

GİRESUN YÖRESİ VEJETARYEN MUTFAK KÜLTÜRÜ ÜZERİNE HALKBİLİMSEL BİR ARAŞTIRMA*

A FOLKLORIC RESEARCH ON VEGETARIAN CULINARY CULTURE IN GİRESUN REGION

ФОЛЬКЛОРОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЕГЕТАРИАНСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГИРЕСУНСКОЙ ОБЛАСТИ

İlker AVCIOĞLU**

ÖZ

Dünyanın en zengin mutfak kültürleri arasında yer alan Türk mutfağında, hayvansal gıdalar önemli bir yere sahiptir. Her ne kadar Türk mutfağı denilince ilk akla gelen hayvansal gıdalar olsa da tarihi kaynaklar sebze, meyve ve ot yemeklerinin de Türk mutfağında önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Ancak, Türk mutfağının bu yönü ile ilgili yapılan bilimsel çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu çalışmada, Giresun mutfak kültürünün vegan yönü tanıtılmaya çalışılmıştır. Araştırma, 02.10.2017-02.06.2018 tarihleri arasında Giresun ilinde 13 ilçe, 2 belde ve 15 köyde toplam 37 kaynak kişiyle nitel araştırma veri toplama tekniklerinden, yarı yapılandırılmış görüşme metodu kullanılarak yapılmıştır. Kaynak kişilerle yapılan görüşmeler kayıt altına alınmış ve metne dönüştürülmüştür. Yöre halkı tarafından genel olarak “ot yemekleri” olarak adlandırılan yemekler tespit edilmiştir. Kaynak kişilerle yapılan görüşmeler neticesinde vejetaryen Giresun mutfağı örnek menüsünü hazırlanmıştır. Örnek menüde; 27 çorba, 25 yemek, 15 dible, 15 kavurma, 11 kızartma, 9 mihlama, 5 tuzlu, 7 mücver ve 4 yağlaş olmak üzere 9 kategoride toplam 118 adet vejetaryen yemek tespit edilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler ilerleyen dönemlerde Türk mutfağında sebze, meyve ve ot yemekleri ile ilgili yapılacak bilimsel çalışmalara kaynak olacaktır. Ayrıca, Giresun mutfak kültürünün vegan yönü üzerine gerekli yatırımların ve tanıtımların

* Bu araştırma, Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı tarafından desteklenen ve Kültür Araştırma Merkezi Derneği tarafından Giresun ilinde 02.10.2017-02.06.2018 tarihleri arasında uygulanan “Gençler Milli Kültüre Sahip Çıkıyor” projesinden üretilmiştir. (Proje No: 2017-M-140)

**ORCID: [0000-0003-3028-8730](https://orcid.org/0000-0003-3028-8730), Öğr.Gör., Giresun Üniversitesi, Şebinkarahisar Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, ilker.avcioglu@giresun.edu.tr

Etik Beyanı: Araştırmada, 2020 yılı öncesi veriler kullanıldığından etik kurul raporuna yer verilmemiştir.

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

yapması durumunda, bölgenin ve dolayısıyla da ülkemizin alternatif turizm potansiyeline katkı sağlayacağı kanaatindeyiz.

Anahtar Kelimeler:kültür, yöresel mutfak, Giresun, vejetaryen mutfak, alternatif turizm.

ABSTRACT

Animal foods have an important place in Turkish cuisine, which is among the richest culinary cultures in the world. Although animal food comes to mind first when it comes to Turkish cuisine, historical sources suggest that vegetable, fruit, and herb dishes have an important place in Turkish cuisine. However, scientific studies of this aspect of Turkish cuisine are quite limited. This study sought to promote the vegan aspect of Giresun's culinary culture, which represents a part of Anatolian cuisine and is commonly referred to by local people as "weed food." The research was conducted using a semi-structured interviewing method from qualitative research data collection techniques with a total of 37 native persons in 13 districts, 2 towns, and 15 villages in Giresun province between 02.10.2017 and 02.06.2018. Conversations with the native persons were recorded and converted into text. As a result of interviews with natives, the vegetarian Giresun cuisine sample menu was prepared. In the sample menu; A total of 118 vegetarian meals were identified in 9 categories, including 27 soups, 25 meals, 15 cold vegetable dishes, 15 roasts, 11 frying meals, 9 omelets (mihlama), 5 salty foods, 7 vegetable patties, and 4 greasy foods. The data obtained in the study will be a reference for further scientific studies on vegetable, fruit, and herb dishes in Turkish cuisine. We also believe that if the necessary investments and promotions on the vegan aspect of Giresun's culinary culture are done, it will contribute to the alternative tourism potential of the region and therefore our country.

Keywords: Culture, Regional Cuisine, Giresun, Vegetarian Cuisine, Alternative Tourism.

АННОТАЦИЯ

Продукты животного происхождения занимают важное место в турецкой кухне, которая является одной из самых богатых кулинарных культур в мире. Хотя при упоминании турецкой кухни в первую очередь приходят на ум продукты животного происхождения. Исторические источники показывают, что блюда из овощей, фруктов и трав так же занимают важное место в турецкой кухне. Однако научные исследования этого аспекта турецкой кухни очень ограничены. В этом исследовании была предпринята попытка представить веганский аспект кулинарной культуры Гиресуна, который представляет собой часть анатолийской кухни и обычно называется "блюдами из трав". Исследование проводилось в период с 02.10.2017 по 02.06.2018 в провинции Гиресун, 13 районах, 2 городах и 15 селах с привлечением 37 специалистов с использованием методов сбора качественных исследовательских данных и метода полуструктурированного интервью. Устные интервью были записаны и переведены в письменные тексты. В результате интервью было подготовлено примерное меню вегетарианской кухни Гиресуна. В примерном меню всего было выделено 118 вегетарианских блюд в 9 категориях, в том числе 27 супов, 25 блюд, 15 диблей, 15 кавурма, 11 жареных, 9 михлама, 5 солёных, 7 мюквер и 4 жирных. Данные, полученные в ходе исследования, станут источником научных исследований блюд из овощей, фруктов и трав турецкой кухни в будущем. Кроме того, мы считаем, что, если будут сделаны необходимые инвестиции и продвижение веганского аспекта кулинарной культуры Гиресуна, это будет способствовать развитию альтернативного туристического потенциала региона и, следовательно, нашей страны.

Ключевые слова: культура, местная кухня, Гиресун, вегетарианская кухня, альтернативный туризм.

1. GİRİŞ

Beslenme, insanın fiziksel ve biyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında en temel unsurdur. Her toplumun yaşadığı coğrafya, evreni algılama biçimi ve inanç sistemi farklı olduğundan, toplumların beslenme şekilleri de birbirinden farklıdır.

İşlevsel halkbilimi kuramının önemli temsilcilerinden Molinowski, 1926 yılında yayımlanan “İlkel Psikoloji’de Mit” adlı çalışmasında kültür ile ilgili önemli tespitler yapmıştır. Molinowski’ye göre, insan beslenme, üreme ve sağlığı koruma ihtiyaçlarından doğan sorunları çözmelidir. İnsan, organizmasının ihtiyaçlarını karşılaması için bazı etkinliklerde bulunması gerekir. İnsanın temel ihtiyaçlarını karşılamak için girişimde bulunduğu eylemler kültürel yanıtları doğurur (Çobanoğlu, 2002: 224-225). Ünlü psikolog Abraham Maslow, insan davranışlarının temel sebeplerini araştırmak için klinik gözlemlere başvurmuştur. Klinik gözlemlerden faydalanarak insan davranışlarının nedenlerini tespit etmiş ve önem derecesine göre bir sınıflandırma yapmıştır (Hodgetts,1999: 291). Maslow’un, 1943 yılında yayımladığı “A Theory of Human Motivation” makalesinde insan yaşamındaki ihtiyaçlardan yola çıkarak ortaya attığı “İhtiyaçlar Hiyerarşisi Piramidi” teorisinde yemek, pramidin en temelindeki ihtiyaçlar arasında yer almıştır. Maslow’a göre, belli bir hiyerarşi içerisinde insanın en temel ihtiyaçlarından hareketle en alt basamaktaki bir ihtiyaç karşılanmadan bir üst basmağa geçilemez. İhtiyaçlar piramidi teorisine göre, piramidin en alt tabakasını hava, besin, su, uyku, cinsellik ve boşaltım ihtiyaçları yer almaktadır (Maslow,1943:370-396). Bu bağlamda beslenme, insanın biyolojik ve fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasında en temel unsur olarak karşımıza çıkar. İnsanın beslenme ihtiyacı bütün toplumlarda geçerli bir olgu olmasına karşın, toplumların bu ihtiyacı karşılama şekillerindeki farklılıklar yemek kültürlerinin çeşitlenmesini sağlamıştır.

Bir kodlama sistemi olarak yemek, toplumların dünya görüşlerini yansıtır. Toplumların kültürel belleğinde yer alan bu kodlama sistemi, toplumu oluşturan grup üyelerinin sosyal yapıda kimlik kazanmasını sağlar (Eker, 2018: 170-172). Bu özelliği ile yemek, toplumsal kimliklerin oluşmasını sağlayan en önemli unsurlardan biri olarak kabul edilebilir. Yemek kültürü, toplumsal dayanışmayı güçlendiren ve gündelik hayatı düzenleyen bir yapıya sahiptir. Bu işlevi ile yemek, toplumun sürekliliğine katkı sağlar.

Mutfak kültürleri içerisinde vegan unsurlar, son yıllarda gittikçe yaygınlaşmaktadır. Vegan beslenme tarzı, insanların yemek tercihlerindeki eğilimlerin bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Vegan beslenme tarzını benimsemiş bireylere “vejetaryen” adı verilir. Fransızca kökenli bir kelime olan “vejetaryen” sözcüğü Türkçe Sözlük’te “*etyemez*” olarak tanımlanmaktadır (<https://sozluk.gov.tr/>).

Uluslararası Vejetaryenler Birliğine göre, lacto-ovo vejetaryenlik, lacto vejetaryenlik ve ovo vejetaryenlik gibi vejetaryenlik tipleri mevcuttur. Vejetaryenlik tiplerinin ortak noktası kırmızı etin tüketilmemesidir. Tiplerin farklı isimler alma sebebi ise; balık, tavuk ve hayvansal ürünlerin (yumurta, süt, bal vb.) tüketilip

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

tüketilmemesi meselesidir. Örneğin, lacto vejetaryenler yumurta dışındaki hayvansal ürünleri tüketebilirken; ovo vejetaryenler hayvansal ürünlerden sadece yumurtayı tüketebilmektedir (<https://ivu.org>).

The Vegan Society tarafından yapılan tanıma göre veganlık; hayvan sömürsünün her şekline karşı çıkan felsefi bir yaşam şeklidir (www.vegansociety.com). Vejetaryenler, katliam ürünlerini ve yan ürünlerini yemezler. Bu nedenle veganlar tohum, ot, bakliyat, meyve ve sebze ile beslenirler. Kırmızı etin yanı sıra tavuk eti ve deniz ürünleri tüketilmeyen gıdalardandır (www.vegsoc.org). Bu bağlamda vegan beslenmenin birçok şekli olduğu söylenebilir.

Bireyin vejetaryen beslenme tarzını benimsemesinde etkili faktörlerden biri de vegan menülerin sağlıklı beslenme şekli olarak görülmesidir. Tıbbi araştırmalar vejetaryen bireylerde obezite, kalpdamar hastalıkları, hipertansiyon ve kanser gibi hastalıkların daha az görüldüğü tespit edilmiştir. Ancak, vejetaryen beslenme tarzını benimsemiş kişilerde yetersiz beslenme sonucu anemi, B12 vitamin eksikliği, osteoporoz gibi sağlık problemlerinin görülme olasılığının yüksek olduğu ifade edilmektedir (Tunçay, 2018: 26).

Hayvanların katledilmesini insanlık dışı eylemler olarak değerlendiren veganlar, hayvanlara yapılan haksızlıkları protesto ederler ve dolayısıyla hayvanlardan elde edilen yiyecek ve içecekleri tüketmezler (Wrenn 2011: 22). Bu özelliği ile veganlık, postmodern bir kimliği temsil etmektedir (Yegen ve Aydın, 2018: 94-95). “Postmodern” ve “postmodernizm” terimleri günümüzde sosyo-kültürel hayatta ve sanatta sıklıkla kullanılmaktadır. Moda bir kavram olan postmodernizm, bir olgular bütünüdür. Postmodernizmin birçok şekli olmakla beraber genel olarak kültür, sanat ve felsefe alanlarında karşımıza çıkar (Morawski, 1996:1-2). Veganların doğaya duydukları hassasiyet gereği hayvansal ürünleri tüketmemeleri, küresel dünyaya bir başkaldırı olarak değerlendirilebilir.

Doğaya duyulan hassasiyet, hayvanların sömürülmesine bir tepki, sağlıklı yaşam arzusu, dini inanışlar vb. unsurlar vegan/vejetaryen beslenme tarzının mutfak kültürleri içerisinde yer almasını ve yaygınlaşmasını sağlamıştır. Dünyada yaygınlaşan vejetaryen beslenme tarzı bir alternatif turizm çeşidi olan gastronomi turizmini etkileyen önemli bir faktördür. Vegan turistler, farklı yemekleri tatmak amacıyla vegan mutfağın zengin olduğu bölgeleri tercih etmektedir. Yöresel mutfaklardaki vegan menüler turistik destinasyonların tanıtılmasında önemli bir yere sahiptir.

Bu çalışmada, Giresun mutfak kültürünün vegan yönü ele alınmıştır. Araştırma, 02.10.2017-02.06.2018 tarihleri arasında Giresun ilinde 13 ilçe, 2 belde ve 15 köyde toplam 37 kaynak kişiyle yarı yapılandırılmış görüşme metodu kullanılarak yapılmıştır. Kaynak kişilerle yapılan görüşmeler kayıt altına alınmış ve metne dönüştürülmüştür. Elde edilen veriler değerlendirilmiş ve Giresun vejetaryen mutfağı menüsü oluşturulmuştur. Kaynak kişilerden Ayşe BİLGE (KK.11), Şükran KASAP (KK.20), Ümmühan AYDIN (KK.21), Ayşe TOKNAZ (KK.25), Hüriye ŞEN (KK.26), Çiğdem NALDEMİRCİOĞLU (KK.27), Leyla KÜRKÇÜ (KK.34) ve Pervin DİZDAR (KK.35)'in tarifleriyle vejetaryen Giresun mutfağından

örneklere yer verilmiştir. Çalışmada yer alan görseller kaynak kişilerden Ümmühan AYDIN (KK.21) tarafından hazırlanan yemeklerden elde edilmiş ve Giresun'un Piraziz ilçesinde 05.05.2018 tarihinde görüntülenmiştir.

2. TÜRK KÜLTÜRÜNDE YEMEK

Toplumsal kimlik açısından yemek olgusu, Türkler arasında önemli bir yere sahiptir. Türk kültüründe av törenleri, doğum, düğün, eğlence, ölüm vb. toplumsal uygulamalarda ve ritüellerde yemek temelli serenomiler önemli bir yer tutmaktadır (Beşirli,2010: 163). Yemek kültürü, malzemeleri bakımından maddi kültür; gelenek, görenek ve uygulamaları bakımından ise somut olmayan kültür unsurları arasında yer almaktadır (Durbilmez, 2019: 25-28). Özel günlerde yemeklerin toplu halde yenmesi Türk kültüründe önemli bir yere sahiptir (Çelik, 2010: 127-128).

Birçok toplumda yemek, cemiyet ile kutsal güçler arasında bir iletişim aracı olarak kabul edilir. Tanrı ile toplum arasında bir bağ kurma vasıtası olarak kabul edilen yemek, bu özelliği ile kutsal ve önemli bir sembol olarak kabul edilmektedir (Goode, 2005: 172). Birçok toplumda yemek, yaratıcının insanlara sunduğu ikram olarak değerlendirildiğinden, kutsal sayılmıştır. Geçmişten günümüze Türk yemek kültüründe, sofraya dua yapmak oldukça önemlidir. Türk toplulukları arasında, dini inanış eğilimlerine bakılmaksızın, yemeğe başlamadan önce ve yemek yedikten sonra toplu şekilde dua etmek çok yaygın bir gelenektir. Oğuz Kağan, Göç, Manas gibi birçok destanda geçen “toy ziyafeti” ile ilgili inanış ve uygulamalar da eski Türk kültüründeki yemek kültürünün Tanrı ile toplum arasında bir bağ kurma vasıtası olduğunu gösterir (Alptekin 1993: 435-436, Durbilmez, 2003: 157-160).

Türk yemek kültürüne ışık tutacak bilgilere Göktürk, Uygur ve Karahanlı dönemi yazılı metinlerinde rastlamak mümkündür. Konargöçer yaşam koşulları gereği, eski Türk mutfak kültürünün ana unsurunu hayvanlar ve hayvanlardan elde edilen gıdalar oluşturmuştur. Göktürkler dönemine ait Orhun Yazıtları'ndan *Tonyukuk Güney I* bölümünde geçen “*Yaban hayvanları yiyerek, tavşan yiyerek yaşıyorduk.*” (Tekin, 1994: 4) ifadesi VIII. yüzyılda Türklerin avcılık yaptıkları ve av hayvanları ile beslendiklerini göstermektedir.

Karahanlı Türkçesi dönemine ait olan ve Yusuf Has Hacıb tarafından yazılan Kutadgu Bilig'de Türk yemek kültürü ile ilgili önemli bilgiler yer almaktadır. Eserde “düğün yemeği (küdenke aş), ölü yemeği (yoğ=yuğ aş), doğum yemeği (togum aş), sünnet yemeği (sünnet aş), ad kazanma yemeği (at aş), arkadaş yemeği (koldaş aş) gibi Türk kültüründeki törensel yemeklerden bahsedilmektedir (Arat 2006'dan, akt. Eker 2018: 175).

XI. yüzyılın başlarında Kaşgarlı Mahmut tarafından yazılan Divanü Lügati't Türk'te yer alan yiyecek ve içecek adlarının büyük çoğunluğu hayvansal ürünlerden oluşmaktadır. Eserde yer alan bilgiler avcılık özelliklerinden dolayı Türklerin daha çok etle beslendiklerini göstermektedir (Çetin, 2005:186). Her ne kadar konargöçer kültürün etkisiyle kadim Türk topluluklarının mutfaklarında ana unsurları hayvan ve hayvansal gıdalar olsa da Türk mutfağında bakliyatlar, sebzeler, otlar ve meyveler de yerini almıştır.

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

Türk topluluklarının inanç sistemlerindeki değişiklikler Türk yemek kültürünü etkilemiştir. Tarihi kaynaklar, VII. yüzyılın ilk yarısına kadar Türk boylarının çok az istisna dışında şamanist olduklarını göstermektedir. Uygur hakanlarından Böğü Han, 763 yılında Mani/Maniheizm dinini kabul etmesi ve devletin resmi dini yapması, Uygurlar arasında Mani dinin yayılmasını sağlamıştır (İnan, 2017: 22). Mani dini sistemine göre, avcılık yapmak, kurban adamak ve hayvanların etlerini yemek yasaktır. Bu noktada, Türk mutfağındaki ilk vejetaryen beslenme eğilimlerinin din değişikliğine paralel olarak VIII. yüzyılın sonlarına doğru teşekkül ettiğini söylenebilir. Türklerin, İslamiyeti kabulünden sonra Türk yemek kültüründe İslam dininin etkisi görülür. İslam dininin haram kabul ettiği domuz, yemenin sakıncalı bulunduğu hayvanlar ve bu hayvanlardan elde edilen hayvansal ürünler Türk mutfağında yer almamaktadır. Bu bağlamda din olgusu, toplumların yeme içme alışkanlıklarını değiştirerek mutfak kültürünü şekillendiren önemli bir unsur olarak karşımıza çıkar.

Türk mutfak kültürü Selçuklular ve Osmanlılar döneminde gelişimine devam etmiştir. Özellikle Osmanlı İmparatorluğunun gelişmesine paralel olarak XVI. yüzyılda Türk mutfağı en görkemli yıllarını yaşamıştır. Bu dönemde saray mutfağında kalabalık saray çevresi ve konuklar için aşçılar tarafından yeni lezzetlerin icat edilmiştir. Osmanlıların batı toplumlarıyla ilişkilerini geliştirmesine paralel olarak Türk mutfak kültürü Avrupa mutfağından etkilenmeye başlamıştır. Avrupa mutfak kültürüne özgü yemek masası ve gösterişli mutfak malzemeleri sarayda yer almaya başlamıştır (Güler,2010:25-26). Türkistan konargöçer kültüründen alınan miras, Selçuklu ve Osmanlı mutfağında şekillenerek günümüze kadar ulaşmıştır.

Baysal'a göre, Türk mutfağı Orta Asya, Orta Doğu, Akdeniz çevresi, Güney Asya ve Avrupa mutfak kültürlerinden etkilenmiştir (1993:12). III.-VIII. yüzyıllar arasında Türk kültürlü halkların büyük bir çoğunluğu Orta Asya'dan ayrılarak yeryüzünde çok geniş bir coğrafyaya yayılmışlardır. Bu geniş yayılıma paralel olarak Türk mutfak kültürü, birçok medeniyeti etkilemiş ve dolayısıyla birçok medeniyetten de etkilenmiştir.

3. GİRESUN YÖRESİ VEJETARYEN MUTFAK KÜLTÜRÜ

Giresun, tarih öncesi dönemlerden itibaren yerleşim izlerine rastlanılan bir kenttir (Komisyon, 2008:41). Coğrafi koordinatlar sistemine göre, 40° 07' -41°08' kuzey enlemleri ve 37° 50' 39° 12' doğu boylamları arasında yer alır. Giresun, coğrafi konum özelliği nedeni ile Doğu Karadeniz Bölümü, İç Anadolu Bölgesi ve Doğu Anadolu Bölgesi arasında bir koridor özelliği göstermektedir (Sever, 2015:11). Giresun, geçmişten günümüze birçok medeniyete ev sahipliği yapmış tarihi bir şehirdir. Tarihi dokusu, doğal zenginlikleri, bitki örtüsü, coğrafi özellikleri, yaylaları ve farklı inanışları bir arada barındırması ile kendine özgü kültürel bir kimlik oluşturmuştur.

Giresun ilinin coğrafi konum avantajı yöresel mutfak kültürünün çeşitlenmesini sağlayan önemli bir unsurdur. Giresun mutfağında hem İç Anadolu Bölgesi hem de Karadeniz Bölgesi yöresel mutfak özelliklerini birarada görmek

mümkündür. Giresun ilinin, sahil bölgelerinde (Giresun Merkez, Bulancak, Piraziz, Keşap, Espiye, Tirebolu, Görele vb.) Karadeniz mutfağı özellikleri görülürken; iç bölgelerinde (Alucra, Şebinkarahisar vb.) İç Anadolu mutfağı özellikleri görülür.

Giresun mutfağı; çorbaları, yemekleri, pideleri, dibleleri, kavurmaları, kızartmaları, mihlamaları, tuzluları, mücverleri, pekmezleri, hoşafı, reçelleri, turşuları, ekmekleri, hamur işleri ve tatlıları ile zengin bir menüye sahiptir. Giresun'un sahil bölgelerinde balık, sebze ve ot yemekleri öne çıkarken; iç bölgelerinde et ve bakliyat ağırlıklı yemekler öne çıkmaktadır.

Giresun mutfağında hayvan ve hayvanlardan elde edilen yemeklerin (balık yemekleri vb.) yanı sıra halk arasında "ot yemekleri" olarak adlandırılan vejetaryen unsurlar ayrı bir öneme sahiptir. Isırgan, madımak, galdirik, sakarca, merevcan, pazı (pezik), kabak, pırasa, mısır, fasulye, patlıcan, pazı çiçeği, mendek, çalıçileği, baldıran, karalahana (pancar), kiraz ve taflan vejetaryen Giresun mutfağında sıklıkla kullanılan ot, sebze ve meyvelerdir (KK.1), (KK.3), (KK.11), (KK.12), (KK.20), (KK.21), (KK.25), (KK.27). (KK.36).

Vejetaryen Giresun mutfağı unsurları toplumsal hafızada yerini alarak Giresun anonim halk şiirinde karşımıza çıkmaktadır. Giresun mânilerinde yer alan vejetaryen örnekler şunlardır:

Madımak ot değil mi?
Yaprağı ot değil mi?
Ben annemden ayrıldım
O bana dert değil mi? (KK.21)

Çorba mısır çorbası
Mısırlı un helvası
Karalahana çorba
Fasulye kızartması (KK.21)

Bahçelerde ısırgan
Irgan güzelim ırgan
Gel beraber kaçalım
Sen yastık ol ben yorgan (KK.26)

Kızlar suyu soldurur
Yaylanın pınarından
Topladım ısırganı
Derenin kenarından (KK.26)

Bazen ekeriz kabak
Yapraklar tabak tabak
Verince bir fırına
İstersen tadına bak (KK.26)

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

Orda ekeriz darı
Yaprakları sapsarı
Toplarınız kucak kucak
Yetişen darıları (KK.26)

3.1. Vejetaryen Giresun Mutfağı Örnek Menüsü

Çalışma kapsamında elde edilen veriler değerlendirilerek, vejetaryen Giresun mutfağı örnek menüsü oluşturulmuştur. Ancak, bu menü oluşturulurken vejetaryenlerin katliam ve sömürü ürünleri olarak değerlendirdikleri hayvan ve hayvanlardan elde edilen yiyeceklerin tümünün tüketilmediği düşünülerek oluşturulduğunu ifade etmemiz gerekir.

Vejetaryen Giresun mutfağı menüsü; çorbalar, yemekler, dibleler, kavurmalar, kızartmalar, mıhlamalar, tuzlular, mücverler ve yağlaşlar olmak üzere toplam 9 kategoride değerlendirilmiştir. Genel olarak bütün veganların tüketilmesinde sakınca bulunmadığı pekmezler, hoşafklar, reçeller, turşular, hamur işleri ve tatlılara bu menüde yer verilmemiştir.

3.1.1. Çorbalar: Arpa Çorbası (KK.2), Ayrırlı Çorba (KK.12), Baldıran Çorbası (KK.11), Beyaz Yarma Çorbası (KK.27), Buğday Çorbası (KK.12), Çalıçileği Çorbası (KK.1), Dövme Çorbası (KK.18), Ezel Tere Çorbası (KK.25), Fasulye Çorbası (KK.3), Fındık Unu Çorbası (KK.27), Fırın Kuru Fasulye Çorbası (KK.37), Fıtu Çorbası (KK.3), Helle Çorbası (KK.1), Kabak Çorbası (KK.21), Kabaklı Lahana Çorbası (KK.27), Kabaklı Fasulyeli Çorba (KK.13), Karakabak Çorbası (KK.12), Könemen Çorbası (KK.11), Kuru Pancar Çorbası (KK.19), Kuzukulağı Çorbası (KK.16), Mendek Çorbası (KK.15), Mısır Çorbası (KK.31), Pancar Çorbası (KK.6), Isırgan Çorbası (KK.30), Toyga Çorbası (KK.33), Turşu/Tirit Çorbası (KK.28) ve Unlama (KK.4).

3.1.2. Yemekler: Acı Mantar Yahnisi (KK.1), Armut Haşlama (KK.26), Evelik Yemeği (KK.14), Fındıklı Çiğ Köfte (KK.19), Fırın Kuru Fasulye (KK.28), Haşıl (KK.12), Isırgan Yemeği (KK.4), Ispanak Yemeği (KK.7), İçli kabak (KK.17), Kabak Çiçeği Dolması (KK.2), Kabalak Yoğurtlaması (KK.26), Karalahana Döşemesi (KK.18), Kuşkuş Yemeği (KK.11), Madımak Yemeği (KK.33), Mısır Dolması (KK.16), Pezik Döşemesi (KK.9), Pırasa Dolması (KK.7), Pirinçli Kabak (KK.30), Sebzeli Yaprak Sarması (KK.27), Zeytinyağlı Fasulye Yemeği (KK.1), Turşu Aşısı (KK.28), Yarmalı Karalahana Sarması (KK.10), Yarmalı Üzüm Yaprağı Sarması (KK.3), Yemlik Yemeği (KK.24) ve Yoğurtlu Mısır Yarması Yemeği (KK.10).

3.1.3. Dibleler: Beyaz Lahana Diblesi (KK.9), Bezelye Diblesi (KK.15), Fasulye Diblesi (KK.3), Fasulye Tuzluslu Diblesi (KK.20), Fırın Kuru Fasulye Diblesi (KK.25), Galdirik Diblesi (KK.29), Kabak Kuru Diblesi (KK.4), Karalahana (Pancar) Diblesi (KK.10), Karışık Dible (KK.2), Mantar Diblesi

(KK.21), Mendek Diblesi (KK.29), Merevcan Diblesi (KK.4), Sakarca Diblesi (KK.12), Taflan Tuzlusu Diblesi (KK.22) ve Yeşil Domates Diblesi (KK.21).

3.1.4. Kavurmalar: Taflan Tuzlusu Kavurması (KK.17), Kiraz Tuzlusu Kavurması (KK.18), Pancar Çiçeği Kavurması (KK.18), Merevcan Kavurması (KK.20), Kabalak Kavurması (KK.13), Mantar Kavurması (KK.26), Hoşgıran Kavurması (KK.16), Haşlanmış Patates Kavurması (KK.24), Taze Fasulye Kavurması (KK.2), Merevcan Kavurması (KK.3), Fırın Kurusu Fasulye Kavurması (KK.27), Yeşil Domates Turşusu Kavurması (KK.22), Mantar Tuzlusu Kavurması (KK.4), Fasulye Turşusu Kavurması (KK.27) ve Karışık Turşu Kavurması (KK.32).

3.1.5. Kızartmalar: Ekmek Paparası (KK.16), Fasulye Kızartması (KK.23), Galdirik Çiçeği Kızartması (KK.14), Galdirik Kızartması (KK.31), Kabak Kızartması (KK.12), Pancar Çiçeği Kızartması (KK.21), Patates Püresi Kızartması (KK.25), Patlıcan Kızartması (KK.19), Pezik Kızartması (KK.19), Sakarca Kızartması (KK.5) ve Yufka Kızartması (KK.27).

3.1.6. Mıhlamalar: Beyaz Lahana Tuzlusu Mıhlaması (KK.18), Fasulye Turşusu Mıhlaması (KK.13), Galdirik Mıhlaması (KK.20), Ispanak Mıhlaması (KK.8), Kabalak Mıhlaması (KK.32), Karışık Mıhlama (KK.27), Merevcan Mıhlaması (KK.12), Pezik Mıhlaması (KK.21) ve Sakarca Mıhlaması (KK.18).

3.1.7. Tuzlular: Kiraz Tuzlusu (KK.14), Mantar Tuzlusu (KK.13), Taflan Tuzlusu (KK.21), Yeşil Domates Tuzlusu (KK.13) ve Yeşil Fasulye Tuzlusu (KK.17).

3.1.8. Mücverler: Fasulye Mücveri (KK.21), Ispanak Mücveri (KK.6), Karalahana Mücveri (KK.33), Merevcan Mücveri (KK.24), Patates Mücveri (KK.30), Kabak Mücveri (KK.21) ve Pezik Mücveri (KK.29).

3.1.9. Yağlaşlar: Mısır Unu Yağlaş (KK.11), Nişasta Yağlaş (KK.30), Pekmez Yağlaş (KK.21) ve Isırgan Yağlaş (KK.26).

3.2. Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfağından Örnekler

Kaynak kişilerle yaptığımız görüşmelerde aynı yemeklerin hazırlanış yöntemleriyle ilgili birden fazla tarife ulaşılmıştır. Ancak, vejetaryen Giresun mutfağına özgü yemeklerin ana yapılarının korunduğu; farklılıkların sadece yağ, tuz, salça, baharat vb. malzemelerin kullanım oranlarında olduğu tespit edilmiştir. Vejetaryen Giresun mutfağından örneklerin yer aldığı bu bölümde kaynak kişilere özgü yemek tariflerinin verildiğini ve yemeklerde kullanılan malzeme oranlarının esnek olduğunu ifade etmemiz gerekir:

3.2.1. Karalahana Çorbası

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

Malzemeler: 1 demet karalahana, 3-4 yemek kaşığı mısır unu, 1-2 adet soğan, 2 yemek kaşığı mısır yarması, 1 yemek kaşığı tereyağı, yeteri kadar tuz ve su.

Hazırlanışı: Karalahanalar yıkanır ve ince ince doğranır. Karalahanalar üzerine tuz serpilerek iyice ovalandıktan sonra tekrar yıkanır. Tuzla ovalamak karalahanaların acısının çıkmasını sağlar. Yaz aylarında yaylalardan gelen karalahanaların tuzla ovalanmasına gerek yoktur. Tencerede tereyağı eritilir ve ince dilimlenmiş soğanlar kavrulur. Soğanlar kavrulduktan sonra karalahanalar eklenerek 2-3 dakika daha kavrulur. Üzerine su eklenerek kaynaması beklenir. Kaynayan suya mısır unu ve yarma eklendikten sonra 10-15 dakika kısık ateşte pişmeye bırakılır (KK.11).

3.2.2. Isırgan Çorbası

Malzemeler: 1 demet ısırgan otu, 1 su bardağı mısır unu, 2 yemek kaşığı tereyağı, 3-4 diş sarımsak, 1 tatlı kaşığı nane, yeteri kadar tuz ve su.

Hazırlanışı: Eldiven kullanılarak ısırganlar yapraklarından ayrılır. Üzerini geçecek kadar su eklenerek haşlanır. Haşlandıktan sonra suyu süzülür ve bir karıştırıcı yardımıyla püre haline getirilir. Daha sonra üzerine kaynamış su eklenerek ocağa alınır. Kaynadıktan sonra yavaş yavaş mısır unu eklenir. Mısır unu çorbayı katılaştıracağı için kıvamı isteğe göre su eklenerek ayarlanabilir. Ocaktan almaya yakın sarımsak, nane ve tuz eklenir. Piştikten sonra tereyağı eritilerek üzerine gezdirilir (KK.25).

3.2.3. Yarmalı Karalahana Sarması

Malzemeler: 1 demet karalahana, 1 su bardağı mısır yarması, 1 çay bardağı bulgur, 1 çay bardağı pirinç, 2 adet soğan, 1 çay kaşığı pul biber, 1 çay bardağı sıvı yağ, 2 yemek kaşığı tereyağı, ½ maydanoz, nane ve tuz.

Hazırlanışı: Lahanalar sapları yumuşayınca kadar haşlanır. Başka bir tencerede ince kıyılan soğanlar yağda kavrulur. Sonra kavrulan soğana yarma, pirinç, bulgur ve tuz eklenerek tekrar kavrulur. Bir parmak geçecek şekilde sıcak su ilave ettikten sonra kısık ateşte pişirilir. 10 dakika kadar pişirilen malzemeye ince doğranmış maydanoz ve nane eklenir. Hazırlanan iç lahanalara sarılır. Tencereye dizilen sarmalara azar azar sıcak su ilave edilerek yarım saat kadar pişirilir (KK.22).



Fotoğraf 1:Yarmalı Karalahana Sarması

3.2.4. Pırasa Mücveri

*Malzemeler:*4-5 adet pırasa, 2 adet soğan, 2 yemek kaşığı mısır unu, 1 çay bardağı pirinç, ½ demet maydanoz, 1 adet yumurta, 1 çay bardağı fındık yağı, yeteri kadar nane, pul biber, karabiber ve tuz.

Hazırlanışı: Pırasalar ayıklanır, yıkanır ve ince ince doğranır. Pırasalar bir tencereye alınır ve yumuşaması için 10-15 dakika haşlanır. Haşlandıktan sonra suyu süzülür. Daha sonra pırasalara önceden haşlanan pirinçler ilave edilir. Karışıma kıyılmış maydanoz, 1 yumurta, tuz, un ve baharatlar eklenerek karıştırılır. Oluşan karışım kızgın yağlı tavada kızartılır (KK.21).

3.2.5. Patlıcan Kızartması

*Malzemeler:*4-5 adet patlıcan, 1 su bardağı mısır unu, 1 su bardağı sıvı yağ, 1 tatlı kaşığı tuz.

*Hazırlanışı:*Patlıcanlar ikiye bölünüp, ince şeritler halinde dilimlenir. Şeritler halinde kesilen patlıcanlar bir tencerede yumuşayana kadar haşlanır. Patlıcanlar haşlandıktan sonra suyu süzülür. Bir tepsiye mısır unu ve tuz eklenerek karıştırılır. Soğuyan ve suyu süzülen patlıcanlar mısır ununa bulandıktan sonra tavaya dizilip iki tarafı da kızartılır (KK.27).



Fotoğraf 2:Patlıcan Kızartması

3.2.6. Galdirik Diblesi

Malzemeler: 1 demet galdirik, 1 su bardağı haşlanmış pirinç, 1-2 adet soğan, yeterince tuz ve tereyağı.

Hazırlanışı: Galdirikler ayıklanıp yıkanır. İnce ince doğandıktan sonra soğuk suyun (yeşil olması için) içine atılarak haşlanır. Haşlanan galdiriklerin suyu süzülerek bir tencereye alınır. Tencereye haşlanmış pirinç ve kıyılmış soğan ilave edilir. Orta ateşte 10-15 dakika pişirilip tuzu eklenir. Ayrı bir tavada eritilen tereyağı üzerinde gezdirilir (KK.34).



Fotoğraf 3:Galdirik Diblesi

3.2.7. Zeytinyağı Fasulye Yemeği

Malzemeler: 500 gram taze fasulye, 2-3 adet soğan, 1 adet havuç, 1-2 adet domates 1 su bardağı zeytinyağı, tuz ve karabiber.

Hazırlanışı: Fasulyeler yıkanır ve kılçıklarından arındırılır. Fasulyeler yemeklik olarak doğranır. Bir tencerede yağ kızdırılır. Dilimlenmiş soğanlar yağa atılarak kavrulur. Soğanlar kavrulurken 2-3 damla limon suyu (soğanların kararmasını engellemek için) eklenir. Soğanlar pembeleştikten sonra rendelenmiş domatesler ve dilimlenmiş havuçlar eklenir. Karışıma tuz ve isteğe göre baharatlar eklenir. Tencereye kaynamış su eklenerek pişmeye bırakılır. Havuçların pişme sürelerine göre yaklaşık 40-50 dakika kısık ateşte pişirilir (KK.27).



Fotoğraf 4:Zeytinyağlı Fasulye Yemeği

3.2.8. Yeşil Domates Tuzlusu Kavurması

Malzemeler: 7-8 adet yeşil domates tuzlusu, 2-3 adet soğan , 2 çorba kaşığı tereyağı.

Hazırlanışı: Yeşil domates tuzluları bir süre suda bekletilir. Tuzu alınan domates tuzluları yumuşayınca kadar haşlanır. Başka bir tavada tereyağı eritilir. Soğanlar ince ince doğranarak pembeleşinceye kadar kavrulur. Kavrulmuş soğanlar üzerine haşlanan domatesler ilave edilerek 5-10 dakika daha kavrulur (KK.26).

3.2.9. Mervecan Diblesi

Malzemeler: 1 demet mervecan, 2-3 adet soğan, 2 kaşık tereyağı, 1 su bardağı haşlanmış pirinç ve yeterince tuz.

Hazırlanışı: Mervecanlar bol suyla yıkandıktan sonra doğranır. Soğuk suyun içerisine atılarak haşlanır. Haşlandıktan sonra süzülerek bir tencereye alınır. Mervecanların üzerine pirinç ve dilimlenmiş soğan ilave edilir. Tuz eklenerek orta ateşte 15 dakika daha pişirilir. Ayrı bir kaptaki eritilen tereyağı üzerinde gezdirilerek servis yapılır (KK.34).



Fotoğraf 5: Mervecan Diblesi

3.2.10. Pancar Çiçeği Kızartması

Malzemeler: 1 demet pancar çiçeği, 2 adet soğan, 1 yemek kaşığı tereyağı, 1 çay bardağı sıvı yağ, yeteri kadar pul biber ve tuz.

Hazırlanışı: Pancar çiçekleri yıkanır ve ayıklanır. Kızartılacak şekilde doğranıp 5-10 dakika haşlanır. Soğuyunca avuç içinde suyu sıkılır. Daha sonra tencereye yağ eklenip dilimlenmiş soğanlar pembeleşene kadar kavurulur. Kavrulan soğanlara haşlanıp suyu süzülen pancar çiçekleri ilave edilir. Bir süre daha kavurularak tuz ve pul biber ilave edilir (KK.35).

3.2.11. Karalahana (Pancar) Diblesi

Malzemeler: 1 demet karalahana, 1 su bardağı haşlanmış pirinç, 2 yemek kaşığı tereyağı, 1-2 adet soğan ve yeteri kadar tuz.

Hazırlanışı: Karalahanalar ince ince doğranarak tencereye yerleştirilir. Üstüne pirinç ve ince kıyılmış soğan ve tuz ilave edilir. Ağız kapalı olarak pişirilir. Pişmeye yakın kızdırılmış yağ ve biber ilave edilir. Bir süre demlendirilir ve servis edilir (KK.35).



Fotoğraf 6:Pancar Diblesi

3.2.12. Taflan Tuzlusu Diblesi

*Malzemeler:*500 gram taflan tuzlusu, 2 adet soğan, 1 su bardağı haşlanmış pirinç, 2 kaşık tereyağı ve yeterince tuz.

*Hazırlanışı:*Tuzlu taflanların tuzunu almak için suda bekletilir. Bir tencereye alınarak haşlanır. Ayrı bir tavada tereyağı eritilir. Dilimlenmiş soğanlar tavada pembeşinceye kadar kavrulur. Haşlanan taflanların suyu süzülür ve üzerine önceden haşlanan pirinçler eklenir. Tavada kavrulan soğanlar tencereye alınır. Tencereye yeteri kadar su alınır ve tencerenin ağzı kapatılarak pişmeye bırakılır. 10-15 dakika piştikten sonra altı kapatılıp demlenmeye bırakılır (KK.20).



Fotoğraf 7:Taflan Tuzlusu Diblesi

3.2.13. Isırgan Yağlaşı

*Malzemeler:*1 demet ısırgan, 2 yemek kaşığı tereyağı, 1 yemek kaşığı mısır unu, 1 su bardağı süt, yeteri kadar tuz ve nane.

*Hazırlanışı:*Ayıklanmış ve yıkanmış ısırganlar bir tencereye alınarak haşlanır. 10-15 dakika haşlanan ısırganların suyu süzülür. Daha sonra ısırganlar iyice

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

ezilerek süzgeçten geçirilir. Mısır unu, tuz, yağ ve yeterince su ilave edilerek iyice karıştırılır. Bir süre pişirilir. Pişmeye yakın süt eklenir. Piştikten sonra servis tabağına alınarak üzerine nane serpilir (KK.21).



Fotoğraf 8:Isırgan Yağlaş

3.2.14. Merevcan Kavrması

Malzemeler: 1 demet merevcan, 1-2 adet soğan , 2 yemek kaşığı tereyağı.

Hazırlanışı: Merevcanlar bol suyla yıkandıktan sonra doğranır. Bir tencereye alınarak 10-15 dakika haşlanır. Başka bir tavada tereyağı eritilir. Soğanlar ince ince doğranarak pembeleşinceye kadar kavrulur. Haşlanan ve suyu süzülen merevcanlar kavrulan soğanların içerisine eklenir. Oluşan karışım 10 dakika daha kavrulduktan sonra dinlenmeye bırakılır (KK.26).

3.2.15. Kabak Mücveri

Malzemeler: 4-5 adet kabak, 2-3 adet soğan, 2-3 yemek kaşığı mısır unu, 1 çay bardağı pirinç, yarım demet maydanoz, 1 adet yumurta, yeteri kadar tuz, nane, pul biber ve karabiber.

Hazırlanışı: Kabaklar ayıklanır, yıkanır ve ince ince doğranır. Doğranmış kabaklar tuzla ovalanır ve haşlanır. Daha sonra içine önceden haşlanan pirinçler ilave edilir. Karışıma kıyılmış maydanoz, tuz, un ve baharatlar eklenerek karıştırılır. Oluşan karışım kızgın yağlı tavaya eşit şekilde yayılır ve iki tarafı kızartılır (KK.21).

4. SONUÇ

Bir beslenme biçimi olarak veganlık, son dönemlerde mutfak kültürlerin şekillenmesinde önemli bir yere sahiptir. Neyi tüketip neyi tüketmeyeceğini kendi hassasiyetleri bağlamında belirleyen veganlar, hayvanların sömürülmesine tepki göstererek hayvansal ürünleri tüketmezler. Bu felsefi yaklaşım, son yıllarda giderek yaygınlaşmış ve vegan/vejetaryen mutfak kültürlerinin teşekkülünü sağlamıştır.

Tarihi kaynaklar, Uyurlar döneminde Türkler arasında Mani/Maniheizm dini inanışının benimsendiğini göstermektedir. Mani dini inanışı gereği, avlanmak ve et yemek yasak olduğundan bu dönemde Uygur Türklerinin bakliyat, sebze ve ot

yemekleri ile beslendikleri sonucu çıkarılabilir. Dolayısıyla, bugün elimizde Uygur mutfağına ait bir vegan menü bulunmasa da din değişikliğine paralel olarak Türk mutfak kültüründe ilk vejetaryen eğilimlerin VIII. yüzyılda Uygurlar döneminde ortaya çıktığını söylenebilir.

Giresun yöresel mutfağında vejetaryen unsurların ortaya çıkış sebebi, ana etken olarak hayvanların sömürülmesine tepki olarak ortaya çıkan ve dünyada gittikçe yaygınlaşan veganlıktan farklıdır. Kaynak kişilerle yapılan görüşmelerde, kaynak kişilerin tamamı vegan olmadıklarını ve hayvansal gıdaları tükettiklerini ifade etmişlerdir. Bu bağlamda, Giresun mutfağında vejetaryen unsurların hayvanların sömürülmesine tepki olarak ortaya çıkmadığı anlaşılmaktadır. Giresun mutfağında vejetaryen unsurların ortaya çıkış sebebini, zengin bitki örtüsünün yöresel mutfağa katkısı olarak değerlendirmek yerinde olacaktır. Giresun yöresinde “ot yemekleri” olarak adlandırılan vegan unsurların, ortaya çıkmasında etkili olan faktörlerden bir diğeri kadınların ve erkeklerin gündelik hayattaki görev ve sorumluluklarıdır. Kaynak kişilerin verdiği bilgilere göre, Giresun yöresinde bahçelerde genellikle kadınlar çalışmaktadır. Et yemeklerinin pişirme süresi fazla olduğundan, bahçelerde çalışan kadınlar pişirme süreleri daha az olan pratik ot yemeklerini hazırlamayı tercih ederler (KK.4), (KK.5), (KK.12), (KK.18), (KK.19), (KK.20), (KK.23), (KK.27), (KK.34), (KK.35), (KK.36). Giresun yöresinde kadınlara biçilen toplumsal rollerin erkeklere oranla fazla olması, kadınların mutfakta pişirme süresi daha az olan “ot yemeklerini” tercih etmelerine neden olmuş ve yöre mutfağında vegan unsurların yaygınlaşmasını sağlamıştır. Bu bağlamda, cinsiyete dayalı toplumsal rollerin toplumun yeme-içme alışkanlıklarını doğrudan etkilediği sonucu çıkarılabilir.

Günümüzde Türk mutfağı denilince ilk akla gelen döner, etli pilav, kuzu tandır, şiş kebab, lahmacun, vb. et yemekleridir. Ülkemizin tanıtımı için yapılan uluslararası festival, toplantı vb. etkinliklerde dolayısıyla et yemekleri ön plana çıkmaktadır. Bu noktada, Türk mutfağı üzerine yapılan bilimsel araştırmalar genellikle bakliyat ve et yemekleri üzerine odaklanmıştır. Tarihi kaynaklar, Türk mutfağında sebze, meyve ve ot yemeklerinin de mutfak kültürüne önemli bir katkı sağladığını göstermektedir. Ancak, Türk mutfağının bu yönü ile ilgili yapılan bilimsel çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu bağlamda, Türk mutfağında sebze, meyve ve ot yemekleri ile ilgili yapılacak bilimsel çalışmalar milli kültürümüzün tanıtılmasına, yayılmasına ve sonraki nesillere aktarılmasına katkı sağlayacaktır.

Bu çalışmada, Giresun mutfak kültürünün vegan yönü ele alınmış ve vejetaryen Giresun mutfağı envanteri oluşturulmaya çalışılmıştır. Giresun yöresi vegan mutfak envanterinde; çorbalar (27 adet), yemekler (25 adet), dibleler (15 adet), kavurmalar (15 adet), kızartmalar (11 adet), mihlamalar (9 adet), tuzlular (5 adet), mücverler (7 adet) ve yağlaşlar (4 adet) olmak üzere 9 kategoride toplam 118 adet vegan yemek tespit edilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler Giresun kültür envanterine katkı sağlayacak ve ilerleyen dönemlerde Türk mutfağında sebze, meyve ve ot yemekleri ile ilgili yapılacak bilimsel çalışmalara kaynak olacaktır.

Son yıllarda vegan turistlerin, vejetaryen yemek unsurlarının zengin olduğu yöresel mutfakları tercih etmeleri, bu bölgeleri turizm destinasyonlarına

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

dönüşmektedir. Kamu ve özel kuruluşların Giresun mutfak kültürünün vegan yönü üzerine gerekli yatırımları ve tanıtımları yapması durumunda, bölgenin ve dolayısıyla da ülkemizin altarnetif turizm potansiyeline katkı sağlayacağı kanaatindeyiz.

KAYNAKÇA

- ALPTEKİN, A.B. (1993). “Manas Destanındaki Gelenek ve Göreneklerle İlgili Hususlar”. Türk Kültürü 363: 435- 444.
- ARAT, R.R. (2006). Kutadgu Bilig, İstanbul: Kabcacı Yayınevi.
- BAYSAL, A. (1993). “Türk Yemek Kültüründe Değişmeler, Beslenme ve Sağlık Yönünden Değerlendirme”. Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.
- BEŞİRLİ, H. (2010). “Yemek, Kültür ve Kimlik”. Milli Folklor 87: 159-169.
- ÇELİK, S. D. (2010). “Mengen’de Özel Gün Yemekleri”. Millî Folklor 86: 127-139.
- ÇETİN, E. (2005). “Divanü Lügati’t-Türk’teki Yiyecek İçecek Adları ve Bu Adların Türkiye Türkçesindeki Görünümleri”. Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 14, Sayı 2: 185-200.
- ÇOBANOĞLU, Ö. (2002). Halkbilimi Kuramları ve Araştırma Yöntemleri Tarihine Giriş. Ankara: Akçay Yayınları.
- DURBİLMEZ, B. (2003). “Manas Destanındaki Kimi Motiflerin Türk Halk Kültüründeki Yansımaları”. Halkbilimi Araştırmaları-Forschungen für Volkerkunde, 2. Kitap, (Eylül 2003), 154-176, İstanbul-Aachen/ Almanya.
- DURBİLMEZ, B. (2019). Türk Kültür Coğrafyası, Halk Bilimi ve Edebiyat Araştırmaları. İstanbul: Ötügen Yayınları.
- EKER, G. (2018). “Farklı Görme Biçimiyle Modern Dünya Ritüeli Olarak Yemek Kültürü: Sınanma/Erginlenme ve İntikam Alma Gizli İşlevleri”. Millî Folklor 120: 170-183.
- GOODE, J. (2005). “Yemek”. (Çev. Fatih Mormenekşe) Millî Folklor 67: 172-176.
- GÜLER, S. (2010). “Türk Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları”. Dumlupınar Üni. Sosyal Bil. Dergisi 26: 24-30.
- HODGETTS, R. M. (1999). Yönetim: Teori, Süreç ve Uygulama. (Çev. Canan Çetin, Esin C. Mutlu) İstanbul: Der Yayınları.
- İNAN, A. (2017). Eski Türk Dini Tarihi. Ankara: Altınordu Yayınları.
- KOMİSYON, (2008). Giresun Kent Kültürü, Giresun: Giresun Valiliği Yayınları.
- MASLOW, A. H. (1943). “A Theory Of Human Motivation”. Psychological Review, Vol. 50 No: 4: 370-396.
- MORAWSKİ, S. (1996). The Troubles With Postmodernism. London: Routledge.
- SEVER, R. (2015). Geçmişten Günümüze Giresun. (Ed. Ünsal Bekdemir-Mehmet Fatsa), Coğrafi Konum (11-12), Giresun İl Özel İdaresi.
- TEKİN, T. (1994). Tunyukuk Yazıtı. Türk Dilleri Araştırmaları Dizisi:5, Ankara: Simurg Yayıncılık.
- TUNÇAY G.Y. (2018). “Sağlık Yönüyle Vegan/Vejetaryenlik”, Eurasian Journal Of Health Sciences Eurasian JHS 1(1): 25-29.
- WRENN, L. C. (2011). “Resisting the Globalization of Speciesism: Vegan Abolitionism as a Site for Consumer-Based Social Change”. Journal for Critical Animal Studies, 9(3): 9-27.
- YEGEN C. ve AYDIN B.O. (2018). “Postmodern Bir Kimlik Olarak Veganlık ve Bir Çevrimiçi Vegan Ağının Analizi”. Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi 28: 91-114.

Sanal Kaynaklar

<https://ivu.org/definitions.html> Erişim Tarihi: 13.09.2020

<https://www.vegansociety.com/go-vegan/definition-veganism> Erişim Tarihi: 20.09.2020

<https://www.vegsoc.org/info-hub/definition/> Erişim Tarihi: 11.09.2020

<https://sozluk.gov.tr/> (Türk Dil Kurumu, Güncel Türkçe Sözlük) Erişim Tarihi: 02.10.2020

Kaynak Kişiler

KK.1:Sultan DEMİRAL, 1947, Ev Hanımı, Okur-yazar değil, Duroğlu Beldesi- Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 19.05.2018

KK.2:Hatice BENĞİ, 1960, Ev Hanımı, İlkokul, Duroğlu Beldesi- Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 19.05.2018

KK.3:İpek AKSU, 1963, Ev Hanımı, Lise, Barça Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 18.05.2018

KK.4:Sevgi GÖK, 1965, Ev Hanımı, İlkokul, Duroğlu Beldesi- Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 19.05.2018

KK.5:Saadet YILMAZ, 1948, Ev Hanımı, İlkokul, Alancık Köyü-Dereli/Giresun. Görüşme Tarihi: 14.04.2018

KK.6:Zeynep ATAR, 1946, Ev Hanımı, Okur-yazar değil, Alancık Köyü-Dereli/Giresun. Görüşme Tarihi: 14.04.2018

KK.7:Sahure GÜNEY, 1962, Ev Hanımı, İlkokul, Ülper Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 18.05.2018

KK.8:Perihan DEMİREL, 1963, Ev Hanımı, İlkokul, Ülper Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 18.05.2018

KK.9:Mukaddes KESKİN,1964,Esnaf, İlkokul, Ortaköy-Espiye/Giresun. Görüşme Tarihi: 21.04.2018

KK.10:Fatma UĞURLU, 1958, Ev Hanımı, Aralık Köyü-Eynesil/Giresun. Görüşme Tarihi: 28.04.2018

KK.11:Ayşe BİLGE, 1972, Kamu Personeli, İlkokul, Beşirli Köyü-Görel/Giresun. Görüşme Tarihi: 29.04.2018

KK.12:Nazmiye ÇAKIR, 1968, Ev Hanımı, İlkokul, Çandır Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 22.05.2018

KK.13:Nezaket DEMİREL, 1944, Çiftçi, Arslancık Köyü -Tirebolu/Giresun. Görüşme Tarihi: 11.05.2018

KK.14:Ayşe TEKİN,1979, Ev Hanımı, İlkokul, Merkez-Doğankent/Giresun. Görüşme Tarihi: 15.04.2018

KK.15:Şükriye YAZICI, 1956, Ev Hanımı, Okur-yazar değil, Merkez-Doğankent/Giresun. Görüşme Tarihi: 15.04.2018

KK.16:Gülhanım DURMUŞ, 1970, Ev Hanımı, İlkokul, Söyütağzı Köyü- Doğankent/Giresun.Görüşme Tarihi: 15.04.2018

KK.17:Şükriye YAZICI, 1956,Ev Hanımı, Okur-yazar değil, Merkez-Doğankent/Giresun. Görüşme Tarihi: 15.04.2018

KK.18:Semray KASAP, 1970, Ev Hanımı, İlkokul, Bozat Köyü- Piraziz/Giresun. Görüşme Tarihi:01.04.2018

KK.19:Şengül KASAP, 1973, Ev Hanımı, İlkokul, Bozat Köyü- Piraziz/Giresun. Görüşme Tarihi:01.04.2018

KK.20:Şükran KASAP, 1952, Ev Hanımı, İlkokul, Bozat Köyü- Piraziz/Giresun. Görüşme Tarihi:01.04.2018

Giresun Yöresi Vejetaryen Mutfak Kültürü Üzerine Halkbilimsel Bir Araştırma

- KK.21:Ümmühan AYDIN, 1956, Emekli Öğretmen, Üniversite, Şeyhli Köyü-Piraziz/Giresun. Görüşme Tarihi: 05.05.2018
- KK.22:Havva YILMAZ,1973, Ev Hanımı, İlkokul, Şeyhli Köyü-Piraziz/Giresun. Görüşme Tarihi: 05.05.2018
- KK.23:Hatice MEYRİLİ, 1930, Ev Hanımı, Okur-yazar değil,Kaledere Köyü-Çamoluk/Giresun. Görüşme Tarihi: 07.04.2018
- KK.24:Sabriye ERDOĞAN, 1960, Ev Hanımı, Lise, Karadere Köyü-Keşap/Giresun. Görüşme Tarihi:04.05.2018
- KK.25:Ayşe TOKNAZ, 1975, Kamu Personeli, Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi:13.05.2018
- KK.26:Hüriye Şen, 1961, Ev Hanımı, İlkokul, Kayagüney (Fındıklı Köyü)-Güce/Giresun Görüşme Tarihi: 30.04.2018
- KK.27:Çiğdem Naldemircioğlu, 1987, Kamu Personeli, Önlisans, Lapa Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi:03.03.2018
- KK.28:Rasim DEMİREL, 1952, Emekli, Lise, Ülper Köyü-Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 18.05.2018
- KK.29:Mustafa ŞEN, 1934, Çiftçi, İlkokul, Kayagüney (Fındıklı Köyü)-Güce/Giresun. Görüşme Tarihi: 30.04.2018
- KK.30:Ahmet ERDOĞAN, 1946, Emekli, Karadere Köyü-Keşap/Giresun. Görüşme Tarihi:04.05.2018
- KK.31:Yunis EKŞİ, 1956, Esnaf, Ortaokul, Merkez-Alucra/Giresun. Görüşme Tarihi:31.03.2018
- KK.32:Dursun BABA, 1962, Kamu Personeli, Ortaokul, Fevzi Çakmak Köyü-Alucra/Giresun. Görüşme Tarihi:31.03.2018
- KK.33:Huriye BAYRAM, 1957, Ev Hanımı, Arslanşah Köyü-Şebinkarahisar/Giresun. Görüşme Tarihi:06.05.2018
- KK.34:Leyla KÜRKÇÜ, 1957, Ev Hanımı, Ortaokul, Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 02.02.2018
- KK.35:Pervin DİZDAR, 1964,Ev Hanımı, Ortaokul, Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 02.02.2018
- KK.36:Filiz DERBEDER, 1974, Ev Hanımı, Ortaokul, Merkez/Giresun. Görüşme Tarihi: 02.02.2018
- KK.37:Çakır EKEN, 1960, Ev Hanımı, Yavuz Kemal Beldesi-Dereli/Giresun. Görüşme Tarihi: 14.04.2018