendirilir. Yumurtadan biraz büyük bezeler yapılır, yuvarlak açılır, açılan yufkanın tam ortasına oklava ile dikdörtgen şeklinde kıvrılarak şerit yapılır. Ortadaki bu üç katlı şeride ceviz iç 10 cm aralıkla öbek öbek konulur. Yufkanın iki tarafı da büzülerek bu şeridin üzerine kapatılır. Cevizli öbeklerin iki tarafından şeker gibi büzülür. Büzülen kısımlardan kesilerek kızgın yağda kızartılır. Tatlı sıcak, şurup soğuk olmalıdır. Şurubu çeken tatlılar servise hazırlanır. Cevizli içi: 250 gram çekilmiş ceviz, 1 tatlı kaşığı toz şeker ve bir tatlı kaşığı tarçın karıştırılarak hazırlanır (Üncü).

YÖRE: İçel (Silifke)

YOĞURT TATLISI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yumurta	4 adet	200
Toz Şeker	1 çay bardağı	90
Yoğurt	1 su bardağı	220
Sıvı Yağ	1 su bardağı	200
Karbonat	1 çay kaşığı	3
Limon K. Rendesi	1 çay kaşığı	2
İrmik	1,5 su bardağı	225
Un	1,5 su bardağı	165
	Şurup İçin	
Şeker	3,5 su bardağı	630
Su	3 su bardağı	600
Limon	1 tatlı kaşığı	5

BARI 2007

Porsiyon 8-10

YAPILIŞI

Küçük bir tencerede şeker ve su koyup karıştırılır. Ocağa koyup bir dilim limonla birlikte kaynatılır. Kıvam alınca ateşten indirip soğumaya bırakılır. Büyük bir cam kaseye yumurta, şeker, yoğurt konulup karıştırılarak yarım saat kadar bekletilir. 30 cm çapında tepsi yağlanır. Daha sonra sıvı yağ, un, karbonat, limon kabuğu rendesi konularak mikserin en düşük ayarında kek kıvamına gelinceye kadar karıştırılır. Fırın 175 dereceye ayarlanır. Karışımı yağlanmış tepsiye döküp önceden ısıtılmış fırında koyu pembe renkte pişirilir. Fırından çıkarınca 5 dakika bekletilir ve soğuk şurup dökülür. Hindistan cevizi, yeşil fıstık, ceviz veya fındıkla süslenir.

Not: Bu tatlı yağsız olarak da hazırlanabilir. (Kargı)

YÖRE: Antalya

KADAYIF DOLMASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tel Kadayıf	-	500
Yumurta	6 adet	300
Ceviz içi	2 su bardağı	200
Sıvı yağ	2,5 su bardağı	500
Şeker	2,5 su bardağı	450
Su	2 su bardağı	400
Limon suyu	1 yemek kaşığı	10

BARI 2007

Porsiyon: 8

YAPILIŞI

Tel kadayıf didilir, istenilen büyüklükte parçalara ayrılarak, uzunlamasına her parça yayılır. Parçaların uç kısmına dövülmüş veya tüm ceviz konularak dolma gibi sarılır. Yumurtalar çırpılır, hazırlanan kadayıflar yumurtaya bulanır, kızan yağda kızartılır. Hazırlanan soğuk şerbetin içerisine sıcakken atılır, şerbetini çekince sıcak olarak ikram edilir (Aslantaş).

YÖRE: Erzurum

EKMEK KADAYIFI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Ekmek kadayıfı	1 adet	500
Sıcak su	5 su bardağı	1000
Toz şeker	4 su bardağı	360
Kaymak (rulo)	1 paket	250
Limon	½ adet	30
Yeşil fıstık (dövülmüş)	1 yemek kaşığı	8

BARI 2007

Porsiyon: 10

YAPILIŞI

Büyük ve derin bir tepsiye kadayıf bütün olarak bırakılır. Üzerine 5 su bardağı kaynamış su gezdirilerek dökülür. Başka bir tepsiyle kapatılarak 5-6 dakika bekletilir. Diğer tarafta toz şeker, 3 su bardağı su ve ½ limonla birlikte kaynatılır, şurup hazırlanır. Suyunu çekip sünger gibi olan kadayıfın üzerine bastırılarak fazla suyu süzülür veya kâğıt havlu ile alınır. Kadayıfın üzerine sıcak şurup dökülür ve ocağa konulur. Tepsiyi döndürerek ve kenardaki şurubu kadayıfın üzerine bir kaşıkla atarak yedire yedire kısık ateşte çektirilir. Aralarında sertlikler kalmayıp iyice şurubu çekinceye kadar pişirilir. Biraz soğuyunca dilimlenip servis tabağına alınır. Kaymak, yeşil fıstık gibi garnitürlerle süslenir, soğuk servis yapılır.

Not: Ekmek kadayıfı hiç ıslatılmadan doğrudan şurup dökülüp ocakta pişirilebilir. Bu tarz pişirmede şurubun su miktarını artırmak gerekir. Ocakta çevirirken kadayıfın ortasının yanmaması için ateşin ayarı kontrol edilmelidir.

KAYGANA

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Şeker	4 su bardağı	360
Su	4 su bardağı	800
Limon suyu	2 tatlı kaşığı	5
Un	2 su bardağı	200
Yoğurt	1 su bardağı	200
Yumurta	3 adet	150
Tuz	½ çay kaşığı	1
Kabartma tozu	1 çay kaşığı	2
Ayçiçek yağı (kızartmak için)	2 su bardağı	400

BARI 2007

Porsiyon: 6-8

YAPILIŞI

Şeker ve su kaynatılır. Kaynayınca limon suyu sıkılır. 5 dakika daha kaynatılarak ateşten alınır, soğutulur. Diğer taraftan yoğurt, un, yumurta, tuz ve kabartma tozu konularak mikserle karıştırılır. Derin bir tavaya yağ konularak ısıtılır. İyice ısınınca hazırlanan karışımdan yağa batırılmış tatlı kaşığı ile alınıp yağa dökülür. Tava sallanarak pişirilir. Altı ve üstü pembeleşene kadar kızartılır. Pişirilen hamurlar soğuk şuruba alınır. Şurubu çeken tatlılar servis tabağına alınarak servis yapılır (Şeren).

YÖRE: Konya (Seydişehir)

ŞAMBALİ

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Yoğurt	1 su bardağı	200
Şeker	1 su bardağı	180
İrmik	1 su bardağı	150
Un	1 su bardağı	110
Kabartma tozu	1 paket	-
	Şurup için	
Şeker	3 su bardağı	540
Su	2 su bardağı	400
Vanilya	1 paket	-
	Üzeri için	
Yer fıstığı	½ su bardağı	85

BARI 2007

Porsiyon: 8

YAPILIŞI

Yoğurt, şeker, irmik, un ve kabartma tozu karıştırılarak katı bir hamur elde edilir. Hamur 30 cm çapında bolca yağlanmış tepsiye hafif yayılır. Üzerine uzun kesileceği düşünülerek fıstıklar dizilir. 180 derecede ısıtılmış fırında pembeleşinceye kadar pişirilir. Piştiği zaman kuru gibidir. Fırından çıkar çıkmaz iki parmak genişliğinde 8-10 cm uzunluğunda dilimlenir. Ilıklaştırılır. Diğer tarafta üç bardak şeker, iki bardak suyla kaynatılır. Birkaç damla limon konulur. Ateşten alınır. Bir paket vanilya dökülüp karıştırılır. Şurup sıcakken ılık olan hamura konulur. Şurubunu çekince servis yapılır (Işıldak).

YÖRE: İzmir

İRMİK HELVASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Süt	3 su bardağı	600
Şeker	3 su bardağı	540
Su	3 su bardağı	600
Tereyağı veya margarin	1 su bardağı	210
Çam fıstığı	2 yemek kaşığı	20
İrmik (iri boy)	3,5 su bardağı	500
Çekilmiş antep fıstığı	1 yemek kaşığı	10

BARI 2007

Porsiyon: 12

YAPILIŞI

Bir tencerede süt, şeker, su karıştırılıp kaynama derecesinde ısıtılır. Tereyağı ve fıstık yayvan bir çelik tencerede fıstıklar pembeleşinceye kadar kavrulur. İrmik ilave edilir ve irmikler altın sarısı renk alıncaya kadar karıştırılarak hafif ateşte çevirmeye devam edilir. İrmikler sararınca sütlü karışım irmiğin üzerine dökülür, (bu karışımı dökme esnasında ocak kapatılır) karıştırılıp kapağı örtülür. Ocak tekrar yakılır, orta ateşte ara sıra karıştırılarak dibine tutmaması sağlanır. Kıvam alınca ve suyu çekilince ateş iyice kısılır, üzerine kâğıt havlu ve kapak örtülerek 15 dakika dinlendirilir. Sonra kapağı açılıp bir kaşıkla karıştırılıp tane tane olması sağlanır. Servis kabına alınıp sıcak servis yapılır (Şeren).

YÖRE: Konya

PEKMEZ (ASİDA) HELVASI

Malzemeler	Ölçü	Birim (gr)
Tereyağı	4/3 su bardağı	125
Un	1 su bardağı	110
Pekmez	1 su bardağı	200
Su	1 su bardağı	200

BARI 2007

Porsiyon: 6

YAPILIŞI

Tereyağı ve un pembeleşinceye kadar kavrulur. Pekmez ve su birlikte ısıtılır, kaynamaya başlarken, kavrulan una ilave edilir. Kısık ateşte karıştırılarak kıvam aldırılır. Arzu edildiği şekilde süslenir.

Not: Pekmez helvası İç Anadolu başta olmak üzere birçok yörede bilinmektedir. Kayseri'de Asida, Seydişehir'de Deli Hasan tatlısı gibi isimler almaktadır (Koçak).

YÖRE: Karaman (Ermenek)

SADRAZAM LOKUMU

Malzemeler	Ölçü
Pandispanya:	
Yumurta	3 adet
Şeker	½ su bardağı
Un	1 su bardağı
Kabartma tozu	1 çay kaşığı
Vanilyalı puding	

YAPILIŞI

Üç yumurta ile yarım su bardağı toz şeker, köpük olana kadar çırpılır. 1su bardağı un+ 1çay kaşığı kabartma tozu ilave edilip pandispanya hamuru hazırlanır, yağlı kâğıt serilmiş fırın tepsisine incecik yerleştirilir. 175-200 derecede ısıtılmış fırında pişirilirken, hazır vanilyalı pudingi hazırlanır.

Pandispanya çok hafif pembeleşirken fırından çıkarılır. Soğuk sütle ıslatılır. Boyuna ortadan kesilir her iki bölüme de pudingden konur. İstenirse ceviz içi de konabilir. Her iki taraf da katlanır. Pudingin üzeri tekrar sütle ıslatılıp dilimlenir. Dilimler servis tepsisine sütle ıslatılmış kısmı alta gelecek şekilde dizilir. Üzeri sütle ıslatılıp kalan puding üzerine dökülür. Hindistan cevizi ile süslenip servis yapılır.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.08.2010 tarihinde Gülnur Çulhaoğlu'dan (Akdağmadeni 1957-Diş hekimi) derlenmiştir.

YUFKALI YAŞ PASTA

Malzemeler	Ölçü
Hamuru	
Süt	1 kahve fincanı
Toz şeker	1 kahve fincanı
Margarin	1kahve fincanı
Kabartma tozu (Baking powder)	1 paket
Yumurta	2 adet
Un	aldığı kadar(krep hamuru)
Yufkaları ıslatmak için	
Mandalina/portakal suyu	1 su bardağı
Kreması	
Süt	1,5 kg.
Un	3 yemek kaşığı
Yumurta	2 adet
Vanilya	1 paket
Toz şeker	1,5 su bardağı
Margarin/tereyağı	50 gr.

ERGUN2007

YAPILIŞI

Yufkası: Şekerle yumurta çırpılır. Diğer malzemeler ilave edilip kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edilir. 15 eşit beze hazırlanır. Bezeler oklavayla servis tabağı büyüklüğünde açılır. Teflon tavada alt üst edilerek pişirilir. Hepsi piştikten sonra tek ek çelik tencere kapağı ile kesilir.

Kreması: yumurta ve şeker çırpılır. Süt ve un konduktan sonra tekrar çırpılır. Sürekli karıştırılarak pişirilir. Yağı ve vanilyası piştikten sonra koyulur. Krema soğuk kullanılır.

Yufkalar tepsiye dökülmüş portakal/mandalina suyunda arkalı önlü ıslatılır. Servis tabağına alınır. Her yufkanın arasına krema dökülür. Arzu edilirse aralara meyve (muz, çilek vs.) konabilir. Kesik parçalar da araya konabilir. Üzerine kalan krema dökülüp krem şanti, meyve vs. ile süslenebilir.

Pasta dilimlendiğinde gofret gibi bir görüntüsü olur.

Not: Pervin Ergun tarafından 05.02.2011 tarihinde Emine Demiray Demirel'den (Osmaniye 1964- lise) derlenmiştir.

YÖRE: Osmaniye

ŞAMŞİ

Malzemeler
• 3 su bardağı un
• 2 su bardağı yoğurt
• ½ su bardağı zeytinyağı
• Bir tutam tuz
• 1 yemek kaşığı nişasta
• 3 su bardağı süt
• 2 su bardağı şeker
• 1 su bardağı pudra şekeri
• 1 litre sıvı yağ (kızartmak için)

YAPILIŞI

Hamur ve muhallebiden yapılan bir tatlıdır. Un, yoğurt, zeytinyağı, tuz, karıştırılır, iyice yoğrulur, hamur haline getirilir. Diğer taraftan süt, şeker ve nişastadan muhallebi yapılır. Hamur açılır ve ince olmak şartıyla şeritler halinde kesilir. İçerisine soğuttuğumuz muhallebiden bir miktar koyulur. Bohça şeklinde katlanır ve kızgın yağda kızartılır. Üzerlerine pudra şekeri serpilerek servis yapılır. (Hasan Köksal, 2010, Girne)

Yöre: KKTC

KÖKSAL 2010

AĞIZ TATLISI

Malzemeler:
• Ağız sütü
• 1 tatlı kaşığı tarçın
• 8 adet yufka
• 5 bardak su
• 5 bardak şeker
• ½ fincan yağ
• 1 kapak çiçek suyu
• ½ limon

YAPILIŞI

Hayvanların doğumunda ilk çıkan süte "ağız" denir. O süt sağılır, tencereye dökülür, muhallebi kıvamına gelinceye kadar pişirilir. Bu sütün içerisine soğuduktan sonra tarçın ve şeker koyulur. Tepsiye bir yufka koyulur ve sütlü malzemeden sürülür. Bir kat daha yufka koyulur ve arasına malzemeden sürülür. Yufkalar bitinceye kadar bu işleme devam edilir. En üstte iki kat yufka koyulur. Üzerine çok az yağ koyulur ve fırında pişirilir. Diğer taraftan beş bardak su, beş bardak şeker, çiçek suyu, yarım limon ile şerbet yapılır. Fırından çıkan sıcak tatlının üzerine soğuk şerbet dökülür ve servis yapılır. (Hasan Köksal, 2010, Girne)

Yöre: KKTC

KÖKSAL 2010

GULLURUKYA

Malzemeler:
• 1 kilo un
• ½ litre pekmez
• ½ litre su

HAZIRLANIŞI

Unun içerisine yarı litre su koyulur ve hamur haline getirilir. Bu hamurdan küçük parçalar koparılır ve iki avuç arasında uzunca bir şerit halinde çıkarılır. Bu şerit yuvarlak şekilde yapıştırılır. Tencereye su koyulur ve kaynatılır. Kaynattıktan sonra hamurlar içerisine ilave edilir. İyice kaynattıktan sonra pişip pişmediği kontrol edilir. İçerisine pekmez ilave edilir. Kısık ateşte biraz pişirilir. Gerek sıcak gerekse soğuk olarak tabaklara servis yapılır. (Hasan Köksal, 2010, Girne)

YÖRE: KKTC

AYVA TATLISI

Malzemeler	Ölçü
Ayva	3 adet
Şeker	12 çorba kaşığı şeker
Vişne suyu	1 su bardağı
Karanfil	2-3 adet

YAPILIŞI

Ayvalar ikiye bölünür, kabukları ve çekirdekleri ayıklanır. Düdüklü tencereye dizilip üzerlerine 1'er kaşık şeker serpilir. Vişne suyu da dökülüp yumuşayıncaya kadar pişirilir. Yumuşadımında ters çevrilip birer kaşık daha şeker ilave edilip biraz daha pişirilir.

Servis tepsisine alınıp ceviz ve kaymak ile servis edilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

KEŞKÜL

Malzemeler	Ölçü
Süt	6 su bardağı
Yumurta	4 adet
Un	3 çorba kaşığı
Şeker	1 su bardağı
Vanilya	2 paket
Hindistan cevizi	

YAPILIŞI

Yumurta, 2 su bardağı süt, vanilya ve un mikserle iyice çırpılır. Tencereye konup kalan süt ilave edilir. Sürekli karıştırılarak pişirilir. Kâselere alınıp üzeri Hindistan cevizi ile süslenir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

SAKIZLI ÇİLEKLİ/VİŞNELİ MUHALLEBİ

Malzemeler	Ölçü
Un	3 kahve fincanı
Şeker	4 kahve fincanı
Süt	1 litre
Damla sakızı ya da vanilya	
Çilek ya da vişne	1 kg.

YAPILIŞI

Un, şeker, süt, damla sakızı karıştırarak pişirilir. Ilıklayınca mikserle çırpılıp kâselere dökülür. Servisten önce özerine ayıklanıp robotta çekilmiş çilek ya da vişne ilave edilir.

Not: Pervin Ergun tarafından 2009'da Ankara'da Gül Büyüköztürk'ten derlenmiştir.

SÜTLÜ İRMİK TATLISI

Malzemeler	Ölçü
İrmik	7 çorba kaşığı
Şeker	7 çorba kaşığı
Süt	1 litre
Vanilya	1 paket
arçın	
Üzeri için:	
Anamur muzu	4 adet
Muzlu jöle	1 paket

YAPILIŞI

İrmik, şeker, süt sürekli karıştırılarak muhallebi kıvamında koyulaşana kadar pişirilir. Cam tepsiye dökülür. Soğuyunca dilimlere bölünüp servis yapılır. Üzerine tarçın serpilir.

Arzu edilirse soğutulmuş sütlü irmik tatlısının üzerine muz dilimleri serpiştirilip üzerine muzlu jöle de dökülebilir. Buzdolabında bekletilip soğutulduktan sonra dilimlenerek servis edilir. (Pervin Ergun, 2010, Ankara)

ERGUN 2010

ELMASİYE

Malzemeler	Ölçü
Elma sosu için:	
Elma	4-5 adet
Şeker	1 çay bardağı
Ceviz (arzuya göre)	1 su bardağı
Tarçın	

Muhallebi için:	
Sü	
Nişasta	2 çorba kaşığı
Pirinç unu	2 çorba kaşığı
Şeker	1 su bardağı
Yumurta	1 adet
Vanilya	

YAPILIŞI

Kabuğu soyulup dilimlenmiş elma ve bir çay bardağı şeker kendi suyuyla pişirilir. Tarçın ve istenire dövülmüş ceviz ilave edilip cam tepsiye serilir.

Şeker ve yumurta çırpılır. Nişasta, pirinç unu, süt ilave edilir ve karıştırılarak pişirilir. Ilıklayınca vanilya ilave edilip çırpılır ve elmanın üzerine dökülür. Dolapta soğutulup servis edilir.

Not: Pervin Ergun tarafından 2009'da Ankara'da Nurşen Doğan(Ankara 1968, Gıda Mühendisi)'dan derlenmiştir.

ERGUN 2009

ZERDE

Malzemeler	Ölçü
Pirinç	2 su bardağı
Şeker	1 kg.
Karanfil	15-20 adet veya bir paket toz)
Damla sakızı	5-6 adet (dövülmüş)
Nişasta	2 kahve fincanı

YAPILIŞI

Pirinç ayıklanır, yıkanır; bol suda iyice pişirilir. Kepçe ile birkaç kez karıştırılarak ezilen pirincin içine bir su bardağı daha su ilave edilerek tekrar pişirilir. Yarım bardak suda ezilmiş nişasta kaynayan zerdenin içine yavaş yavaş ve karıştırarak ilave edilir. Bir-iki taşım daha pişirildikten sonra ocaktan indirilir, karanfil ve damla sakızı tozu ilave edilir. Karıştırılarak servis kâselerine dökülür.

Geleneksel bir tatlımız olan zerde, pilavla birlikte, kalınca yapılan yufkalara sarılarak üç aylarda, ölüm hayırlarında vs. dağıtılır, gelenlere ikram edilir. (Pervin Ergun, 2010, Aydın)

ERGUN 2010

BASMA HELVA (ÇANAKKALE) (Bayram, Doğum, Nişan Tatlısı)

Malzemeler	Ölçü
Bir tepsilik helva hamuru için:	
Ayçiçeği yağı	1 su bardağı
Yumurta	1 adet
Kabartma tozu	1 paket
Yeteri kadar süt	
Yeteri kadar un	
Şeker	3 su bardağı
Şerbeti için:	
Şeker	2 su bardağı
Su	3 su bardağı

ERGUN 2011

YAPILIŞI

Bir kaba un koyulur. Üzerine yumurta, kabartma tozu ve ayçiçeği yağı ilave edilir. Süt az az ilave edilerek elde ufalanacak kıvamda bir hamur yapılır. Sonra bu hamur delikli süzgeçten tarhana geçirir gibi geçirilir. Bir tepsiye azar azar konulup, ara ara kaşıkla karıştırılarak fırında kızartılır. Alaca kızarınca alınır. Hamurun tamamı kızarınca bir kaba alınır. Bir taraftan da şerbet hazırlanır. Sıcak hamurun üzerine şerbet de sıcak olarak karıştıra karıştıra ilave edilir. Hamurun her tarafı ıslanır. Üstü kapatılır. Bir bezle sarılır. 10 dakika dinlendirilir. İki tepsi alınarak zeytinyağı ile bolca yağlanır. Tepsinin birine iki kepçe hamur alınır. Üzerine biraz şeker ilave edilir ve iyice yoğrulup topak hale getirilerek öteki tepsiye bırakılır. Bu işlem hamur bitene kadar tekrarlanır. Topakların konduğu tepsinin içine topaklar bastırılarak döşenir. Üzeri düzeltilir. Soğuyunca baklava kesimi ya da kare olarak kesilip ikram edilir.

Şerbetin yapılışı:2 bardak şekere 3 bardak su ilave edilir. Kaynar kaynamaz kullanılır.

Not: Emine Turan tarafından 05.09.2011 tarihinde Meliha Eren (Çanakkale/Çan/Bahadırlı Köyü 1939)'den derlenen bu tatlı, bayramlarda, bebek doğumlarında yapılıp komşulara dağıtılır. Ayrıca nişan yapıldıktan sonra oğlan evi tarafından gelin kıza götürülür. Kız evi de karşılık olarak oğlan evine baklava verir.

YÖRE: Çanakkale

MUHALLEBİLİ KUZU KURABİYE
(12 hayvanlı eski Türk takvimine göre yılın hayvanı ile ilgili pasta tercih edilebilir.)

Kurabiye İçin Malzemeler	Ölçü
Un	500 gr.
Şeker	200 gr.
Tereyağı	250 gr.
Yumurta	2 adet
Vanilya	1 paket
Tarçın	1 çay kaşığı
Damla çikolata	
Muhallebisi İçin Malzemeler	**Ölçü**
Un	2 kahve fincanı
Şeker	2 kahve fincanı
Süt	yarım litre

ERGUN 2015

YAPILIŞI

Kurabiyenin Yapılışı: Kurabiye hamuru için hazırlanan bütün malzeme hızlı bir şekilde yoğrulur. Buzdolabında yarım saat dinlendirilir. Fırın 170 °C önceden ısıtılır. Hamur merdane ile 5 mm kalınlığında her tarafı eşit olacak şekilde açılır. Kuzu veya hangi şekilde yapılacaksa kalıpla kesilir. Eğer hamur kalıba yapışırsa biraz un serpilebilir. Kenarlarından taşan hamur parçaları birleştirilip tekrar merdaneyle açılır. Damla çikolata ile kuzunun gözleri yapılabilir. Kurabiyeler yağlı kâğıt serili soğuk tepsiye dizilip fırına sürülür. 10-12 dakika pişirilir.

Muhallebinin Yapılışı: İyice çırpılmış olan süt, şeker un sürekli karıştırılarak pişirilir. Beş dakika dinlendirilip kurabiyelerin üzerine dökülür üzerine bolca hindistan cevizi dökülüp servis yapılır.

YÖRE: Çanakkale

DAMLA SAKIZLI MUHALLEBİLİ ÇİLEKLİ-MUZLU YAŞ PASTA

Malzemeler	Ölçü
Un	1,5 kahve fincanı
Şeker	2 kahve fincanı
Süt	yarım litre
Damla sakızı	1 küçük parça
Çilek	yarım kg.
Muz	3-4 adet

Pandispanya keki (hazır veya evde yapılabilir)

YAPILIŞI

Pandispanya keki, enine ikiye ayrılır. Bir tabakası servis tabağına alınır. Un, şeker, süt, damla sakızı karıştırılarak pişirilir. 5 dakika bekletilip mikserle çırpılır; 1/3'ü servis tabağındaki kekin üzerine dökülür. Çileğin üçte biri ince halkalar halinde doğranarak üzerine serpilir. Muzun biri de ince dilimler halinde çileklerin üzerine yerleştirilir. Diğer yarım kek üzerine kapatılır. Kalan muhallebi yavaş yavaş üzerine gezdirilir; pastanın üzerini ve yanlarını kaplaması sağlanır. Kalan muzlar verev doğranıp ya da çilekler ikiye bölünüp pastanın kenarlarını kaplayacak şekilde yan yana dizilir. Çilekler ikiye bölünüp kalan muzlarla birlikte arzuya göre pastanın üstü süslenir.

Not: Muhallebinin üzerine pasta kreması da hazırlanabilir. Eğer pastanın çok hafif olması arzu ediliyorsa buna gerek yoktur (Pervin Ergun).