



Türk Mutfak Kültürü Evreleri ve Mutfak Sentezinin İncelenmesi

Stages of Turkish Cuisine and Investigation of Kitchen Synthesis

Hüsnü KASAR

Özet

¹Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Muş, Türkiye

ORCID:

H.K.: 0000-0002-4343-5229

Corresponding Author:

Hüsnü KASAR

Email:

h.kasar@alparslan.edu.tr

Citation: Kasar, H. (2021). Türk mutfak kültürü evreleri ve mutfak sentezinin incelenmesi. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 11(2): 347-358.

Submitted: 13.12.2020

Accepted: 07.06.2021

Toplumların sahip olduğu kültür o toplumun yiyecek ve içecek kültürüne de ayna olabilmektedir. Türklerin uzun dönemlerden beri varlığını sürdürüyor olması, üç kıtaya hükmetmiş atalara sahip olması gibi etmenler Türk toplumunun kendine has, geniş coğrafyaya sahip bir mutfak kültürü oluşmasına yardımcı olmaktadır. Türk mutfak kültürü evreleri incelendiğinde farklı mutfak kültürlerin etkisi başta olmak üzere unutulmaya yüz tutmuş olan mutfak gelenek ve işlemleri bulunmaktadır. Topyaps, thrillist gibi web siteleri tarafından yapılan incelemelere göre Türk mutfacı en iyi mutfaklar arasında kendisine yer bulmaktadır. Bu çalışmanın amacı Türk mutfacının oluşmasında etken olan medeniyetlerin günümüz mutfacına etkileri ve diğer uluslararası mutfaklar arasında sentezin olduğu konularında literatüre katkıda bulunmaktır. Mutfaklarda kültürel etkileşim ve sentezler aynı şekilde alınmasa bile kendi inanç ve yaşamlarına uygun olarak alınmıştır. Mutfak kültüründeki etkileşimlerin göstergeleri arasında pizza ürünün benzerliğinde Lahmacun, Spagetti makarnaları karşılığı erişte veya sürtme hamur, ravioli karşılığı mantı, lazanya yapımı da ülkemizde yağlama gibi hazırlanmaktadır. Bu örnekler mutfak kültürlerinin birbirinden etkilendiğinin göstergeleri arasında yer almaktadır. Çalışmanın amacına ulaşabilmesi için konu ile ilgili görsel ve yazılı kaynakların kullanımı incelenmiştir. Farklı mutfaklar ve fastfood tarzı yemek kültürüne özenme, Türk mutfacında kullanılan malzeme ve yemeklerin gelecek kuşaklara aktarılamaması halkın kendi mutfacına, kültüne yabancılaşması gibi durumlarda yaşanabilecektir. Zengin mutfak kültürüne sahip çıkılması, gelecek kuşaklara yeme-içme kültürüne zarar görmeden ve özünü hiç kaybetmeden ulaştırılması gerekmektedir. Mutfak kültürünün gerekli tanıtımlar vb. uygulamalar ile Türkiye'de önemli bir gelir sağlayan turizm açısından da katkıda bulunulacağı öngörülmektedir.

Anahtar kelimeler: Türk Mutfak Kültürü, Mutfak evreleri, Kültürel Etkileşim ve Sentez

Abstract

The culture that societies have can also be a mirror to the food and beverage culture of that society. Factors, such as the long existence of the Turks and their ancestors who ruled over three continents, help Turkish society to create a unique cuisine culture having wide geography. When the stages of Turkish cuisine culture are examined, especially the effects of different culinary cultures, there are cuisine traditions and processes that have sunk into oblivion. According to the reviews made by websites such as Topyaps and Thrillist, Turkish cuisine finds itself among the best cuisines. The aim of this study is to contribute to the literature about the

civilizations that were effective in the formation of Turkish cuisine, today's cuisine, and the synthesis among other international cuisines. Even if cultural interactions and syntheses are not taken in the same way in kitchens, they are taken in accordance with their own beliefs and lives. Among the indicators of the interactions in cuisine culture, "lahmacun" is similar to pizza products, "erişte or sürtme hamur" to spaghetti pasta, "manti" to ravioli, and "yağlama" to lasagna. These examples show that cuisine cultures are influenced by each other. In order to reach the aim of the study, the use of visual and written resources on the subject has been examined. There may also be situations such as adhering to different cuisines and fast-food culture, the inability to transfer the materials and dishes used in Turkish cuisine to the next generations, and people becoming alienated from their own cuisine and culture. It is necessary to protect the rich culinary culture and to reach the next generations without harming the food and beverage culture or losing its essence. It is predicted that the cuisine culture contributes to tourism, which provides a significant income in Turkey, with necessary introductions, applications, and so on.

Keywords: Turkish Cuisine, Stages of Kitchen, Cultural Interaction and Synthesis

1. GİRİŞ

Kültür; insanların sosyal yaşamda öğrendikleri inanç ve yaşamlarının, toplumsal olarak öğrenilen ve aynı yoldan yeni kuşaklara aktarılan davranış örüntüleri olarak bilinmektedir. Doğanın meydana gelmesinin yanı sıra insanların meydana getirdiği birçok şeyde kültür olarak ifade edilmektedir. Kültür insanların benliğinin de hayatlarına yön veren bir yapı olmasının yanı sıra her alanda da önemli bir kavram olarak bilinmektedir. Ayrıca bir toplumun diğer toplumlardan farklı olarak sadece kendine özgü, o toplum ile bütünleşmiş unsurların tümüne kültür denilmektedir (Ersoy, 2020).

Mutfak kültürü ise; insanların yaşamlarının devam ettirebilmesi için gerekli olan yiyecek ve içecek çeşitlerinin hazırlanması, pişirilmesi, muhafaza edilmesi, tüketilmesi surecilerini kapsamaktadır. Aynı şekilde yemeklerin hazırlanması aşamasına kadar kullanılan araç ve gereçlerden, ürünlerden, yaşam şartlarından, geçmiş yaşam dönemlerinden, günümüze kadar farklı sebeplerle değişerek son halinin almış olan mutfak yapısını da anlatan özgün bir değerdir (Solmaz ve Altın, 2018a: 109).

İlk insanlığın ortaya çıkmasıyla beraber insanlar yaşamlarını devam ettirebilmek için bazı fiziksel ihtiyaçlara gerek duymuşlardır. Bunlardan birisi de beslenme ihtiyacıdır. Bu ihtiyaçlar zaman ilerledikçe boylardan kavimlere, kavimlerden devletlerin oluşmasında geçen sürede farklı inanç, yaşam tarzı, tüketilen ürünlerin bölgede yetişmesi vb. birçok sebeple farklı yeme-içme kültürünü oluşturmuştur. Bu beslenme kültürleri zaman içerisinde farklı dinin inançlar, gelenek ve görenek gibi toplumun benimsediği şekilde toplumlara özgü mutfak kültürünün oluşmasına neden olmuştur.

Türk mutfağı, Türk kültür yapısı içinde önemli yeri olan dünya üzerinde de sayılı mutfaklar arasında yer alan birçok çeşitliliğe sahip önemli bir kazanımdır. Türk mutfağı Çin, Fransa gibi ülkelerin mutfakları ile birlikte dünya mutfağında üçüncü sırada kendisine yer bulmaktadır (Çakıcı ve Eser, 2016: 217). Bu kadar çeşitli ve zengin mutfak kültürüne sahip olmasında geçmiş yüzyıllarda yaşanan kültürel etkileşimler, 3 kıtaya hüküm sürmüş olan bir devletin devamı niteliğinde olması, bulunduğu coğrafi konum vb. daha birçok sebep gelmektedir. Dünyada en iyi mutfaklar arasındaki görüşlerin yer aldığı web siteleri incelendiğinde Türk Mutfağı; topypaps.com'un en iyi 10 ülke sıralamasında 3. sırada, thrillist.com'un en iyi 27 ülke sıralamasında 4. sırada, listamaze.com'un en iyi 10 ülke sıralamasında 5. sırada yer almaktadır (Girgin vd., 2017: 224).

Türk mutfak kültürünün gelişmesinde göçebe kültür döneminde yapılmakta olan yemekler ve mutfak alışkanlıkları, Selçuklu ve Osmanlı saraylarında yapılan yemekler günümüz modern Türk mutfağının yapı taşlarını oluşmasında en büyük katkıyı sağlamaktadır.

Bu çalışmada Türk mutfak kültürünün hangi evreler sonucunda oluştuğunu, Türklerin yeme içme alışkanlıkları, Türk mutfağı kültürüne etki eden faktörler başta olmak üzere dünya üzerinde mutfak konusunda önemli yere sahip olan bu mutfak hakkında bilgi verilecektir.

2. YÖNTEM

Çalışmanın amacına ulaşabilmesi için nitel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Bu sebeple İslamiyet'ten Önce Orta Asya Türk Mutfağı başta olmak üzere günümüz Cumhuriyet Türk mutfağı arasındaki kültürel etkileşim ve değişimler görsel ve yazılı kaynakların kullanımı ile incelenmiştir. Literatür araştırması sonucunda elde edilmiş olan veriler içerik analizi ile yorumlanmıştır. Bu sebeple çalışmanın tarama desenli betimleyici nitel bir çalışma özelliği kazanmıştır.

3. BULGULAR

3.1. Türk Mutfağı

Türklerin var olma macerası başka bir deyişle tarih sahnesine çıkması Orta Asya'da başlamış ve son olarak günümüzdeki halini almıştır. Türkler geçmiş dönemde göçebe yaşamı benimsemiş ve yaşamlarını hayvancılık ile sağlamışlardır. Bu dönemde temel geçim kaynağının hayvancılık olması sebebiyle mutfaklarında da daha çok hayvansal ürünleri tüketmişlerdir. Yerleşik yaşam ile birlikte tarım ile de ilgilenmeye başlanılmış ve tarım ürünleri de mutfakta daha sık kullanılmaya başlanmıştır. Mutfak geçmiş dönemden beri farklı yapılar ve şekil olarak da farklı şekillerde kullanılmıştır. Mutfak ilk olarak mağaralardan bozma bir yapıda iken, Rönesans dönemine gelindiğinde tavanı yüksek ve gösterişli bir dizayn şekillerindedir (Ayyıldız, 2019: 611).

Türk mutfağına; Türklerin ortaya çıktıkları Orta Asya bölgesi, Selçuklu ve Osmanlı devletlerinin mutfak kültürlerinin gelişimine katkısı çok fazladır. Bu gelişim Orta Asya'da ilk ortaya çıkışlarında yörede yaşayan konargöçer bir şekilde yaşam süren halkın kullandıkları yöntemler örnek olarak gösterilebilir. Bu dönemde et ürünlerinin tüketilmesi, sütün mayalanması işlemleri Türk mutfağına bu yöntemlerden faydalanarak çeşitlik sağlayacaktır. Türklerin mutfak kültüründe çeşitliliğin fazla olmasının bir diğer faktörü ise geçmiş dönemlerde çok geniş alanlarda hüküm sürmüş olmaları ve bu alanlarda kültürel zorlamalara sebep olmayarak diğer kültürleri etkilemişler ve etkilenmişlerdir. Özellikle üç kıtaya hükmettiği dönemlerde mutfak anlamında kültürel bir etkileşimde bulunmuşlardır. Mezopotamya coğrafyasının tahılları, Akdeniz bölgesinin sebze ve meyve kültürü, Güney Asya'nın baharatının kullanımı da Türk mutfak kültürünün gelişmesinde etkili olmuştur (Önçel, 2015a: 34).

Türk mutfak kültüründeki geçmiş dönemdeki etkileşim diğer ülkeler ile de günümüze kadar sağlanmıştır. Bu mutfak kültürleri aynı şekilde alınmasa bile kendi inanç ve yaşamlarına uygun olarak alınmıştır. Mutfak da yapılan yemeklerde yapımın da aynı olmasa dahi şekil değiştirilmesi, malzemelerin farklı kullanımı vb. işlemler ile Türk mutfağında da yerini almaktadır. Türk mutfağı geçmişten günümüze kadar geniş coğrafyada hüküm sürmeleri mutfak alanında zengin ve farklı inanç sistemlerine sahip ülke mutfaklarını tanıma fırsatı sunmuştur. Fransa, Çin, İtalyan, İspanyol vb. mutfaklar arasında 2500'den fazla yemek çeşidi ile zengin mutfak kültürüne sahip ülkeler arasına girmiştir (Şanlıer vd., 2012: 154).

Ülkelerin arasında mutfaklarda ve yemeklerin benzerliğinde pizza, spagetti gibi makarna çeşitleri, ravioli, Lazanya vb. yemekler yer almaktadır. Bu yemekler ülkemizde pizza karşılığı Lahmacun, Spagetti makarnaları karşılığı erişte veya sürtme hamur, ravioli karşılığı mantı, lazanya yapımı da ülkemizde yağlama gibi hazırlanmaktadır. Bu örnekler mutfak kültürlerinin birbirinden etkilendiğinin göstergeleri arasında yer almaktadır.

Türk mutfağının her anlamda etkilendiği bir diğer konuda İslamiyet'in kabul edilmesidir. Fakir doyurma, komşusu aç iken tok yatmama, iftar, adak vb. yemek alanındaki bazı uygulamalardır (Yalın, 2020: 44). İslamiyet'in kabul edilmesiyle özellikle mutfakta kullanılan malzemelerin, sofrada adabı vb. birçok konuda sınırlamalara ve değişimlere gidilmiştir. Türk mutfağında domuz eti kullanılmamış, eşek, katır gibi tek tırnaklı hayvanların etinin ve sütünün tüketilmemesi dinin mutfağa etkilerindedir. İslamiyet mutfak kültürünün yanı sıra Türklerin sofrada adabında da değişimlere neden olmuştur. Bu değişimler ile artık Türk kültüründe yemeklere başlanılmadan önce besmele ile başlayıp sonunda da dua edilerek verilen yemeğe şükredilmesi eylemleri yapılmaktadır. İslamiyet aynı zamanda diğer kültürler ile de etkileşime girilmesini sağlamıştır. Türklerin, Arap kültürü ile etkileşimi bu dönemlerde artmış ve günümüzde mutfağımızda da yer alan baharatların kullanımının o dönemde arttığı söylenebilir. Özellikle Güney Doğu Anadolu Bölgesinde Arap kültürünün etkisi hala yaşamlarına devam etmektedir. Bölgede baharatın yemeklerde çok fazla kullanılması, acının sevilmesi Arap kültürünün etkilerinin devam ettiğini göstermektedir (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014a: 26).

Türk mutfağının çeşitli, zengin olmasının başlıca sebepleri içerisinde yukarıdaki bilgilerden de yola çıkıldığında kültürleri etkilediği ve etkilendiği sonuçları bulunmaktadır. Türk mutfağı ilerleyen dönemler de dünya üzerinde tanınmasının yanı sıra, çeşitlilik ve lezzeti ile dünyada ilk sırada bir mutfak olmaması için hiçbir sebep bulunmamaktadır.

4. TÜRK MUTFAĞININ GENEL ÖZELLİKLERİ

Türk mutfağı çok sayıda yemek çeşidini içermektedir. Sadece diğer ülkelerin yemek kültürlerinin alınması ile etkilenen yemek alışkanlıkları bölgesel farklılıklar da gösterebilmektedir. Doğu Anadolu bölgesinde büyükbaş hayvan tüketimi fazla iken Akdeniz bölgesinde küçükbaş tüketiminin fazla olması bölgesel olarak gıda tüketiminin farklı olduğuna sadece bir örnektir. Türk mutfağında bazı özel günlerde düğün, sünnet, cenaze vb. günlerde yemek verme alışkanlığı her bölgede farklı yemekler olsa da bu günlerde yemekler verilmektedir. Türk mutfağının genel özellikleri şöyle sıralanmaktadır;

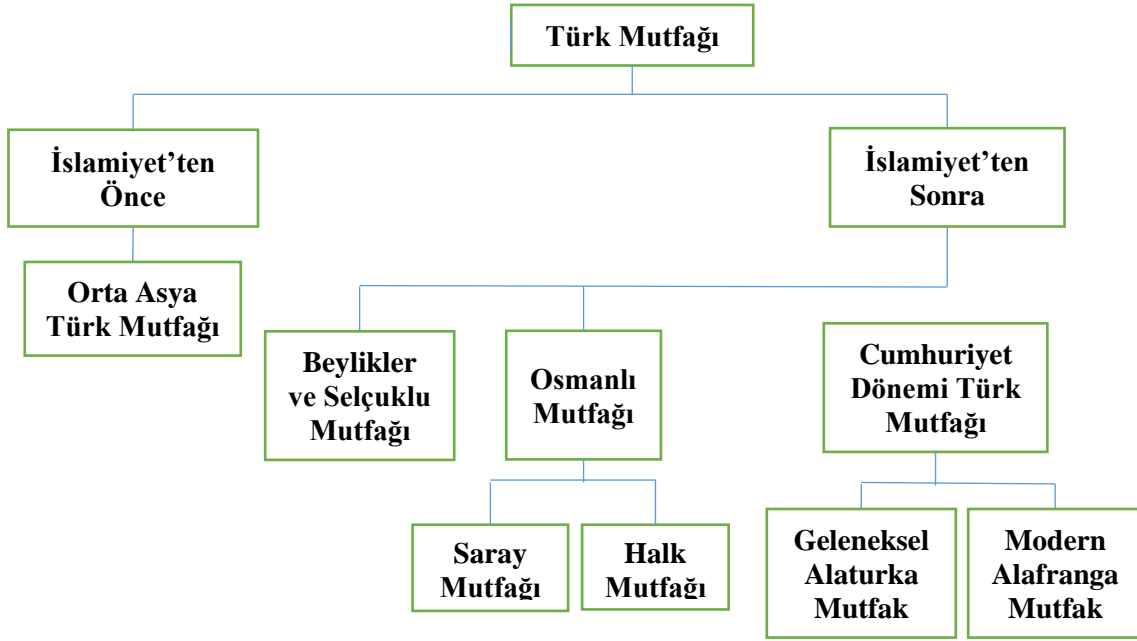
- Türkiye'de ekmek tüketimi çok fazladır. Ekmek tüketilmeden doyulmayacağı düşüncesi yer almaktadır. Ayrıca ekmek kutsal olarak kabul edilmektedir.
- Akdeniz ikliminin etkili olduğu bölgelerde sebze çeşidi yeterince bulunmaktadır. Soğan, salça kullanımı ile genellikle yemekler hazırlanır.
- Zeytinyağı kullanımı genellikle üretiminin orada daha fazla yapıyor olması, bölge insanın sevmesi gibi sebeplerden dolayı daha çok Ege bölgesinde tüketilmektedir.
- Tahıl tüketimi çok fazladır. Özellikle çorbalarda, köftelerde Doğu bölgesi başta olmak üzere her bölgede tüketimi yapılmaktadır. En çok tüketilen tahıl ürünü ise bulgurdur.
- Türk mutfağında yemeklerde meyve ve kurutulmuş meyvelerin kullanımı fazladır. Bu alışkanlık özellikle Osmanlı mutfağından beri süregelen bir alışkanlıktır. O dönemde yapılan Mutancana vb. yemekler günümüze kadar da gelmektedir.
- Orta Asya ve Arap kültürünün etkisi ile yemeklerde baharat kullanımı fazladır. Özellikle Güneydoğu bölgesinde tüketimi daha fazla olmakla beraber en çok kullanılan baharat karabiber ve kırmızıbiber baharatlarıdır.
- Türkler tarafından bulunmuş olup, dünyaya yayılan gıdaların arasında yoğurt yer almaktadır. Yoğurt kullanımı sade olarak, yemeklerde, çorbalarda vb. daha birçok gıda da çok fazla kullanılmaktadır.
- Türk mutfağı ile özdeşmiş bir diğer içekte ayranıdır. Ayran tüketimi de çok fazladır.
- Tatlılarda şeker kullanımının yanı sıra bazı yörelerde pekmezde kullanılmaktadır. Pekmez aside, orcik gibi yöresel tatlıların kullanımında Türk mutfağında kullanılmaktadır. Sadece

tat için değil tatlının kızarması amacıyla da kullanımı bulunmaktadır. Kadayıf tatlısının üzerinin pekmeze kızartılması örneği bulunmaktadır.

- Hamur işlerinin yapılması ve tüketimi çok fazladır.
- Türk mutfağında yemeklerin servisi yapılmasında sırasında sos servisi yoktur. Son yıllar da Batı mutfağının etkisi ile yemeklerin servisinde sos servisi yapılmaktadır.
- Türk mutfağında sunumdan çok lezzete önem verilmektedir. Lezzetli bir yemeğin sunumunun kötü olması insanlarda tercih edilirliliği düşürmesi sebebiyle son yıllarda sunuma da önem vermeye başlanmıştır (Önçel, 2015b: 35), (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014b: 26), (Solmaz ve Altner, 2018b: 110).

5. TÜRK MUTFAĞININ EVRELERİ

Türk mutfağının tarih döneminden yer alan evreleri İslamiyet'ten önce ve İslamiyet'ten sonra olarak ikiye ayrılmaktadır.



Şekil 1. Türk Mutfağının Evreleri

Kaynak: (Solmaz ve Altner, 2018c: 111).

5.1. Orta Asya Türk Mutfağı

Türkler Orta Asya'ya yerleşmesi ile Ural-Altay dağları arasında hüküm sürmüşlerdir. Bu dönemde hayvancılıkla uğraşmışlardır. At ve koyun sürülerinin olması sebebiyle ilkbahar aylarında yaylara göçer hayvanlarını otlatırken, sonbahar döneminde ise sulak alanlara göç etmişlerdir. İlk besinleri de hayvancılık ile uğraşmalarından dolayı at ve koyundur. Bunun yanı sıra süt ve türevleri, kıymız ve tarım yapılan alanlardan elde ettikleri buğday ve buğday unu ile sınırlıdır. Göçebe bir toplum olmaları sebebiyle doğada kendiliğinden yetişen otları da yemeklerinde tüketmekte bu otların ekimini gittikleri alanlarda ekmekte ve ekimi uygun olmayan alanlarda da bu tarz besinlere ulaşabilmek için muhafaza etmeyi öğrenerek gerek olduğu zamanlarda kullanmışlardır (Sürücüoğlu ve Özçelik, 2007: 1298).

Eski dönemde yaşayan toplumların mutfak kültürlerini anlamak ancak ilerleyen dönemlerde yapılan kazı çalışmaları ile yapılmaktadır. Bu kazı çalışmalarından Orta Asya Türk mutfağında hayvancılığın yapılmasının da etkisiyle beraber at eti, koyun, sığır gibi hayvanların tüketildiği sonucuna ulaşılmaktadır. Aynı zamanda toplumun avcılık ile uğraşması sonucu geyik eti tüketiminin de yapıyor olduğu mezar kazılarında çıkan sonuçlardan anlaşılmaktadır. İlerleyen

dönemlerde geyik eti tüketiminin azaldığı onun yerine mutfak kültürüne kuş ve balık gibi gıdaların yer aldığı saptanmaktadır (Solmaz ve Altınar, 2018d: 112).

Orta Asya dönemine ait yapılan kazılar da çıkan mutfak araç-gereçleri o dönemde Türk mutfağının gelişmiş olduğuna dair işaretler sunmaktadır. Mutfak kültüründeki bu gelişmeler günümüz mutfağının da temelini oluşturacaktır. O dönemde yapılıp günümüzde de hala yapılmakta olan yemekler bulunmaktadır. Kurut bunlara örnektir. Orta Asya mutfağında yoğurtun güneşte kurutulup şekil verilmesi ile hazırlanan kurut günümüzde de özellikle Doğu Anadolu başta olmak üzere birçok bölgemizde yapılmaktadır. Özellikle o dönemde sade olarak tüketilmekte iken günümüzde çorbalar başta olmak üzere diğer yemeklere de konulmaktadır. O dönemde yapılıp günümüzde de hala yapılan çökelek, kurut keş peynirleri de hala geçmiş geleneksel kültürlerin verdiği yöntemler ile hazırlanmaktadır. Günümüz mutfağında da yapılan ürünler özellikle Orta Asya mutfak kültürünün etkilerinin günümüze kadar geldiğinin göstergesidir (Güler, 2010a:25).

5.2. Selçuklu Beylikleri Dönemi Mutfağı

Selçuklular göçebe yaşam sonucu Mezopotamya'ya ve Anadolu'ya gelerek verimli toprak yapısından tarım ile ilgilenmişlerdir. Bu dönemde bu verimli topraklardan beslenme ihtiyaçlarını daha rahat karşılandığını anlayan insanlar bu bölgelerde yerleşik hayata geçmişlerdir. Yerleşik yaşama geçilmesi ile birlikte Türk mutfak kültürü daha çok gelişmiştir. Yerleşik hayata geçmenin etkisi ile beraber özellikle göçebe yaşam ile kıyaslandığında tarım ürünlerinden daha sık üretim ve tüketim sağlanmıştır. İslam'ı benimseyen bu toplum gösterişten daha uzak sade bir yaşam tercih etmesi de yaşamış olduğumuz bu dönemde Selçuklu dönemi yemek kültürüne ait bilgilere ulaşmada kısıtlamaktadır (Şahin, 2008).

O dönemde evlerinde günümüzdeki gibi yemeklerin yapıldığı bir kısım yapmışlar ve bu yere de aşlık demişlerdir. Yemekleri iki öğün olarak tüketmişler ve bu öğünlere de kuşluk ve akşam öğünü demişlerdir. Kuşluk zamanlarında öğlene doğru bir vakit olması sebebiyle tok tutan besinler, hamur işleri gibi ürünleri tüketmişlerdir. Geçmiş dönemde Türk mutfağında kuşluk adı altında bir öğün bulunması gelecek yıllarda böyle bir öğün oluşmasında öncülük etmiştir. Günümüzde kuşluk öğünü brunch adı altında evrensel olarak kullanılmaktadır. (Demirgöl, 2018a: 111).

Orta Asya Türklerinde olduğu gibi et tüketimi bu dönemde de çok fazladır. Koyun ve keçi eti çok sık tüketilmektedir. Et ile yapılan yemeklerinde büryan da yapılmaktadır. Büryan kebabı bu dönemde günümüze kadar gelen bir yemektir. Özellikle Siirt ve Bitlis yörelerinde çok sık yapılmakta ve bu yöreler ile özdeşleşmiştir. Türk mutfak kültürünün zenginliği bir kez daha o dönemde günümüze gelen yemeklerinin olması dahi ne kadar köklü ve çeşitli bir mutfak olduğunun kanıtıdır. Yine bu dönemde yapılmış ve günümüzde de yapılan bir diğer yemek toyga çorbası, dövme vb. ürünler o dönemde de yapılmış ve günümüz mutfağında da yer almıştır (Demirgöl, 2018b: 111).

Selçuklu döneminde, geçmiş dönemlerde olduğu kadar sebze tüketen bir toplum olmamışlardır. Özellikle bu dönemin mutfak kültüründe sakatat tüketimi çok fazladır. Bu dönemde sofrada da günümüze kadar gelen kuralları bulunmaktadır. Bu dönem mutfak kültüründe yemek yenilirken ekmek parçalarının yere dökülmemesi için sofraya serilir, yüksek sini de yemek yenilirdi. Sofra ya günümüzde olduğu gibi büyükler oturmadan oturulmaz, büyükler yemeğe başlamadan başlanmaması gibi kuralları bu dönem mutfak kültüründe olan kurallardır (Kızıldemir vd., 2014: 197).

5.3. Osmanlı Mutfağı

Osmanlı devleti tarih boyunca üç kıtaya hükmetmesi o bölgelerdeki mutfak kültürlerinden etkilenmiş veya o bölgelerin mutfak kültürünün etkilemişlerdir. Bu kadar fazla alana sahip olması mutfak kültürünü de çok çeşitlenmesine ve diğer mutfaklar arasında iyi bir konuma getirmiştir. Bu mutfağın şekillenmesinde geniş yerler de yaşamış olması özellikle Arap-İran bölgesindeki etkileşim mutfak kültürüne başlıca etkileri oluşturmaktadır. Aynı şekilde Rum-Gürcü vb. azınlıkların bulunması, İslamiyet'i kabul etmiş bir devlet olması ve yaşanan coğrafik konumun verimli toprak yapısı, hayvancılığın yapıyor olabilmesi faktörleri Osmanlı mutfağının şekillenmesinde en büyük paya sahiptir. Türk tarihinde Osmanlı mutfağı en parlak dönemini yaşamıştır. Diğer devlet yöneticileri bu sebeple ziyarete geldikleri zamanlarda kendi aşçılarını da yanlarında getirmişler ve Türk mutfağını öğrenmelerini istemişlerdir (Demirgöl, 2018c: 114). Türklerin ilk tarih sahnesine çıktığı Orta Asya'dan beri et tüketimi, Osmanlı mutfağında da öğünlerde et yoğunluklu bir beslenme ile et tüketim alışkanlıkları devam etmiştir.

Osmanlı döneminde Türk mutfağı, saray mutfağı ve halk mutfağı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır.

5.3.1. Saray Mutfağı

Saray mutfağı, tarih döneminde mutfak kültürünün en zirve yaptığı dönem olarak bilinmektedir. Saray mutfağı başta padişah, saray da bulunan kişiler ve saraya ziyarete gelen kişilere yapılmaktadır. Saray mutfağı, bu kişilere yemek yapılması Fatih döneminde kurulmuş olan Matbah-ı Amire de yapılmaya başlanmıştır. Saray mutfağı belli bir kural ve düzene bağlı olarak kurulmuştur. Belli sınıflandırma yapılmış olan saray mutfağında Has mutfak, Divan mutfağı, tatlıların ve helvaların yapıldığı Helvahane gibi kısımlardan oluşmuştur. Bunun yanı sıra sadece padişahın yemeklerinin hazırlandığı kısım ise Kuşhane olarak geçmektedir. Günümüzde de mutfaklarda bu kısımlar görevlerine göre sıcak mutfak, soğuk mutfak, pastane vb. diye ayrılması bu dönemden gelen bir gelenektir. Saray mutfağında görev alan aşçılar bu dönemde Acemi oğlanlardan seçilir ve çeşitli aşamalardan geçerek aşçı olmaktadır (Haydaroglu, 2003: 3).

Hayatın devam etmesi için gerekli olan beslenme ihtiyacı saray mutfağında çekirdek ve geniş ailede olduğu gibi temelde bazı kurallar ve uygulamaları içermektedir. Özellikle hanedan halkından çok kişiye hitap etmesi ve çeşitli, kaliteli bir mutfak olması diğer mutfak kültürlerine kıyasla fark oluşturmaktadır. Ancak gerek çadır kültüründen beri var olan mutfaklarda gerek de gösterişli saray mutfağına kadar her zaman mutfaklarda bir düzen ve lezzetli yemek yapma kaygısı olmuştur.

Saray mutfağı, Fatih Sultan Mehmet'in İstanbul'u fethetmesiyle mutfak kültüründe değişimler yaşamıştır. 15. yüzyılın ikinci yarısında padişahın, Topkapı Sarayı'na yeni mutfaklar yaptırmasıyla hızlı bir gelişim göstermiştir (Hatipoğlu ve Batman, 2014: 63).

Bu dönemde et ağırlıklı beslenen halk, bu dönemde deniz mahsulleri tüketimine başlamışlardır. Yine bu dönemde hazırlanan kanunname ile birlikte yemek yeme kuralları uygulanmaya başlanmıştır. 19.yy özellikle Batı ile ilişkilerin gelişmesi sonucu mutfak kültürü de etkilenmiştir. Batı kültürün etkisi ile zamanla mutfaklarda kullanılan sofraya yerini masa, yerde oturarak yemek yiyen bir toplum olduğumuz için yemeklerin yenilmesi sırasında kullanılan minderler yerini sandalyeler almaya başlamıştır. Yemeklerin yenilmesi sırasında tek bir tabak da yemek yenilmesi alışkanlığı her kişiye bir tabak verilmesi ve sadece kaşık kullanımı da artık çatal-bıçak takımlarının kullanımı ile mutfaklarımıza yeni araç ve gereçlerin girmesi olayı bu dönemde yaşanmıştır (Güler, 2010b: 26). Yemek pişirmede ateşi eşit dağıtması ve yemeği eşit pişirmesi sebebiyle metal kaplar kullanılmıştır, günümüzde bu sınıfta yer alan bakır kaplar gerek kalaylama sorunu gerek de sağlıklı olmadığı düşüncesiyle çok fazla kullanılmamaktadır (Ak, 2007: 21).

5.3.2. Halk Mutfağı

Osmanlı döneminde saray mutfağı kadar gösterişli olmasa da yapılan yemekler çeşitliliği ve lezzet açısından da zengin bir mutfak kültürü bulunmaktadır. Misafirperver bir toplum olunması sebebiyle halk mutfağında gelen misafirlere yemekleri beğendirmek için farklı lezzetler arayışı içinde olmuşlardır (Önçel, 2015c: 35).

Halk mutfağında çatal kullanımı çok nadir görülürken kaşık kullanımı oldukça yaygındır. Elle yeme yaygın olduğu için yemekten önce sofraya ibrik ve leğen getirerek sofraya oturanların ellerini yıkaması sağlanmıştır (Seçim, 2018: 128).

Halk mutfağı yemeklerinin çeşitleri saray mutfağı kadar zengin ve fazla olmasa da Batı ülkelerinin yemek çeşitleri ile kıyaslandığında halk mutfağı yemek çeşitliğinin çoğu ülkelerin yemeklerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Buda Türk mutfağının aslında her dönem zengin bir yapıda olduğunu göstermektedir.

5.4. Cumhuriyet Dönemi Türk Mutfağı

Cumhuriyet dönemi Türk mutfağı özellikle geçmiş mutfak kültürlerinin devamı niteliğindedir. Geçmiş dönemlerin mutfak kültürlerinden etkilenmiştir. Bu dönemde mutfak kültürü Batılı ülkelerinden de etkilenmiştir. Özellikle Avrupa'nın etkisiyle 20 yy. başlarında saray ve halk mutfağı yerini geleneksel (alaturka) ve modern (alafranga) mutfak anlayışına bırakmıştır. Yine bu dönemde Amerika'nın keşfi ile dünya mutfağında yerini alan domates, mısır, kakao vb. gıdalarda bu dönemde Türk mutfak kültüründe daha fazla tüketilmeye başlanmıştır. Batı etkisi bu dönemde mutfak kültürüne de farklı uygulamalara neden olmuştur. Özellikle Orta Asya döneminden bu döneme kadar yemek öğünleri kuşluk ve akşam olmak üzere iki öğün iken bu dönem de kahvaltı, öğlen, akşam olmak üzere üç öğüne çıkmıştır. Bu dönemde belki de mutfak kültürüne en önemli olumsuz davranış olarak söylenebilecek durum toplu yemek yenilmesidir. Geçmiş dönemlerde tüm aile bireyleri bir araya gelerek yemek yenilirken bu dönemde bu alışkanlıklar yok olmasa da azalmaya başlanmıştır (Solmaz ve Altın, 2018e: 117).

Bu dönemde sağlık açısından hayvani yağların kullanımı azalmış olup ayçiçek, zeytinyağı, margarin kullanımı artmıştır. Konserve gibi hazır gıdaların, gıda katkı maddelerinin artması ile de mutfak kültüründe gelişmeler meydana gelmiştir. 20. yy sonlarında Genetiği Değiştirilmiş Organizmaların (GDO) ürünlerin gıdalarda uygulanmaya başlanmış olması hem besinlerin hem de geleneksel mutfak kültürünün korunması ve gelecek nesillere aktarılmasında olumsuzluklara neden olmaktadır. Yemeklerde sos kullanımı az iken aşırı sos kullanımı, gıda katkı maddeleri ve tatlandırıcıların kullanımı, yemeklerin tandır, kara fırın yerine doğalgaz, elektrikli fırınlarda pişiriliyor olması Geleneksel Anadolu mutfak kültürünün değişmesine ve korunması, ileri nesillere aktarılmasında zorluklar yaşanmasına neden olmuştur (Akın vd., 2015: 45).

Cumhuriyet döneminin mutfak kültürüne hızlı yaşam koşulları ile birlikte ayaküstü beslenme alışkanlıkları yer almıştır. Tüm dünya da etkisini gösteren bu beslenme alışkanlığı fast-food olarak bilinmektedir. Bu dönemde de çok fazla tüketimi olan bu beslenme alışkanlığı sağlık konusunda tercih edilmemekle beraber mutfak kültürümüze de uygun bir beslenme kültürünü oluşturmamaktadır.

6. TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜ OLUŞUMUNA ETKİ EDEN FAKTÖRLER

Türk mutfak kültürü, Türklerin tarih sahnesine çıkışı ile başlamış ve günümüze kadar farklı kültürel etkileşimlerde bulunarak bugünkü halini almıştır. Dünyanın sayılı mutfakları arasında gösterilen Türk mutfağının meydana gelmesinde bazı faktörler etkili olmuştur. Bunlar Tarımsal yapı ve göçebe kültürünün etkisi, Başka toplumlardan etkilenme, Sosyo-Ekonomik düzeye göre farklılaşma, Türklerde davranış kalıpları, Yemeklerin bölgelere göre farklılık göstermesi ve Toplu

yemek yeme geleneği gibi faktörler mutfak kültürünün oluşmasında etkili olmuştur (Güler, 2010c: 26).

6.1. Tarımsal Yapı ve Göçebe Kültürünün Etkisi

Türklerin mutfak kültürüne etkilerinin başında yaşam koşulları ve tarım faaliyetleri gelmektedir. Göçebe bir toplum olması sebebiyle hayvansal gıdaları çok fazla tüketmişlerdir. Sadece hayvanların etinden değil sütünden, postundan vb. şekilde fayda sağlamışlardır. Yemekleri yerleşik hayata geçtikten sonra sebze ve kuru bakliyat ağırlıklı bir beslenme kültürüne sahiplerdir. O dönemde kuru fasulye, nohut gibi bakliyat ürünlerinin tüketimi yaygın olmakla beraber günümüzde de mutfak kültürümüzde fazlaca bakliyat ürünleri tüketilmektedir. Tarım ile uğraşmalarından dolayı mercimek, buğday vb. tarım ürünleri çok sık tüketilmekte maliyeti düşük olmasından dolayı da bu ürünler çorba yapımında kullanılmaktadır. Günümüzde de yemeklerde taneli çorba tüketimi çok fazladır. Özellikle mercimek çorbası, yoğurt çorbası gibi çorbaları kahvaltıda tüketimi de yapılmaktadır (Güler, 2010d: 26).

Göçebe bir toplum olması sebebiyle gittiği her bölgenin mutfak kültürünü öğrenmiş ve kendi benimsediği mutfak kültürü ile de birçok toplumu da etkilemiştir.

6.2. Başka Topumlardan Etkilenme

Mutfak kültürü her ülke de olacağı gibi bazı toplumları etkilemesinin yanında bazı toplumlardan da etkilenecektir. Türk mutfağı da geçmiş yıllardan beri gerek göçebe yaşam gerek de geniş kıtalarda hüküm sürmesi sebebiyle mutfak kültürü etkilenmiştir. Türklerin Anadolu'ya gelmesiyle beraber Romalılardan özellikle sütlü tatlıları öğrenmişlerdir. Bu sütlü tatlılar Tavukgöğsü, Kazandibi gibi tatlılardır. Günümüzde de hala bu tatlılar yapılmaktadır. Bizans mutfağından da özellikle balık ve zeytinyağlı yemekleri Türk mutfak kültürüne kazandırılmıştır. Günümüzde mutfak çeşitliliği, lezzet vb. alanlarda ilk üçte gösterilen Fransa ile Türk mutfak kültürünün birbirlerinden etkilendiği bilinmektedir. Fransa mutfağından pasta Türk mutfak kültüründeki yerini almıştır (Solmaz & Altın, 2018f: 120).

Anadolu mutfağı birçok ülkenin mutfak kültürünün etkilemiştir. Mısır mutfağının gelişmesinde Türk mutfağının katkısı olduğu bilinmektedir. Yunan mutfağı da Türk mutfak kültüründen etkilenmiştir. Bu komşu ülkeler arasında yemeklerin kime ait olduğu konusunda son zamanlarda çok sık tartışmalar yaşanmaktadır. Tartışmaların ortaya çıkmasında tarih boyunca devletlerin mutfaklarının birbirlerinden etkilenebilir olması etken olmaktadır. Türk mutfağı günümüzde de Dünya mutfakları arasında iyi bir konumda yer almaktadır (Düzgün ve Özkaya, 2015: 44).

6.3. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Farklılaşma

Türk mutfağının sosyo-ekonomik düzeye göre farklı olması geçmiş dönemden beri var olan ve günümüzde de mutfak kültürünü etkileyen bir konudur. Geçmiş dönemlerde insanlar göçebe bir yaşam sürdükleri için mutfakta kullanılan ürünlerde çok fazla bir fark olmamaktadır. Osmanlı döneminde mutfak kültüründeki görülen saray mutfağı ve halk mutfağı aslında mutfak kültüründe sosyo-ekonomik olgunun etkili olduğunun kanıtı niteliğindedir. Saray mutfağı daha çeşitli, gösterişli bir durumda iken halk mutfağı çeşitli ancak saray mutfağında olduğu kadar gösterişli olamaması sosyo-ekonomik düzeyin mutfak kültürlerinde etkili olduğunu göstermektedir.

6.4. Türklerde Davranış Kalıpları

Türkler geçmişten günümüze kadar misafirperver bir toplum olmuştur. Bu anlayış mutfak kültürüne de yansımıştır. Türk toplumlarında misafirlere önce bir şey içermişiniz yerine önce aç

olup olmadığı sorulur eğer tok ise içecek ikram edilmektedir. İçeceğin yanında da hamur işleri ile kurabiye vb. yiyecekler mutlaka yer almaktadır. Bu gelenek günümüzde de devam etmektedir.

Türklerde sofrada yemek yenilirken konuşulması hoş karşılanmaz, yemekler çabuk bir şekilde yenilmektedir. Yemek yenilirken sadece kaşık kullanılmaktadır. Osmanlı döneminde Batı etkisi ile birlikte Türk mutfak kültürüne çatal-bıçak girmiş daha sonra bunların kullanımı başlamıştır (Güler, 2010e: 28).

Türk mutfak kültüründe yemekler bütün aile bireyleri bir araya gelinmesi ile birlikte evde yenmektedir. Son zamanlarda hayat koşulların değişmesi, kadınların iş hayatına girmesi vb. sebepler sonucunda insanların dışarda veya hazır gıdaları tüketme sıklığı da artmaktadır.

6.5. Yemeklerin Bölgelerce Farklılık Göstermesi

Türk mutfağı yedi bölgede dahi farklılıklar gösterebilmektedir. Her bölgede tüketilen ürünler farklı olmasının yanı sıra pişirme şekilleri vb. faktörlerde farklılık gösterebilmektedir. Tüketilen ürünlerin o bölgede yetişiyor, üretiliyor olması da tercih edilmesini arttırmaktadır. Karadeniz bölgesinde balıkların fazla olması o bölgede beslenmede balık ağırlıklı bir yemek kültürünü oluşturmaktadır. Balığın fazlaca bulunması sebebiyle karedeniz bölgesi mutfağında hamsi tava, hamsi pilav, hamsi turşusu gibi birçok ürün yapılmaktadır. Ege ve Akdeniz bölgesinde de zeytinin yetişiyor olması bu bölgenin mutfak kültüründe zeytinyağı yemekleri ve zeytinyağı tüketimini arttırmaktadır.

Günümüzde güney bölgelerinde baharat tüketimi Arap mutfağının etkisi ile baharat tüketimi fazla iken Karadeniz bölgesinde veya diğer bölgelerde baharat tüketimi daha azdır. Bu yörede yaşayan insanların bu kültür içinde yer alması insanlarca benimsenmişken bazı bölgelerin tükettikleri veya pişirim şekilleri diğer bölgelerde farklı karşılanabilmektedir.

Türk mutfağında tahıl üretimi özellikle İç Anadolu bölgesinde çok fazla olması tahıl tüketiminde Türk mutfağında ilk sırada yer almasında etkindir. Tarımla ilgilenen bir toplum olması sebebiyle sebze tüketimi de ikinci sırada yer almaktadır. Ekonomik sebepler, vejetaryen yemek anlayışının ortaya çıkmasıyla da et tüketimi eski dönemlerdeki kadar çok sık tüketilmemektedir (Ertaş ve Karadağ, 2013: 124).

6.6. Toplu Yemek Yeme Geleneği

Türk mutfak kültüründe toplu yemek yenilmesi çok eski zamanlardan beri süregelen bir gelenektir. 6. yy dan itibaren Türklerin sadece evlerde aile arasında yemek yenilmesi alışkanlıkları özel günlerde, mutlu ve üzüntülü anlarında da yemek verme gelenekleri günümüz yıllarına kadar sürmüş mutfak geleneklerindedir.

Anadolu da bebeklerin doğumundan sonra ziyarete gelen misafirlere loğusa şerbeti ikram edilmektedir. Bir diğer gelenek bebeğin ilk dişinin çıktıktan sonra haşlanmış buğday ikram edilmektedir. Bu gelenek yöresel olarak diş börtmesi olarak da bilinmektedir.

Dini günlerde yemek verme geleneği de çok eski zamanlardan beri süregelmektedir. Türk kültüründe cenaze yemekleri de yapılmaktadır. Ölmüş kişinin cenazesinin defnedildiği gün sonrasında yedinci gün ve bazı yörelerde kırkıncı ve elli ikinci gün yemekleri de verilmektedir. Bu cenaze yemekleri cenaze sahibinin o an acısının bulunması sebebiyle komşuların evlerinde yapılan yemeklerce veya cenaze yakınlarının, akrabaların yemek vermesi, kuran okutması geleneği ile eski dönemlerden beri süregelmektedir.

Türkler mutlu günlerinde de yemek vermektedirler. Eski Türklerde düğün yemekleri, düğün toyu olarak yapılırdı (Kaya ve Akpınar, 2017: 341). Geçmiş dönemlerde insanlar bir araya gelerek, birlik ve beraberliğin oluşmasını sağlayan düğün yemekleri günümüzde de farklı yöresel

yemeklerin yapılmasıyla gelenek halinde devam ettirilmektedir (Koçak, 2013: 62). Ayrıca askerler sefere çıkarken ve seferden döndükten sonra helvalar yapılmaktaydı. Günümüzde asker yemekleri verilmesiyle Türk mutfak kültüründe yer alan gelenekler devam etmektedir (Yılmaz & Akman, 2019: 465).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Türk mutfak kültürü Orta Asya'dan başlamakta olup günümüze kadar gelen süreçte şekillenmiştir. Türklerin yaşam tarzları, farklı kültürlerle olan etkileşimi Türk mutfağını çeşitli ve lezzetli bir hale gelmesinde etkilidir. Türk mutfağı kültürü uzun dönemden beri devam eden gelenekleri ile dünya mutfakları arasında en iyi yerlerde bulunmaktadır.

Türklerin geçmiş dönemden beri mutfak kültürlerinde yapılan etkinlikleri günümüzde de görüyor olmamız büyük önem arz etmektedir. Bu etkinlikler geçmiş dönemlerde de toplu yemeklerin yapılıyor iken bunlar cenaze, düğün, sünnet gibi mutlu ve acı günlerinde yapılmakta olan bu geleneklerin günümüzde de yapılıyor olması, Türk mutfak kültürünün nesillerce devam ettirildiğinin kanıtlar niteliktedir.

Türk mutfağının yemekleri uzun dönemlerde farklı mutfak kültürlerinden etkilenmesi sonucu bazı yemeklerin ve mutfak alışkanlıkları unutulmaktadır. Bunların tekrardan kültürümüze kazandırılması için araştırmaların ve ilgili kurumlar tarafından gerekli çalışmaların yapılması gerekmektedir.

Türk mutfak kültürünü etkileyen sebepler mutfağa yön veren faktörler arasında yer almaktadır. Geçmiş dönemden başlayan Batı kültürü etkisi, insanların yaşam şartları, kadınların iş hayatına girmesi, gıda sektöründeki gelişmeler mutfak kültürünü de etkilemiştir. Türk mutfağında yeri olmasa da son dönemlerde fast-food beslenme gibi beslenme alışkanlıkları mutfaklarda yerini almaktadır. Bu batı mutfağına özenme devam etmesi durumunda halkın kendi mutfağına, kültürüne yabancılaşması gibi bir durumda yaşanabilecektir. İnsanların kendi zengin milli mutfak kültürüne sahip çıkarak gelecek kuşaklara yeme-içme kültürüne zarar görmeden ve özünü hiç kaybetmeden ulaştırılması gerekmektedir. Ayrıca Türk mutfağını gerekli tanıtımlar ile orijinal bir şekilde dünyada bilinmesi sağlanarak Türkiye'de önemli bir gelir sağlayan turizm açısından da katkıda bulunulacağı öngörülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ak, K. (2007). Osmanlı'Dan Günümüze Türk Yemek Kültüründe Seramik Yemek Kapları. Eskişehir Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Akın, G., Özkoçak, V., & Gültekin, T. (2015). Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi. 33-52.
- Ayyıldız, S. (2019). Turistik Konak İşletmelerinde Mutfağın Fiziksel Koşullarının Önemi: Safranbolu Yöresel Mutfak Mimarisi Üzerine Bir Araştırma. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9(2), 610-625.
- Çakıcı, A. C., & Eser, S. (2016). Yabancı Mutfak Şefleri Gözüyle Türk Mutfağına İlişkin Bir Değerlendirme. Journal of Tourism and Gastronomy Studies , 215-227.
- Demirgöl, F. (2018). Çadırdan Saraya Türk Mutfağı. Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi, 3(1), 105-125.
- Düzgün, E., & Özkaya, F. D. (2015). Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü. 41-47.
- Ersoy, Y. (2020, 27 Şubat). Türk Mutfak Kültürü. Haziran 20, 2020 tarihinde Altayli.net: <https://www.altayli.net/turk-mutfak-kulturu.html> adresinden alındı

Türk Mutfak Kültürü Evreleri ve Mutfak Sentezinin İncelenmesi

- Ertuş, Y., & Karadağ, M. G. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. Gümüřhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi , 117-136.
- Girgin, G. K., Demir, Ö., & Çetinkaya, V. (2017). Dünyanın En İyi Mutfakları ve Türk Mutfağı. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 219-229.
- Güler, S. (2010). Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi(26), 24-30.
- Hatipoğlu, A., & Batman, O. (2014). Osmanlı Saray Mutfağı'na Ait Gastronomik Unsurların Günümüz Türk Mutfağı İle Kıyaslanması. Seyahat ve Otel İşletmeciliğı Dergisi, 11(2), 62-74.
- Haydarođlu, İ. (2003). Osmanlı Saray Mutfagından Notlar. Tarih Araştırmaları Dergisi, 1-10.
- Kaya, F., & Akpınar, E. (2017). Kutadgu Bilig'De Türk Yemek Adabı Ve Kültürü. Electronic Turkish Studies, 12(21), 335-348.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk, E., & Sarışık, M. (2014). Türk Mutfak Kültürünün Tarihsel Gelişiminde Yaşanan Değışimler. AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14(3), 191-210.
- Koçak, K. (2013). Türk Kültür Tarihinin Bin Yıllık Başyapıtı: Kutadgu Bilig'den Bu Güne Ulaşan Gelenekler. Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, 4(13), 56-66.
- Önçel, S. (2015, Kasım 10). Türk Mutfağı ve Geleceğine İlişkin Değerlendirmeler. s. 33-44.
- Seçim, Y. (2018). Selçuklu ve Osmanlı mutfağının gastronomi açısından değerlendirilmesi. Journal of Tourism Theory and Research, 4(2), 122-132.
- Seyitoğlu, F., & Çalışkan, O. (2014, Aralık). Turizm Literatüründe Türk Mutfağı Üzerine Yapılan Araştırmaların Değerlendirilmesi. s. 23-35.
- Solmaz, Y., & Altınar, D. D. (2018). Türk Mutfak Kültürü Ve Beslenme Alışkanlıkları. Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi, 1(3), 108-124.
- Sürücüoğlu, M. S., & Özçelik, A. Ö. (2007). Türk Mutfak Ve Beslenme Kültürünün Tarihsel Gelişimi. Canas.Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi, 10-15
- Şahin, H. (2008). "Türkiye Selçuklu ve Beylikler Dönemi Mutfağı. Türk Mutfağı", Ankara, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, 39-55.
- Şanlıer, N., Cömert, M., ve Özkaya, F.D. (2012). "Gençlerin Türk Mutfağına Bakış Açısı", Millî Folklor, 24 (94): 152-161.
- Yalın, G. (2020). Kaybolmakta Olan Yerel Mutfak Kültürünün Turizme Kazandırılması: Balıkesir ili edremit körfezi örneğı. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliğı Anabilim Dalı Doktora Tezi.
- Yılmaz, G., & Akman, S. (2019). Osmanlıdan Günümüze Helvalar ve Helva-i Gazi'nin Gastronomik Değeri. Gastroia: Journal of Gastronomy and Travel Research, 3(3), 462-469.