



Folklorik Açıdan Bazı Yörelere Göre Türk Mutfağının Kısa Bir Değerlendirmesi

Çağatay ÜSTÜN¹, Nuray DEMİRCİ GÜNGÖRDÜ²

Özet

İki İngilizce kelimenin birleşmesinden oluşan "folk-lor" un anlamı (Folk: halk) (Lore: ilim) anlamına gelmekte ve halk bilgisi şeklinde özetlenmektedir. Bu çalışma alanı sayesinde toplumların belli yönlerden incelenmesi, değerlendirilmesi mümkündür. Folklorik incelemelerin içerisine yöresel alışkanlıklar, gelenek ve görenekler, beslenme türleri, yaşam tarzları da girmektedir. Sosyolojinin bir parçası olan folklor artık tüm dünyada tanımladığımız anlamına yönelik çalışmalarda bulunmaktadır. İnsanın giyinme, barınma, korunma gibi ihtiyaçlarını karşılarken bunlar arasında beslenmenin de ayrı bir yeri vardır. Canlıların yaşamaları için bazı besinleri temin etmeleri gerekmektedir. Beslenme özelliklerinin insanlar üzerindeki yansımaları kültüre, yöreye göre değişiklikler göstermektedir. Bu değişikliklerin en temel bileşenleri arasında, besine erişim, besin zincirinin temin edilmesi, gelenek ve göreneklere göre aktarılmış unsurlar bulunmaktadır. Her kültürün kendi içinde farklı mutfak anlayışı ve lezzeti vardır. Bu anlayış ve tarz ülkelerin yaşam biçimlerini, sosyal kimliklerini ortaya koyan önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Aynı şekilde Türklerin de beslenme sistemlerinin diğer ülkelerden farklı olduğunu söylemek mümkündür. Türk mutfağının folklorik açıdan ele alınmasında yörelerin de etkin bir rol oynadığını biliyoruz. Her yörenin kendine özgü beslenme alışkanlığı ve tarzı o yörenin temel özelliklerini oluşturmaktadır. Böylece ülkelerin beslenme açısından birbirlerinden etkilendikleri, yemek kültürünün getirdiği benzerlik ve farklılıkları nasıl algıladıkları çok daha rahat anlaşılabilir. Türk mutfağındaki zengin bileşenler aslında zengin bir folklorik mirasın özetidir. Makalemizde bazı yörelere göre Türk mutfağının belli özelliklerine değinerek folklorik açıdan kısa bir değerlendirmesini yapacağız.

Anahtar kelimeler : Folklor, Kültür, Türk mutfağı, Beslenme, Yörelere

A Brief Folkloric Overview of Turkish Cuisine With Examples From Some Regions

Abstract

The meaning of "folk-lore", which is formed by combining two English words, can be summarized as knowledge of common people as folk means "common people" and lore "knowledge gained through tradition". Owing to this field of study, communities can be examined and evaluated in some respects. Folkloric studies also involve regional habits, customs and traditions, eating habits,

¹ Prof. Dr., Ege Üniversitesi, cagatay.ustun@ege.edu.tr

² Dr. Öğr. Üyesi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, nuray.demirci@erdogan.edu.tr

and life styles. As part of sociology, folklore is now being studied worldwide in the sense we defined above. While people satisfy their needs such as clothing, sheltering and protection, eating also has a separate place among these. Living beings have to acquire some foods to be able to live. The reflection of eating habits on humans varies according to culture and region. The most basic components of such variances include access to food, establishment of the food chain, and elements that have been passed on through traditions and customs. Each culture has its own understanding and taste of a cuisine. We know that regions play an effective role in dealing with the Turkish cuisine in folkloric terms. The eating habits and styles specific to each region constitute the basic characteristics of that region. In this way, it can be more easily understood how countries influence each other in terms of eating habits and how they perceive the similarities and differences in their food cultures. This understanding and taste appears as an important feature that reveals the life styles and social identities of countries. Similarly, it is possible to say that the eating systems of Turks are also different from those of other countries. The rich components of the Turkish cuisine are in fact a summary of its rich folkloric heritage. In our article, we will provide a brief folkloric overview of the Turkish cuisine by mentioning certain characteristics of it in some regions.

Keywords: Folklore, Culture, Turkish cuisine, Nutrition, Regions

GİRİŞ

İnsanın yerleşik bir düzene geçmesiyle birlikte beslenme alışkanlıklarının değiştiğini, bu sayede yemek kültürlerinin de farklılaştığını, buna yetişen ya da yetiştirilebilen kaynakların çeşitliliğinin de katkıda bulunduğunu biliyoruz. Yöre mutfağı olarak bilinen durum; tarihin geçmişinden köken alan, inanışların, inançların da katkıda bulunduğu farklı coğrafyalardaki insan topluluklarının beslenme alışkanlığını ortaya koymaktadır.

Türkler açısından ele alındığında; atalarımızın bugüne kadar arkeolojik verilerle, Orhun Anıtları, Dede Korkut Destanları, Divan-ı Lûgat-it Türk, Babürname, Evliya Çelebi Seyahatnamesi gibi yazılı belgelerden elde edilen bilgilere göre anayurdun iklim ve toprak özelliğine göre uygun yetişen ürünlerle ve iş edinmiş oldukları hayvancılığa bağlı olarak bir beslenme kültürü oluşturduklarını fark ediyoruz. Türkler barınma olduğu kadar beslenme konusuna da önem vermişler, her şeyi olduğu gibi, yeme-içmeyi de bir esasa, bir protokole bağlamışlardı. Bu durum Anadolu'yu yurt edinmelerinden sonra da devam etmiştir. (Tokdemir 1993:110-112, Köymen 2002:364)

Uzun bir tarihsel geçmişe sahip Türkler mutfak konusunda da zengin bir kültüre sahiptir. Türk mutfağı denilince Türk yiyecek ve içeceklerini, bu yiyeceklerin hazırlanışında kullanılan araç gereçleri, yemek töresi anlaşılmaktadır. Anadolu'daki yemek zenginliğini kanıtlamak için bir örnek vermek gerekirse; Karadeniz bölgesinde hamsiden yapılmış yemek türleri, ayrıca mısır karışımı yemeklerin çeşitleri yirmiden fazladır. Yurdumuzda yemek yapmaya elverişli hayvan türlerinin yanında, pek çok çeşit sebze ve meyvenin de varlığını biliyoruz. Özellikle temel besin maddesi arasında olan buğday ve buna bağlı olarak hububat Türk mutfağın yer alan en önemli mahsullerdendir. Türk mutfağı denildiği zaman bunun iki bölümden oluştuğu, bunlardan birincisinin Osmanlı başkentleri ve büyük kentlerde saray, köşk ve

konaklardan kaynaklanan saray mutfağı, diğeri de yöresel Türk mutfağıdır. (Birin 1984:16-17)

Makalemizde ülkemizdeki bazı yörelere ilişkin mutfak ve yiyecek kültüründen örnekler vermeye çalışacağız.

Malatya Mutfağı

Geleneksel Malatya evinde mutfak ve kiler bulunur. Şehir ve köylerdeki tek katlı evlerde mutfak genellikle serin olması açısından kuzeye doğru yer alır. Kiler ise mutfağa bitişik bir başka bölümdür. Burada kışlık ve zahire cinsinden olan malzemeler saklanır. Bidonlardaki turşular, reçeller ve tenekelerdeki kavurmalar kaplık denilen kısımda sıralı olarak bekletilir. Buzdolabından önce yiyecekler avludan geçen akarsuyun üzeri tahtayla kaplı bir havuzdan geçirilmesiyle yapılan dolaplarda tencereler içinde bozulmadan saklanabilmekteydi. Malatya ve yöresinde yemekler yer sofrasında yenilirdi ve önce büyükler yemeğe başlar, ilk sofraya büyüklere, ikinci sofraya kızlara, gelinlere kurulum, eğer misafir (konuk) varsa, misafir yemeğini bitirmeden sofradan kalkılmazdı. Malatya ve yöresine ait önemli yemek çeşitlerinden bazıları şunlardır: Kuymak (Herle), Kömbe, Malatya kulak çorbası, Pirpirim çorbası, Gurut çorbası, Ayrınlı tarhana çorbası, Mercimek çorbası, Gendime çorbası, Tiritli Analı-Kızlı dolma köfte, Sıkma köfte, bilik köfte, Sumaklı ekşili köfte, Yumurtalı sıkma köfte, Mercimekli çiğ köfte, Yoğurtlu yaprak köfte, Kabaklı çimdik köfte, Yumru köfte, Pazı sarması, Mumbar dolması, Dut yaprağı sarması, Soğan dolması, Ekşileme, Tandır ekmeği, Yufka ekmeği, Otluk ekmeği.(Kaymaz 1982: 58-61)

Tekirdağ Mutfağı

Tekirdağ ve yöresine ait bazı yemek ve tatlı çeşitleri şunlardır: Akıtma, Bulama, Bulgurlu börek, Cizleme, Çeneçarpan çorbası, El basan tavası, Fafa, Gülbarak böreği, Katmer, Kapama, Keşkek, Kesme makarna, Kuskus, Kodrul, Ciğer sarması, Labada sarması, Manti, Mercimek dolması, Umaç çorbası, Mücver, Papaz mancası (Köpoğlu salatası), Tarhana çorbası, Zerde, Saraylı Höşmerim, Baba tatlısı, Güllaç, İrmik dolması, Kabak reçeli, Pelte. (Altun 1983: 213-226)

Eski Yörük-Türkmen Yerleşmelerindeki bir Yiyecek: Tutmaç

Bu ünlü Türk yemeği kültürümüzün içine kadar girmiştir. XI. Yüzyılda Kaşgarlı Mahmut tarafından kaleme alınan sözlükte tutmaç'ın Türklerin tanınmış bir yemeği olduğundan bahsedilerek buna bir efsane eklenerek şöyle nakledilir: Bu yemek Zülkarneyn'in (söylentiye göre İskender) bulduğu azıklardandır ve şöyle yapılmıştır: Zülkarneyn karanlıktan çıktıktan sonra azıkları azalmış. Bunun üzerine halk ona aılıktan yakınmış ve bizi aç tutma demek olan bizni tutma aç ve yolumuzu aç, biz yurtlarımıza gidelim gibi sözler söylemişler. Bunun üzerine Zülkarneyn bilginlerle konuşarak bu yemeği bulmuştur. Bu yiyecek bedeni kuvvetlendirir, kolaylıkla sindirilir. Tutmaç yenildikten sonra suyundan da içilir. Türkler bu yemeğe tutmaç demişlerdir. Aslı, tutma aç 'tır. Kendini acıktırma, böylece yemek yaparak ye demektir. Sümer, tutmaç'ın Oğuzların milli yemeklerinden olduğunu belirterek Türk Selçuklu ve

Osmanlı saraylarında rağbet gördüğüne yer verir. Ünver ise Fatih Devri Yemekleri isimli eserinde Fatih'in mutfağında divana gelen paşalara ikram için yoğurtlu tutmaç hazırlandığına yer verir. Küçük, dört köşe kesilerek kurutulmuş hamur ve mercimekle pişirilen bir çeşit yoğurtlu çorba olan tutmaç ülkemizde Isparta, Aydın, Bursa, Kütahya, Eskişehir, Bingöl, Erzincan, Van, Bitlis, Muş, Elazığ, Maraş, Hatay, Sivas, Konya, İçel ve Muğla'da yaygın olarak pişirilmektedir. (Toygur 1982:38)

Niğde'de Hamur İşi Yiyecekler

İnsanın un ve suyu karıştırıp yoğurarak elde ettiği humara fırınlarda pişirmesiyle oluşan ekmek, yüzyıllardır sofraların vazgeçilmezlerindedir.

Orta Anadolu'nun güney doğusundaki Niğde'de hamur işi ve ekmek kültürü folklorik açıdan önemli bir yere sahiptir. Şehir halkı somun ve pide adıyla bilinen çarşı ekmeğinden başka dört türlü mayalı ekmek daha hazırlamaktadır. Bunlar Mayalı ekmek, Tandır çöreği, Mayalı sepe ve Tepsi ekmeğidir. Mayalı ekmek ürünleri il merkezi ve civar kasabalarda (Bor, Ulukışla, Çamardı, Aksaray) pişirilen çöreklerdir. Özellikle mahalle fırınlarında pişirilen bu ürünler; mayalı ekmek, şekil itibariyle pide, karamanı, pide, halka olarak bilinir. Fırınlarda ekmekleri pişirmek için odunun yanında Toroslarda yetişen ve köylüler tarafından getirilerek satılan, keven denilen dikenli bir bitki yakılır. Bu bitki yaş bile olsa yandığı için halk arasında tuturuk diye anılır. Tandır çöreği ise, evlerdeki gömme tandırlarda pişirilmektedir. Mayalı teppe veya mayalı denilen hamur işi ürün ise tahta üzerinde oklava ile yassılaştırılan ve saç üzerinde pişirilmek suretiyle yapılan ekmek türüdür. Tepsi ekmeği olarak bilinen ekmek ise, mayalı hamurun tekne de iyice yoğurulduktan ve mayası geldikten sonra hamurun yağlanmış siniye veya kenarları yüksek bükülmek suretiyle hususi olarak sobacılara yaptırılmış dört köşe tavalara boşaltılarak fırına verilmesiyle hazırlanır. Niğde halkı bu ekmek türü ile özellikle mübadeleden sonra tanımaya başlamıştır. (Ongan 1959: 67-70)

Kastamonu Mutfağı ve Çorbaları

Kastamonu yöresinin yemeklerini ele alırken bu bölgede de belli bir ekmek kültürünün varlığını hatırlamak gerekir. Bunlar arasında Serpme yağlaması, Katmer, Cizleme, Pastırmalı ekmek, Yoğurt ekmek, Çullama ekmeği, Kete, Kıymalı pide, Sirken ekmeği, Kıkırdaklı ekmek, Kül çöreği, Şamsı, Katmerli çörek, Puf böreği, Çiğ börek, Pırasalı börek (büyük olasılıkla son yüzyıl içinde Arnavut asıllı muhacirlerce getirilmiştir), susamlı ve susamsız simit önemli bir yere sahiptir. Yine aynı şekilde Kastamonu pilavı türleri de meşhurdur. Pilav çeşitlerini yapmak için pirinç ve bulgur sıklıkla kullanılır. Hoşaf (komposto) için ise çoğunlukla elma, mürdüm eriği, ayva ve vişne'den yararlanılır. Tatlı olarak, su muhallebisi, Kazandibi, Tavuk göğsü, Keşkül, Hasûde, Soymuk, Baklava (halk arasında paklava olarak da bilinir), Sarığı burma, Tel kadayıf, Ekmek kadayıf, Kabak tatlısı, İncir tatlısı/dolması, Un helvası, Tahin helvası, Çekme helvası, Ceviz helvası, Höşmerim (cevizli), Yoğurt tatlısı, Lokma (cırık veya sıkma da denir) en iyi bilinenlerdir. (Abdulkadiroğlu 1992: 1-21)

Kastamonu yöresi çorbaları denildiği zaman, aslında bu yöreye özgü pek çok çeşit çorbanın varlığından haberdar oluruz. Yapılan bir araştırma sonucunda, birbirinden tamamen farklı olan yaklaşık 38 çorba çeşidi saptanmıştır. (<https://kizilcaorenhaber.wordpress.com/2017/10/30/turkiyenin-lezzet-sehri-kastamonu-812-cesit-yemek-51-cesit-ekmek-38-cesit-corba/>). Bu çorbaların yapıları aynı olduğu halde muhtelif yerlerde farklı isimlerle anıldığı görülmektedir. Çorbalar konusu açıldığında bu yemeği oluşturan malzemelerin de önemli bir yeri olduğunu vurgulamak lazımdır. Örneğin; tarhana, bulgur, keşkek, tatar, makarna, arpa yarması, erişte, tutmaç gibi çorbalıklar yine aynı yöreye özgü bir şekilde hazırlanmaktadır. Kastamonu bölgesinde yoğun bir şekilde tüketilen çorba çeşitleri şunlardır: Tarhana çorbası (sade, ekşili, kızılıklı, sütlü, yoğurtlu veya ayranlı/aktarhana, pancarlı), Bulgur çorbası (sütlü, yoğurtlu, mercimekli, mısırlı), Pirinç çorbası (sade, sütlü, yoğurtlu-ayranlı, mercimekli, terbiyeli, tavuk etli/toyga), Mercimek çorbası (pirinçli-bulgurlu), Keşkek çorbası, Aşure çorbası, Bulamaç çorbası (pirinçli, mercimekli, ekşili, mısırlı, nişastalı, Ovmaç çorbası (sade, pirinçli), Miyane çorbası, Tatar çorbası, Makarna çorbası, Erişte çorbası, Tutmaç çorbası, Ekmek çorbası, İrmik çorbası, Düğün çorbası, Şehriye çorbası, İşkembe çorbası, Baş çorbası, tepsi çorbası, Çarpan (balık) çorbası, Patatis (patates) çorbası, Sebze çorbası, Kestane çorbası, Fasulye çorbası, Gülü çorbası, Mantar çorbası, Haşul çorbası. (Gökoğlu 1963: 24-38)

Antakya Mutfağı

Antik çağlardaki ilk kuruluş döneminden itibaren günümüze kadar pek çok uygarlığa ev sahipliği yapan Antakya'nın da belli bir mutfak kültürü vardır. Bu konuda 1990 yılında hazırlanmış Antakya Mutfağı başlıklı eserin içeriğinde, yöreye özgü mezeler, turşular, çorbalar, et ve balık yemekleri, oruklar, sebze yemekleri, pilavlar, dolmalar, börekler ve tatlılar, kurabiyeler, reçeller ve likörler ele alınmıştır. Tasniflenmiş yaklaşık 187 çeşit yemeğin yöreye özgü anılan isimleri ve yapıları usulleri vardır. (Nakip 1990: 51)

Antakya mutfağı kültürünün burada yaşayan veya buraya gelmiş insanların inanç, gelenek ve göreneklerle şekillenmiş yemek hazırlama alışkanlıklarıyla yakın bir ilgisi vardır. Bu mutfakta tipik bir Akdeniz mutfağında kullanılan malzemelerin tümü kullanılır (Örneğin baklagiller ve tahıllar, zeytinyağı). Bunun yanında kuyruk yağı ve iç yağı da yemeklerde kullanıldığı gibi bunların karışımları da kullanılmıştır. Örnek olarak iç yağı ve tereyağı ikilisini kurabiyelerde kullanılmasıyla gevreklik sağlanmış, zeytinyağı ile tereyağını karıştırılması suretiyle ise (Kaytaç böreği) tereyağından tasarruf sağlanmaya çalışılmıştır. Kuyruk yağının kullanımının Antakya mutfağına büyük ihtimalle Orta Asya mutfağından girmiş olduğu düşünülebilir. Çünkü bu mutfaklardaki yemeklerin çok yakın tariflerle diğer yöre mutfaklarında yaşadığını görmekteyiz (Hamis, Karışık Ciğer, Kavurma). (<http://hataygastronomi.com/arsivler/3708>)

Antakya yemeklerinin kendine özgü yanları yanında Akdeniz Bölgesi'nde yer alan diğer illerle de benzer ve ortak yemekleri bulunmaktadır. Bu benzerlik en çok bölge içerisinde yer almayan Gaziantep ile bölge içerisinde yer alan ve Hatay iline sınır komşu

olan Adana ve Mersin illerinde görülmektedir. Antakya'nın özellikle kendine has geleneksel yemekleri, meze ve salataları, yiyecekleri şunlardır:

Yemekler: Oruk ekşi aşı, yoğurt aşı, yılan balığı, tuzlu yoğurt çorbası, tepsi kebabı, kağıt kebabı, bulgur öccesi, kimyonlu kebab, pirinç köftesi, şihul mahşi, şeyh mualla, marul aşı, boraniye, söğürme, kemmunlu aş, firikli aş, kömeçli bulgur pilavı, keşir dolması.

Meze ve Salatalar: Humus, hettüş, bakla ezmesi, cevizli biber, abugannuş, tarator süzme yoğurt, zeytin salatası, zahter salatası.

Diğer Yiyecekler: Bayram semirseği, kaytaş böreği, külçe şenköy helvası, künefe, kake, katıklı ekmek, biberli ekmek, tandır ekmeği, kömbe, taş kadayıfı, kabak tatlısı. (Şahin 2003)

Isparta ve Anadolu'da Yaygın Bir Yemek: Gözleme

Anadolu'nun pek çok yerinde hamur işi ürünlerin farklı türleri bulunmaktadır. Dikkat çeken bir mutfak kültürü Isparta ve yöresinde yaygın tüketilen gözlemedir. Genel anlamda ismi gözleme olarak bilinen bu yiyecek Isparta ve yöresinde gelincik böreği, borlu böreği/kuyruğu sulu, etli senget sac böreği isimleriyle de bilinmektedir. Bu gözleme, özellikle Isparta ve çevresi yörük kültüründe peynirli veya ıspanak ya da gelincik otu ile hazırlanan, el açması ve sac üzerinde pişirilmesi şeklinde yapılan ve günün her zamanı veya sabahları kahvaltıda yenilen bir yemektir. (<http://www.rotamisparta.com/PortalAdmin/Uploads/AnasayfaDokumanlar/f4c88fec16217.pdf>)

Isparta'da ve Anadolu'nun pek çok yerinde yaygın olan gözleme Türklerin çok eski zamanlardan beri un, tuz, yağ ve su ile karışım oluşturarak hazırladıkları bir yemektir. Isparta yöresinde sac böreği denilen gözlemenin tarihi çok eskilere dayanmaktadır. Kökleri eski Türk tahıl pişiriciliğine kadar uzanan ve göçebe kültürde basit levha üzerinde ekmek elde etme düşüncesi çok cazip gelen bir yöntemdi. Kaşgarlı Mahmut'a göre hamuru korda pişirmeye gözleme, külde pişirmeye közleme deniliyordu. Yine 13.yy'a ait Mesnevi'de Mevlana yufkayı lavaş olarak tanımlamıştır. Gözleme'de un, su tuz karışı hamur haline getirilir, kesici bir aletle bu hamurdan bezeler kesilir ve bunlar oklava yardımıyla yufka gibi açılır, açılan hamur her iki taraftan katlanır ve içine dolgu malzemesi olarak peynir, kıyma, soğan, domates, baharat, biber eklenir, sonrasında katlanmayan kısımlar bunun üzerine katlanarak uçları kapatılır ve fırça ile üzerine yağ sürülerek kızgın sacın üzerinde pişirilmeye bırakılır. Pişen taraf çevirgeç-attırgeç-pişirgeç denilen ağaç bir alet yardımıyla her iki tarafı çevrilerek tam pişmesi sağlanır. Isparta yöresinde yine gözleme gibi katmer diye bilinen hamur işi türü de vardır. Katmerle arasındaki fark katmerin rulo hamurun yağ, kimi zaman tahin ile karıştırılarak yoğurulması ve açılmasıyla elde edilmesidir. (Kılıç 1998: 104-106)

Kayseri Mutfağına Kısa Bakış

Ülkemizdeki yöresel mutfaklar içinde Kayseri'nin de ayrı bir yeri vardır. Bileşimlerinde tahılların esas olduğu ve yoğurt, peynir, kuru baklagiller ve etle

zenginleştirilen Kayseri yemekleri arasında Etlı Mantı, Kurşun Aşı, Cevizli Peynirli Makarna, Tennuri Çorbası, Tarhana (yaş) çorbası bulunmaktadır. Tennuri çorbası 15.yy'da Kayseri'de yaşamış, şair, hekim olan Akşemseddin'in öğrencilerinden Şeyh İbrahim Tennuri'nin dergahında pişirilip dağıtılan bir yemektir. Halen Kayseri'de yapılmaktadır. Nohut, mercimek un, pirinç, kıymadan, salçalı yağdan oluşan bir içeriği vardır. Kayseri mutfağındaki yemeklerin enerji ve protein kalitesi değerlerinin yüksek olduğu uzmanlar tarafından yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır. (Aykut 1991: 73-79)

Doğu Karadeniz Bölgesi'nden Dört Farklı Tad: Mısır, Hamsi, Akçaabat Köftesi ve Beton Helva

Türk mutfağı içerisinde önemli bir yeri olan Karadeniz mutfağı, kendine özgü yapısını koruyan ender mutfaklardan biridir. (Kızılırmak 2014:75-83) Doğu Karadeniz Bölgesi, diğer bölgelere göre farklı coğrafi şartlara sahip olmakla birlikte bölgenin genelinde benzer bir mutfak kültürü hakimdir. Bölgenin temel gıdalarından bir tanesi mısır unundan elde edilen mısır ekmeğidir. Geleneksel bölge mutfağının mısır ekmeği ile birlikte diğer ayırt edici unsurları karalahana ve hamsidir. Yemeklerde kullanılan temel malzemeler; karalahana, kabak, taze veya kuru fasulye, hamsi/alabalık, mısır unu, tereyağı ve iç yağıdır. Yemekler, bu malzemelerin tek başlarına ya da çeşitli birleşimlerle ve değişik tekniklerle pişirilmesiyle hazırlanır. (Kızılırmak 2014: 75-83)

Yöreye özgü hamsili yiyeceklerin başında hamsili ekme, hamsili pilav, hamsi çığırtası, hamsi köftesi ve kiremitte hamsi gelmektedir. Rize mutfağına ait bazı yöresel yemekler muhlama, hamsikoli (hamsili ekme), pepeçuradır. (Ertaş 2013:117-136)

Karadeniz mutfağına ait bir diğer önemli lezzet de Akçaabat köftesidir. Akçaabat köftesinin tarihçesine bakıldığında 1930'lu yıllardan günümüze kadar geldiğini görmekteyiz. Akçaabat köftesi kıyma, kıymanın birbirlerine bağlanabilmesi için belirli ölçüde ekme ve az miktarda sarımsak karışımından oluşur (<http://www.akcaabatkoftesi.com.tr/tarihce.htm>). 555 sayılı Coğrafi İşaretlerin Korunması Hakkında Kanun Hükmünde Kararname'nin 12. maddesi gereğince Akçaabat Köftesi'nin tescil belgesi bulunmaktadır. (<http://www.akcaabatkoftesi.com.tr/tescili.htm>)

Karadeniz Bölgesi'nin Trabzon iline özgü bir diğer tatlı da beton helvadır. Farklı yörelerimizde tahin helva olarak da bilinen bu tatlı, 1953 yılından itibaren nam-ı diğer "gizli tarif ustası" olarak nitelendirilen Mustafa Özbak tarafından geleneksel hale getirildiği bilinmektedir. Halen üretilmekte olan ve fabrikasyon tarzına direnerek geleneksel yöntemlerle üretilmeye devam edilen beton helvanın içeriğinde tahin, doğal pancar şeker³, emülgatör (bitkisel) çöven ekstraktı, kakao, doğa ile özdeş aroma (vanilin), asit düzenleyici (sitrik asit) bulunmaktadır. (<http://betonhelva.com.tr/category/helva/>)

³ Özellikle Amasya ve Erzurum yöresinde üretilen pancar şekeri tercih edilmektedir.

SONUÇ

Türk mutfağında gelişmiş alışkanlıkların da katkısıyla belli bir yiyecek kültürünün oluştuğuna ve bunun folklorik kökenlerinin yörelerin ve bu yörede yaşayanların yaşam biçimiyle şekillendiğini görüyoruz. Bu çalışma ile ülkemizde farklı bölgelere ait belli yörelerdeki yiyecek kültürünün Türk mutfağı üzerindeki yansımaya değinilmeye çalışıldı. Yiyecek kültürü denildiği zaman mutlaka her yöreye ilişkin tek bir yiyecek ve buna bağlı geleneklerden bahsetmek mümkün değildir. Çünkü kültürler arası etkileşim ve gelişim sayesinde belli bir yöredeki bir yiyecek bir başka yörede farklı türlerde ve farklı malzemelerle hazırlanabilir. İnsanın beslenmesine ilişkin alışkanlıkların bu nedenle birbirine benzemiş olması tesadüf değildir. Makalemizde Anadolu coğrafyasındaki farklı yörelerin yiyecek ve mutfak kültürünün içeriğine verilen kaynaklar temelinde kısaca değinilmiş ve bir değerlendirmede bulunulmuştur. Takdir edilmelidir ki, mutfak ve yiyecek kültürü çok geniş bir kavramdır ve bunun da bilimsel bir makale tarzında sunulması imkanı yoktur. Burada verilen bilgilerin, yararlanmak isteyenler tarafından daha da geliştirilerek başka çalışmalara öncülük etmesi beklenen bir sonuç olmalıdır.

KAYNAKÇA

Abdulkadiroğlu A. (1992).Kastamonu Mutfağı (Dünü-Bugünü). *IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri*. 1992. Ankara. ss. 1-21.

Akçaabat Köftesi Tarihçe. <http://www.akcaabatkoftesi.com.tr/tarihce.htm> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 23.01.2018)

Akçaabat Köftesi Tescili. <http://www.akcaabatkoftesi.com.tr/tescili.htm> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 23.01.2018)

Altun E. (1983). Tekirdağ'a Özgü Yemekler, Tekirdağ Folklor Araştırması (2). *Tekirdağ Folklorundan Örnekler*, 213-226.

Aykut M., Köker AH. (1991). *Bazı Selçuklu Yemekleri ve Besin Değerleri/Selçuklular Devrinde Kültür ve Medeniyet*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Gevher Nesibe Tıp Tarihi Enstitüsü, 13:73-79.

Beton Helva. <http://betonhelva.com.tr/category/helva/> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 23.01.2018)

Birer S. (1984). *Türk Toplumunda Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Türk Mutfağının Özellikleri, Türk Folklor Araştırmaları*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayını, 16-17.

Ertuş Y, Gezmen Karadağ M. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1):117-136.

Gökoğlu A. (1963). Kastamonu Çorbaları. *Türk Etnografya Dergisi*, 5: 24-38.

Hatay Mutfağının Karakteristik Özellikleri. <http://hataygastronomi.com/arsivler/3708> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 08.06.2018)

Isparta Mutfağı “Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler”. <http://www.rotamisparta.com/PortalAdmin/Uploads/AnasayfaDokumanlar/f4c88fec16217.pdf> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 08.06.2018)

Kaymaz Z. (1982). Malatya Mutfağı. *Kültür ve Sanat*, 16: 58-61.

Kılıç A. (1998). *Bir Anadolu Yemeği: Gözlemel/Isparta Halk kültüründen Örnekler, Türk Halk Kültüründen Derlemeler*. Ankara: Kültür Bakanlığı Halk Kültürlerini Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları, 104-106.

Kızırmak İ, Albayrak A, Küçükali S. (2014). Yöresel Mutfağın Kırsal Turizm İşletmelerinde Uygulanması: Uzungöl Örneği. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 4(1): 75-83.

Köymen MA. (2002). *Alp Arslan Zamanı Türk Beslenme Sistemi*. Ankara: Yeni Türkiye Yayınları, 5: 364.

Nakip B. (1990). Antakya Mutfağı. *Güneyde Kültür Fikir ve Sanat Dergisi*, 2:17.

Nazım Çokişler, Ali Türker. (2015). Mutfak Kültürünün Turizm Ürünü Olarak Kullanım Etkinliğinin İncelenmesi: Ayder Turizm Merkezi Örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 6(14):122-136.

Ongan H. (1959). Niğde’de Ekmek ve Kış Ekmeği Faaliyetleri. *Türk Etnografya Dergisi*, 3:67-70.

Toygar K. (1982). Türklerin En Eski Yemeklerinden Tutmaç. *Meydan Dergisi*, 38:606-88.

Tokdemir, H. (1993). Artvin Yöresi Folkloru. 110-112, Ankara.

Türkiye’nin Lezzet Şehri Kastamonu. <https://kizilcaorenhaber.wordpress.com/2017/10/30/turkiyenin-lezzet-sehri-kastamonu-812-cesit-yemek-51-cesit-ekmek-38-cesit-corba/> adresinden erişildi. (Erişim Tarihi: 12.06.2018)

Şahin, K. (2003). Antakya Geleneksel Yemek Kültürünün Beslenme Antropolojisi Açısından İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hatay.