



Asya Studies

Academic Social Studies / Akademik Sosyal Araştırmalar
Year: 6 - Number: 22, p. 249-256, Winter 2022

Gastronomi Turizmi Açısından Yenilebilir Otların Önemi: Ege Bölgesi Örneği*

*The Importance of Edible Plants in terms of Gastronomy Tourism:
The Example of the Aegean Regio*

DOI: <https://doi.org/10.31455/asya.1058741>

Araştırma Makalesi /
Research Article

Makale Geliş Tarihi /
Article Arrival Date
22.01.2022

Makale Kabul Tarihi /
Article Accepted Date
05.10.2022

Makale Yayın Tarihi /
Article Publication Date
31.12.2022

Asya Studies

Öğr. Gör. Ümit Karadağ
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi,
Datça Kazım Yılmaz Meslek
Yüksekokulu, Otel Lokanta ve İkrım
Hizmetleri Bölümü
umitkaradag@mu.edu.tr

ORCID ID

<https://orcid.org/0000-0002-6723-3234>

Dr. Öğr. Üyesi. Çağla Özer
İstinye Üniversitesi, Güzel Sanatlar
Tasarım ve Mimarlık Fakültesi,
Gastronomi ve Mutfak Samatları
Bölümü
cozer@istinye.edu.tr

ORCID ID

<https://orcid.org/0000-0001-8471-8607>

* "COPE-Dergi Editörleri İçin Davranış Kuralları ve En İyi Uygulama İlkeleri" beyanları: Bu çalışma için herhangi bir çıkar çatışması bildirilmemiştir. Bu çalışma için etik kurul onayı gerekmemektedir.

Öz

Türkiye, yenilebilir yabani ot çeşitliliği açısından oldukça önemli bir potansiyele sahiptir. Başta Ege Bölgesi olmak üzere, ülkenin birçok yerinde yenilebilir yabani ot tüketimini görmek mümkündür. Ege Bölgesi, sahip olduğu coğrafik özellikler ve iklim koşulları nedeniyle oldukça zengin bir çeşitliliğe ev sahipliği yapmaktadır. Bölgenin söz konusu çeşitliliği yöre halkının yaşamına da etki etmiştir. Yöresel yemeklerde yenilebilir yabani otların sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Bölgede yaklaşık 40'tan fazla ot çeşidine rastlamak mümkündür. ege bölgesinde sık tüketilen yenilebilir otlar incelendiğinde, Papatya (*Chrysanthemum Coronarium* / *Dallama*, *Dağlama*), Şevketi Bostan (*Gundelia Tournefortii* / *Kenger* / *Könger*), Tilkicek (*Asparagus Acutifolius* / *Dilkicek*, *Tilkişen* / *Kuşkonmaz*), Kısıyak (*Silene Vulgaris* / *Gıştyak* / *Gavşık*), Sirken (*Amaranthus Viridis* / *Sirken*), Körmen (*Allium Ampeloprasum* / *Köndem* / *Çayır Soğanı*), Labada (*Rumex patientia* / *Rumex Pulcher* / *Efelek*), İğnelik (*Erodium Moshcatum* / *İğnelik*) ilk akla gelen otlar arasında yer almaktadır. Diğer yandan gastronomi turizmi son yıllarda sıklıkla incelenen bir konu olarak dikkat çekmektedir. Gastronomi turizmi kavramının temelinde yöresel ürünler yer almaktadır. Yenilebilir otlar, yöresel ürünlerin gelişimi noktasında önemli bir konumda yer almaktadır. Ege Bölgesi gibi mutfağının temeli ota dayalı bir yöre için bu durum kaçınılmazdır. Dolayısıyla yenilebilir yabani otlar, gastronomi turizminin gelişimi düşünülüğünde oldukça önemlidir. Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı, Ege Bölgesinin gastronomi turizmi açısından yenilebilir ot çeşitliliğini ortaya koymak olarak belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yenilebilir Yabani Otlar, Gastronomi Turizmi, Ege Bölgesi

Abstract

Turkey has a very important potential in terms of wild edible diversity. It is possible to see wild edible plant consumption in many parts of the country, especially in the Aegean Region. The Aegean Region has a very rich diversity due to its geographical features and climatic conditions. The diversity of the region has also affected the life of the local people. It is seen that edible wild plant are frequently used in local food. It is possible to find more than 40 types of wild edible plant in the region. When the edible plants that are consumed frequently in the Aegean region are examined, it can be seen that Papatya (*Chrysanthemum Coronarium* / *Dallama*, *Dağlama*), Şevketi Bostan (*Gundelia Tournefortii* / *Kenger* / *Könger*), Tilkicek (*Asparagus Acutifolius* / *Dilkicek*, *Tilkişen* / *Asparagus*), Kısıyak (*Silene Vulgaris* / *Gmık*), Sirken (*Amaranthus Viridis* / *Sirken*), Körmen (*Allium Ampeloprasum* / *Köndem* / *Meadow Bulb*), Labada (*Rumex patientia* / *Rumex Pulcher* / *Efelek*), İğnelik (*Erodium Moshcatum* / *İğnelik*) are among the first plants that come to mind. On the other hand, gastronomic tourism has been attracting attention as a frequently studied topic in recent years. The concept of gastronomic tourism is based on local products. Edible plants have an important place in the development of local products. This is inevitable for a region like the Aegean Region, whose cuisine is based on plants. Therefore, wild edible plant are very important when considering the development of gastronomic tourism. From this point of view, the aim of the study is to reveal the diversity of edible plant in terms of gastronomic tourism of the Aegean Region.

Keywords: Wild Edible Plant, Gastronomy Tourism, Aegean Region

Citation Information/Kaynakça Bilgisi

Karadağ, Ü. ve Özer, Ç. (2022). Gastronomi Turizmi Açısından Yenilebilir Otların Önemi: Ege Bölgesi Örneği. *Asya Studies-Academic Social Studies / Akademik Sosyal Araştırmalar*, 6(22), 249-256.

GİRİŞ

Gıda ve sağlık gibi temel gereksinimlerin karşılanmasında sıkça tercih edilen yenilebilir otlar, hem doğal bir kaynak grubu olarak hem de var olan bütün ekolojik yapının birçok temel ihtiyacını karşılayan en önemli canlı yapı olarak bilinmektedir (Uyanık vd., 2013). Bitki toplulukları toplumsal yaşama sağladıkları faydalar ile gelecek nesiller için adeta yaşamın sigortası niteliği taşımaktadır. Bilinen bitki topluluklarından yaklaşık 15 farklı ana bitki çeşidinin, insanların yaşamlarını sürdürebilmesi adına sıklıkla tüketildiği görülmektedir (Uysal, 2004).

Beslenme amacıyla bitkilerin toplanması konusu incelendiğinde çok eski zamanlara gitmek mümkündür. Aslında insanoğlunun var olduğu andan itibaren beslenme gereksinimini doğadan karşıladığı bilinmektedir. Bununla birlikte topluluk halinde yaşamaya başlayan insanoğlunun temel besin ihtiyaçlarını zaman içerisinde yaşadıkları yerlerdeki dağlık bölgelerden, ormanlık alanlardan veya su kenarlarında yetişen bitki örtüsünden elde ettiği bitkilerle sağladığı ve günümüzde hem geleneksel yapının devam ettiği hem de söz konusu ürünlerin üretiminin de sağlandığı bilinmektedir (Faydaoğlu ve Sürücüoğlu, 2011; Baytop, 1999).

Tarih boyunca insanlar, ihtiyaçlarına ve gözlemlerine bağlı olarak çevresindeki en önemli varlıklardan biri olan bitkileri tanımaya ve ondan çeşitli amaçlarla yararlanmaya çalışmıştır. Bitkilerin faydalı yönlerinden yararlanmak ve zararlarından kaçınmak için tanımlanabilmesine özen göstermiş ve belirtmek istenen bitkinin kolayca anlaşılmasını sağlamak için onlara çeşitli özelliklerine göre özel adlar vermişlerdir (Bulut, 2018: 565).

Türkiye’de yenilebilir ot üretimi büyüyerek hacmini artırmaya devam etmektedir. Ayrıca tüketim boyutunda da Türkiye’de insanların sıklıkla tercih ettiği “ürünler arasındaki yerini korumaktadır. Türkiye’nin yenilebilir bitki alanında özellikle sahip olduğu güçlü yanları sayesinde avantajlı olduğu bilinmektedir.

Gastronomi konusu da alanyazında son zamanlarda sıklıkla incelenen bir konu olarak dikkat çekmektedir. Yemeğin tarihsel yolculuğunda fizyolojik ihtiyaçtan, sosyal ve kültürel bir etkinliğe dönüşmesi beraberinde gastronomi kavramının ve gastronomi turizmi gibi kavramların doğmasını da sağlamıştır (Özdemir ve Altuner, 2019).

Gastronomi turizmi temel olarak yeme içme faaliyetlerine dayalı bir turizm türü olarak dikkate alındığında, yenilebilir yabani otların da söz konusu turizm kavramı içerisinde ele alınması beklenebilir. Ancak alanyazında yenilebilir bitkiler ile gastronomi turizminin bütünleştirildiği daha fazla çalışmaya gereksinim duyulduğu görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı yenilebilir bitki çeşitliliği oldukça fazla olan Ege Bölgesi’nin sahip olduğu bu özelliğini gastronomi turizmi çerçevesinde ortaya koymaktır.

ALANYAZIN TARAMASI

Yenilebilir ot kavramı, alanyazında sıklıkla irdelenmeye başlamış, gastronomi ve gastronomi turizmi açısından önemi gitgide artmıştır. Yenilebilir bitki veya alanyazında da sıklıkla kullanıldığı haliyle yenilebilir ot, aslında genel olarak doğada yabani olarak yetişen, uygun seviyede olgunluğa erişmiş, gerektiği anda ve miktarda toplanan ve yenilebilir kısımları farklı pişirme yöntemleriyle mutfaklarda kullanılan bir üründür (Kallas, 1996). Bir diğer çalışmada, yenilebilir otlar, kendi tabiat alanlarında, herhangi bir beşeri unsurla etkileşime geçmeksizin kendi varlığıyla yetişebilen canlılar olarak tanımlanmaktadır (Leonti, vd., 2006). Baysal’a (2015) göre de yenilebilir bitkiler, belli mevsim ve yörelerde kendiliğinden yetişebilen, belirli bir ekonomik değeri olan ve yetiştiği bölgede yerel halk tarafından zamanı geldiğinde toplanıp yemeklerde kullanılan otlardır. Baysal çalışmasında yenilebilir otlara örnek olarak, yemlik, yarpuz, ısırgan, kızılıklık ve ahlat gibi ürünleri göstermektedir.

Türkiye’de özellikle Ege, Marmara, Akdeniz ve Doğu Karadeniz bölgelerinde yetişen bitkilerin gerek dünya pazarında gerekse yurtiçinde sıklıkla tüketildiği bilinmektedir (Bayram vd., 2010). Dünya pazarında Türkiye’de yetişen bitkilerin güçlü bir tüketim sayısına ulaşmasının, Türkiye’nin sahip olduğu doğal ve coğrafik özellikleri ile iklim ve bitki çeşitliliğine bağlı olduğu görülmektedir. Bununla birlikte dünya genelinde üretilen tıbbi, kozmetik ve gıda maddelerinin ham madde niteliğini taşıyan bitki türlerinin Türkiye topraklarında kolaylıkla yetişebildiği belirtilmektedir (Faydaoğlu ve Sürücüoğlu, 2011).

Çakılcıoğlu ve diğerlerine (2010) göre Türkiye sahip olduğu coğrafi avantajlar nedeniyle, bitki türleri bakımından en önemli çeşitliliğe sahip ülkeler arasında yer almaktadır. Bir diğer ifadeyle Türkiye, sahip olduğu bitki topluluğu ve endemik bitki türleriyle birçok bölgeden üstün bir konumdadır. Türkiye’nin gıda amacıyla tükettiği yenilebilir bitki türünün yaklaşık 10.000 seviyelerinde olduğu görülmektedir (Şenkul ve Kaya, 2017; Urhan, vd., 2016).

Yenilebilir bitkiler üzerine yapılan alanyazın taramasında yurt içinde ve yurt dışında çeşitli çalışmalar yapıldığı görülmektedir.

Güvenç ve Kaya (1996) ile Çetinkaya ve Yıldız (2018), Erzurum’da gerçekleştirdikleri farklı çalışmalarda yöre halkının gıda tüketimi noktasında yenilebilir otlara sıklıkla başvurduklarını ortaya koymaktadır. Çalışmaya göre, yörede 20’den fazla yenilebilir otun kullanıldığı görülmektedir. Özellikle bağa yaprağı, ısırgan otu, caşır, evelik otu, pırpırım otu ve yarpuz otunun genellikle tercih edildiği belirtilmektedir.

Yenilebilir otlar üzerine Karadeniz Bölgesi ile ilgili de çalışmalar alanyazında yer almaktadır. Birinci (2008), çalışmada Karadeniz Bölgesi’nin kendiliğinden yetişen otların gıda alanında, tıbbi alanda ve kozmetik alanında kullanıldığını belirtmektedir. Çalışmada 27’den fazla yenilebilir otun Karadeniz Mutfağı’nda kullanıldığı ortaya konulmaktadır.

Karadeniz Bölgesi ile ilgili bir diğer çalışma Türkan vd (2006) tarafından gerçekleştirilmiş olup, çalışmada yaklaşık 35 farklı yenilebilir bitkinin yetiştirildiği belirtilmektedir. Ebegümece, papatya, gelincik ve ballıbaba gibi bitkilerin sıklıkla tüketildiği ifade edilmektedir.

Yenikalaycı (1996), İç Anadolu Bölgesi’nin yenilebilir ot tüketimini araştırdığı çalışmada özellikle Kayseri ve çevresi ile ilgili değerlendirmelerden bulunmuş ve oldukça fazla bitki çeşitliliği dikkat çekmiştir. Tıbbi alanda, kozmetik alanında ve gıda alanında sıklıkla otlara başvurulduğu belirtilmiştir.

İç Anadolu Bölgesi ile ilgili yapılan bir diğer çalışmada Yücel vd (2010), Eskişehir ve çevresini incelemektedir. Çalışmaya göre, yörede 25 farklı bitki türünün gıda olarak tüketildiği belirtilmektedir. Bitkilerin pişirilerek yemeklerde ve yine çalışmada çiğ olarak salatalarda kullanıldığı ortaya konulmaktadır.

Ege Bölgesi, yenilebilir otların bir kültür olarak mutfaklarda sıklıkla kullanılan geleneğe sahiptir. Tan ve Taşkın (2009), yaptıkları çalışmalarında yaklaşık 70’ten fazla ot türünün tüketildiğini ifade etmektedirler. Yine aynı çalışmada yörenin yenilebilir bitki çeşitliliği bakımından avantajları detaylarıyla aktarılmaktadır. Kaya vd (2002), yaptıkları çalışmada Ege Bölgesi’nde tüketilen otları detaylarıyla sunarken, İskenderoğlu (2018), Seferihisar’da 20’den fazla bitkinin yemek olarak kullanımını ve farklı özellikleriyle analizini ortaya koymaktadır.

Çalışmada bahsedilen araştırmaların dışında Türkiye’nin bitki çeşitliliğini, söz konusu çeşitliliğin tüketim şekillerini ve otların yetiştiği yerleri ortaya koyan Baytop’un (1999), Tuzlacı’nın (2011) ve Davis’in (1965-1985) araştırmaları da alanyazında yer almaktadır.

Gastronomi kavramı incelendiğinde güncel bir olgu olduğu dikkat çekmektedir. Söz konusu kavram, 1801 yılında Berchoux tarafından alanyazına kazandırılmış ve 1835 yılında da Fransız Akademisinde alanyazında kullanılarak resmileştirilmiştir (Gürsoy, 2014).

Gastronomi çok yönlü bir kavram olarak ifade edilmektedir. Santich’e (2007) göre, gastronomi, yalnızca ortaya konulan yiyecek ve içecek ürünlerinin hazırlanışı ve tüketiliş biçimleriyle değil aynı zamanda ilgili tüketimin sanat, tarih, kültür, edebiyat ve felsefe gibi diğer düşünce ve bilim dallarıyla da ilişkisiyle ilgilenmektedir. Gastronomi aynı zamanda antropoloji, sosyoloji, ekonomi, kimya, ziraat, ve tıp gibi farklı alanlarla da etkileşim içindedir (Akbaba ve Kendirci, 2016).

Gastronomi, yiyecek ve içeceğe dayalı üretimin bir takım kurallar dahilinde hem estetiğe hem de lezzete uygun gerçekleşmesi felsefesini ortaya koyan, üretim, servis ve tüketim süreçlerinin tamamında yer alan yemek sanatı akımı olarak tanımlanmaktadır (Dilsiz, 2010).

Gastronomi ile ilgili gelişmeler birçok farklı branşta da ilgiyle incelenmeye devam etmektedir. Bununla birlikte gastronomi tüketicilerin dışarıda yeme içme alışkanlıklarının artması ile birlikte turizm kavramı ile de iç içe geçmeye başlamıştır. Ekici ve Özcan (2020), turistlerin tatil kararları ile ilgili yaptığı çalışmada, tercih edilen bölgenin yöresel ürünlerinin olmasının, söz konusu yemeklerin lezzetli olmasının ve gastronomi turizmi çerçevesinde farklı etkinliklerin var olmasının destinasyon seçimlerinde etkili olduğunu ifade etmektedir.

Bu kapsamda gastronomi turizmi kavramının ön plana çıktığı görülmektedir. Gastronomi turizmi kavramı alanyazında ilk kez Long (1998) tarafından kullanılmış ve birbirinden farklı kültürleri sahip oldukları yöresel yiyecek ürünleriyle açıklayarak, turistlerin özellikle yeme içme ürünleriyle deneyimlerini ortaya koyan bir terim olarak ifade etmiştir (Aksoy ve Sezgi, 2015). Bir başka bakış açısıyla yeme içme ürünleri, turistlerin tatilleri süresince giderdikleri bir gereksinim olmaktan çıkmış ve uğruna tatil yapılan veya seyahat edilen amaç olarak yeniden doğmuştur (Stone vd., 2019).

Yüncü (2010), gastronomi turizmini bölgesel turizmin gelişmesine etki eden, yerel kalkınmaya katkıda bulunan, bölgesel gelişimi arttıran ve rekabet üstünlüğü sağlayan, aynı zamanda yerel kültürün tanınması noktasında avantajlar ortaya koyan önemli bir unsur olarak tanımlamaktadır.

Yenilebilir otlar ile gastronomi turizmi ilişkisinin alanyazında görece daha az incelendiği görülmektedir. Bununla birlikte gastronomi turizminin temelinde yöresel ürünlerin tüketilmesi olduğu düşünüldüğünde özellikle Ege Bölgesi gibi yenilebilir otların sık tüketildiği yerlerde yenilebilir otların oldukça önemli olduğu ortaya konulmalıdır.

Yenilebilir otların, gastronomi turizmi çerçevesinde öneminin arttığı bilinmektedir. Söz konusu gelişme yenilebilir yabancı otların incelenme şeklini tıbbi fayda ve yemek reçetesi gibi konulardan gastronomi turizmi açısından önemli bir ürün olma noktasına ulaştırmıştır (Karaca vd., 2015).

Alanyazın taramasına göre, yenilebilir otlar üzerine yapılan çalışmalarda genellikle ürünlerin toplandığı, hangi yöntemlerle pişirildiği ve sağlığa faydaları gibi konuların irdelendiği görülmektedir. Ancak gastronomi turizmi açısından nasıl değerlendirileceği hususunda daha fazla çalışmaya gereksinim duyulmaktadır (Şimşek ve Güleç, 2020).

BULGULAR

Alanyazın derlemesi sonucunda elde edilen verilere göre, Ege bölgesinde gıda amaçlı yaklaşık 36 farklı otun kullanıldığı görülmektedir. Türkiye’de aynı ota farklı yörelere farklı isimler verildiğinden Tablo 1’de otun Latince ismine de yer verilmektedir.

Tablo 1: Ege Bölgesi’nde Tüketilen Otlar

Bitkinin Yöresel Adı	Bitkinin Latince Adı
Acı Ot	<i>Tamus Communis</i>
Alimeç	<i>Chrysanthemum Segetum</i>
Arapsaçı	<i>Foeniculum Vulgare</i>
Biberiye	<i>Rosmarinus Officinalis</i>
Cızgan	<i>Urtica sp.</i>
Dalleme	<i>Chrysanthemum Coronarium</i>
Deniz Ispanağı	<i>Limonium Sp.</i>
Deve Tabanı	<i>Echium Plantagineum L.</i>
Ebegümeci	<i>Malva Parviflora</i>
Ekşikulak	<i>Oxalis Pes-caprae</i>
Eşek Kekliği	<i>Origanum Vulgare</i>
Fesleğen	<i>Ocimum Basilicum</i>
Genevir	<i>Crithmum Maritimum</i>
Göğeret	<i>Smyrniolum Olusatrum</i>
Güllez	<i>Lamium Moschatum</i>
Hayıt	<i>Vitex agnus-castus</i>
Hindiba	<i>Taraxacum sp.</i>
İtir Otu	<i>Pelargonium Graveolens</i>
İğnecik	<i>Erodium Moshcatum</i>
Kabak Çiçeği	<i>Cucurbita sp.</i>
Kapari	<i>Capparis Spinosa</i>
Karabaş Otu	<i>Lavandula Stoechas</i>
Kenger	<i>Gundelia Tournefortii</i>
Kışyak	<i>Silene Vulgaris</i>
Körmen	<i>Allium Ampeloprasum</i>
Labada	<i>Rumex Pulcher</i>
Mayaotu	<i>Cynara Cardunculus</i>
Meneviş	<i>Pistacia Terebinthus</i>
Mördümük	<i>Lathyrus Sativus</i>
Narpuz	<i>Mentha Pulegium</i>
Sarı Ot	<i>Opopanax Hispidus</i>
Semiz Otu	<i>Portulaca Oleracea</i>
Sirken	<i>Amaranthus Viridis</i>
Tilkicek	<i>Asparagus Acutifolius</i>
Turp Otu	<i>Raphanus Raphanistrum</i>
Zemperlik	<i>Papaver Rhoeas</i>

Kaynak: Tuzlacı, E., (2011), *Türkiye'nin Yabancı Besin Bitkileri ve Ot Yemekleri*, İstanbul: Alfa Yayınları; Baytop, T., (2007), *Türkçe Bitki Adları Sözlüğü*, Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.

Tablo 1’de Ege Bölgesinde sıklıkla gıda olarak tüketilen otlar yer almaktadır. Ege Bölgesi’nin yenilebilir ot bakımından zenginliği, günümüzde mutfaklarda kendini göstermektedir. Ege Bölgesinde bu

kadar farklı ot türünün tüketiliyor olması, söz konusu zenginliğin en büyük göstergesi olarak ifade edilebilir. Semiz otu, Turp otu, Karabaş otu gibi birçok yörede yetişebilen otların Ege Bölgesinde de yetişmesinin yanında Zemperlik, Mördümük, Kenger, Kışyak, Tilkicek ve Arapsaçı gibi yöreye has otların da yetiştiği görülmektedir.

Şengül'ün (2015) Türkiye'nin gastronomi turizmi üzerine gerçekleştirdiği çalışmasında Ege Bölgesi'nde mutfak kültürü için ziyaret edilecek iller sıralaması ortaya konulmaktadır. Çalışmaya göre, İzmir (%41), Muğla (%29,38), Denizli (%22,37) ve Manisa (%21,89) sırasıyla gastronomi turizmi açısından tercih edilen iller arasında yer almaktadır. Özellikle İzmir ve Muğla'nın son zamanlarda yöresel ot yemekleri ile turistlerin dikkatini çektikleri bilinmektedir. Yörede gastronomi üzerine festivallerin ağırlık kazanması (Sivrihisar Dövme Sucuk Festivali, Aydın Uluslararası İncir Festivali, Denizli Çal Bağ Bozumu Kültür ve Sanat Festivali, İzmir Alaçatı Ot Festivali, Manisa Uluslararası Manisa Mesir Macunu Festivali ve Muğla Bodrum Acı Ot Yemekleri Festivali vb.), (Ekerim ve Tanrısever, 2020) yöre restaruntlarında ot yemeklerine daha fazla yer vermesi gastronominin turizm noktasında önemli bir cazibe unsuru olduğunu ortaya koymaktadır. Bu noktadan hareketle yörelerde yetişen yerli unsurların önemi gün geçtikçe artmaya başlamıştır.

Ege Bölgesinde Sık Tüketilen Yenilebilir Otlar ve Özellikleri

Çalışmanın bu bölümünde Ege Bölgesinde halkın yenilebilir otların mutfaklarda kullanımına örnekler verilmektedir. Ege Bölgesinde yenilebilir otlar ile oldukça fazla ürünün yapıldığı belirtilmektedir. Bununla birlikte bu bölümde en sık üretilen veya doğada kendiliğinden var olan otlar hakkında detaylı bilgiler aktarılmaktadır.

Papatya (Chrysanthemum Coronarium / Dallama, Dağlama)

Genellikle 20-70 cm yükseklikte bulunur. Bir yıllık bir bitki türüdür. Sarı çiçekler açan otsu bir bitkidir (Baytop, 2011). Ege ve Akdeniz Bölgesi'nin yerli otu olan papatya, nispeten daha az miktarda da olsa başka bölgelerde de yetişebilmektedir. Bitkinin gıda olarak tüketimi incelendiğinde dikkati çeken bir çeşitlilik göze çarpmaktadır. Sürgünleri, haşlanarak haşlama bitki salatasında kullanılır. Yaprakları çiğ olarak salatada tüketilir. Unlama isimli yemekte alimeç otu ile birlikte pişirilir. Ispanak gibi kavularak yoğurtlu veya yoğurtsuz kavurması yapılır (Tuzlacı, 2011).

Şevketi Bostan (Gundelia Tournefortii / Kenger / Könger)

Kenger ismiyle de bilinen şevketi bostan, Türkiye'nin Ege, Marmara, Karadeniz, Akdeniz ve İç Anadolu Bölgeleri'nde yayılış gösteren bir bitkidir. Düşük rakımlı ve ılıman hava şartlarında yetiştiği görülmektedir. 100 cm'ye kadar uzayabilen şevketi bostan, tek yıllık, iki yıllık ve zaman zaman çok yıllık olabilen otsu formda bir yabancı ot türüdür. Çok derinlere inebilen bir kök yapısı vardır. Yaprakları parçalı, oval şeklinde ve dikenlidir (Sarı, vd., 2011). Körpe sürgünleri, kökleriyle birlikte pişirilerek, yemeği yapılır. Kökünden ve gövdelerinden çıkarılan sakızı kenger sakızı olarak bilinir. Körpe ve sütlü gövdeleri çiğ olarak yenilir. Toprakaltı kökünden ve yapraklarından soğanlı ve sarımsaklı kavurması yapılır (Gök, 2011).

Tilkicek (Asparagus Acutifolius / Dilkicek, Tilkişen / Kuşkonmaz)

Çalılık şeklinde yaygın bir biçimde yayılış gösteren ve dikenli yapraklara sahip bir ot türüdür. Yapısı başlangıç itibarıyla otsu, daha sonra odunsudur. Uçlara doğru yapraklar ve dikenler belirlemeye başlar (Tan ve Taşkın, 2009). Ana vatanı Akdeniz olan bu bitki türü, çeşitli bitki toplulukları içerisinde, kıyı kenarlarında ve özellikle tarımsal arazilerde görülmektedir (Molina vd.,2012). Ege Mutfağı'nda çok farklı kullanım şekilleri olan tilkicek otu, klasik ot çeşitleri gibi pişirme yöntemleri ile karşımıza çıkmaktadır. Genç sürgünlerinin ve filizlerinin yumurtalı olarak kavurması yapıldığı gibi, yoğurtlu veya yoğurtsuz olarak da tüketilmektedir. Bununla birlikte haşlandıktan sonra ekşili ve domatesli soslar eşliğinde et yemeklerinde de kullanılmaktadır (Tan ve Taşkın, 2009).

Kışyak (Silene Vulgaris / Gışyak / Gavşık)

Birçok farklı yöresel isme sahip kışyak otu, 80 cm'ye kadar uzayabilen, çok yıllık, otsu formda yetişebilen bir bitkidir. Beyaz ve kırmızı renkli çiçekler açan, özellikle Batı Anadolu'da çiçekleri, yaprakları ve dalları kullanılan yabancı bir ot türüdür (Baytop, 2007). Merkezi, Akdeniz olan bu bitkinin morfolojik özellikleri birbirinden farklı olan birçok alt türü vardır (Bratteler, Baltisberger ve Widmer,

2006). Yörede tüketilen alt türü vulgaristir. Sık kullanılan bir bitkidir. Kışyak otunun, körpe yapraklı sürgünlerinden isteğe göre yumurtalı veya yumurtsız bitki kavurması yapılır. Haşlanarak sarımsaklı yoğurtla tüketilir. Böreklerde iç malzeme olarak da kullanılır (Tuzlacı, 2011).

Sirken (Amaranthus Viridis / Sirken)

20 cm'ye kadar boylanabilen sirken otu, tek yıllık bir bitkidir. Genellikle yaz aylarında görülen bitki, otsu formdadır. Yörede iki türü görülmektedir. Parlak renkli, yeşil ve tüsüz yapraklı olan türü ile gri renge çalan türü bulunmaktadır (Kahraman, Erkan ve Özdamar, 2008). Sirken otu, yörede, gıda olarak börek, kavurma ve salata biçimlerinde tüketilmektedir (Yücel, vd., 2011).

Körmen (Allium Ampeloprasum / Köndem / Çayır Soğanı)

Allium türlerinin genel adıdır. Çayır soğanı olarak da bilinir. Çok yıllık bir bitki olup, otsu formda yetişmektedir. Kendine ait özel bir kokusu olan bu yabani ot türünün, derinlere inebilen soğanı kökleri bulunmaktadır. Bu türlerin soğan ve yaprak kısımları, yörede soğan veya sarımsak yerine tüketilmekte olup salata olarak kullanıldığı görülmektedir (Baytop, 2007).

Labada (Rumex patientia / Rumex Pulcher / Efelek)

Gerek Ege Bölgesinde gerekse Anadolunun hemen hemen tamamında yetiştiği söylenebilir. Ortalama 20-50 cm arasındayemiş yapraklarıyla, ekşimsi tadıyla özellikle sarma tarzı yemeklerde tercih edilen bir ot türüdür. Labada toplanırken dikkat edilmesi gereken önemli bir husus vardır. Özellikle salyangozların açtığı delikler sayesinde aynı kökten türeyen yaprakların tercih edilmesi acı labadalardan korunmak anlamına gelmektedir (Tunçgenç ve Tunçgenç, 2008).

İğnelik (Erodium Moshcatum / İğnelik)

Oldukça yoğun hissedilen kokusu bulunduğundan diğer otlar ile birlikte tüketile iğnelik sivri sürgün yapısı ve pembe çiçekleriyle dikkat çekmektedir. Börek iç malzemesi olarak veya pilavlarda kullanıldığı gibi kavrularak da tüketilmektedir (İnaltonç, 2006).

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Yörenin sahip olduğu yenilebilir ot zenginliği Ege Bölgesi'nin bilinen en önemli özellikleri arasında yer almaktadır. Bununla birlikte bu özelliğin gastronomi turizmi açısından yeterince değerlendirilemediği görülmektedir. Söz gelimi Alaçatı Ot Festivali, bölgenin tanınması ve kalkındırmasında önemli bir rol oynamaktadır. Her ne kadar bu ve benzeri festivaller düzenlenip yenilebilir otlar tanıtılsa da yeterince etkili olduğu düşünülmemektedir. Bu durum yörenin bitki zenginliğinin hak ettiği ölçüde tanınmamasına yol açmaktadır. Başta yerel yönetimler olmak üzere gastronomi ile ilgili tüm paydaşlara bu konuda oldukça önemli görevler düşmektedir.

Ege Bölgesi'nde toplanan yenilebilir otların genellikle benzer şekillerde pişirme süreçlerinden geçirilerek mutfaqlarda yer aldığı görülmektedir. Yörede yenilebilir otlar, börek iç malzemesi olarak, kavru olarak veya haşlanarak benzer niteliklerde tüketilmektedir. Var olan pişirme yöntemlerine ek olarak uluslararası ürünlere vurgu yapacak nitelikte farklı pişirme yöntemlerinin kullanılarak reçetelere katılması, bilinirliği artıracak unsurlar arasında yer almaktadır. Bu husus yabancı turistlerin gastronomi amacıyla seyahatlerini arttıracak bir teşvik unsuru da olabilecektir.

Yörede semizotu, kuşkonmaz, ısırgan, turp otu ve papatya gibi ülke genelinde de sıklıkla yetiştiği görülen otlar olmakla birlikte, daha yöreye ait kışyak, şevketi bostan, sirken, körmen ve cızgan gibi bitkilerin de varlığı dikkat çekmektedir. Ürün çeşitliliğinin de artırılması gastronomi turizmi açısından daha fazla kitleye ulaşılmasına olanak sağlayacaktır.

Dünyada gelişim gösteren slow food akımının, Ege Bölgesine ve özellikle bölgenin sayfiye yerlerine oldukça uygun olduğu düşünülmemektedir. Bunun en önemli nedeni hem fast food (hızlı yemek) kültürünün yörede görülmemesi hem de yöresel yabani otların çeşitliliğidir. Söz konusu akımın uygunluğu ve dünya genelinde bölgenin kabul edilebilirliğinin sağlanması yine gastronomi çerçevesinde önemli bir aktör olarak kullanılabilir bir unsurdur.

Ülkede yenilebilir otların isimleri yöreden yöreye farklılık göstermektedir. Bu durum hem karmaşıklığa yol açmakta hem de otların özellikle yabancı turistlere tanıtımı noktasında çelişkiler oluşmasına neden olacağı düşünülmemektedir. Çözüm olarak bütün bitkileri kapsayan tek bir yapının oluşturulmasında fayda görülmektedir.

Bölgede yetişen yenilebilir yabani otların tüm yönleriyle uluslararası alanyazında yer alacak şekilde çalışmaların artırılmasının gastronomi araştırmaları anlamında ve yöreye yabancı araştırmacıların dolayısıyla uluslararası talebin artırılması anlamında oldukça faydalı olacağı düşünülmektedir.

Yapılan taramalarda 40'tan fazla ot çeşidinin bölgede yetiştiği görülmektedir. Bununla birlikte ulaşılabildiği bölgeler düşünüldüğünde, yöre halkından yaşlılarından bilgi aktarımı noktasında yeterince faydalanılmadığı ihtimali göz önünde bulundurulduğunda veya geçmişte kullanılmasına rağmen günümüzde bazı türlerin yetişmediği dikkate alındığında aslında bu rakamın daha da yukarıda olacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla daha gelişmiş ve detaylı çalışmaların gerek bölge özelinde gerek ülke genelinde yapılması gerektiği görülmektedir.

Yenilebilir yabani otların mutfaklarda tüketilmesi sadece yörelerin kırsal veya sayfiye bölgelerinde değil ülkenin geneline yayılması birey ve toplum sağlığı açısından önem taşımaktadır. Yenilebilir bitkilerin taşıdıkları değerli mineraller insan sağlığı açısından oldukça faydalı bileşenlerdir. Söz konusu bilgilerin genç kuşaklara düzenli olarak aktarımı hem sağlık açısından hem de oluşturulabilecek gastronomi turizminin sürdürülebilirliği açısından önemli bir unsur olarak dikkat çekmektedir.

Konunun ekonomik olarak değeri de yadsınamaz bir gerçeklik olarak karşımıza çıkmaktadır. Hem makro olarak dünya pazarlarında hem mikro ölçekte ülke yerel pazarında söz konusu bitkilerin satış hacimleri önemli noktalara ulaşma potansiyeli bulunmaktadır. Dolayısıyla gastronomi turizmi ile bütünleşik olarak dış dünyaya açılması sağlanan yenilebilir otlar, bu anlamda da ciddi bir katma değer sağlayacaktır.

Yazarlık Katkısı

Bu çalışma yazarların eşit katkılarıyla hazırlanmıştır.

Etik Kurul Beyanı

Bu çalışma kuramsal derleme çalışması olduğu için etik kurul izni gerektirmemektedir.

KAYNAKÇA

- Akbaba, A. ve Kendirci, P. (2016). Gastronomi Turizmi ve Coğrafi İşaretleme Ürünler. İçinde (Ed. Özdoğan, O. N.), *Yiyecek İçecek Endüstrisinde Trendler 2*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Aksoy, M. ve Sezgi, G. (2015). Gastronomi Turizmi ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi Gastronomik Unsurları. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(3), 79-89.
- Bayram, E.; Kırıcı, E.; Tansi, S.; Yılmaz, G.; Arabacı, O.; Kızıllı, S. ve Telci, İ. (2010). Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Üretimini Arttırılması Olanakları, *Ziraat Mühendisliği VII. Teknik Kongresi Bildiriler Kitabı-1 (11-15 Ocak 2010)* İçinde (s. 437-457). Ankara.
- Baysal, A. (2016). *Genel Beslenme*. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayın San.Tic. Ltd. Şti.
- Baytop, T. (2007). *Türkçe Bitki Adları Sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Birinci, S. (2008). Doğu Karadeniz Bölgesinde Doğal Olarak Bulunan Faydalı Bitkiler ve Kullanım Alanlarının Araştırılması, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), (Danışman: Prof. Dr. Menşure Özgüven), Adana: Çukurova Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Bulut, S. (2018). Eski Uygur Türkçesinde Türkçe Bitki Adlandırmaları -1: Yiyecek-İçecek Olarak Kullanılan Bitkiler. *TÜRÜK Uluslararası Dil, Edebiyat ve Halkbilimi Araştırmaları Dergisi*, 6(12), 562-588.
- Çakılcıoğlu, U.; Şengün, M. T. ve Türkoğlu, İ. (2010). An Ethnobotanical Survey of Medicinal Plants of Yazıkonak and Yurtbaşı Districts of Elazığ Province. *Turkey. Journal of Medicinal Plants Research*, 4(7), 567-572.
- Çetinkaya, N. ve Yıldız, S. (2018). Erzurum'un Yenilebilir Otları ve Yemeklerde Kullanım Şekillerine Yönelik Bir Araştırma. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek.1), 482-503.
- Dilsiz, B. (2010). Türkiye'de Gastronomi ve Turizm, (İstanbul Örneği), (Yüksek Lisans Tezi), (Danışman: Yrd. Doç. Dr. Şehnaz Demirkol), İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ekici, Y. ve Özcan, C. C. (2020). Destinasyon Seçiminde Tüketici Tercihlerini Etkileyen Faktörler: Mersin Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(3), 1899-1921.

- Faydaoğlu, E. ve Sürücüoğlu, M. S. (2011). Geçmişten Günümüze Tıbbi ve Aromatik Bitkilerin Kullanılması ve Ekonomik Önemi. *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 11(1), 52-67.
- Gürsoy, D. (2014). *Deniz Gürsoy'un Gastronomi Tarihi*. İstanbul: Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık.
- Güvenç, İ. ve Kaya, Y. (1996). Erzurum'da Sebze Olarak Değerlendirilen Yöresel Bazı Bitkiler. *Atatürk Üniv. Zir. Fak. Dergisi*, 0(27), 369-374.
- İnaltong, T. (2006). *Bir Ot Masalı*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- İskenderoğlu, M. (2018). Yenilebilir Endemik Bitkilerin Zeytinyağlı Yemeklerde Kullanımı: Seferihisar Örneği, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), (Danışman: Doç. Dr. Mehmet Sarıoğlan), Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kallas, J. (1996). Edible Wild Plants from Neighborhood to Wilderness: A Catalyst for Experiential Education. *Association for Experiential Education 24th Annual International Conference Proceedings*, (1996 September 26-29) İçinde (s. 140-144). Spokane, WA.
- Karaca, O. B.; Yıldırım, O. ve Çakıcı, C. (2015). Gastronomi Turizminde Otlar, Ot Yemekleri ve Sağlıkla İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(3), 27-42.
- Kaya, İ.; İncekara, N. ve Nemli, Y. (2002). Ege Bölgesi'nde Sebze Olarak Tüketilen Yabani Kuşkonmaz, Sirken, Yabani Hindiba, Rezene, Gelincik, Çoban Değneği ve Ebegümecinin Bazı Kimyasal Analizleri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Dergisi*, 14(1), 1-6.
- Leonti M.; Nebel S.; Rivera D. ve Heinrich M. (2006). Wild Gathered Food Plants in the European Mediterranean: A Comparative Analysis. *Economic Botany*, 0(60), 130-42.
- Long, L. M. (2004). *Culinary Tourism*. Lexington: University Press of Kentucky.
- Özdemir, G. ve Dülger A. D. (2019). Gastronomi Kavramları ve Gastronomi Turizmi Üzerine Bir İnceleme. *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(1), 1-14.
- Santich, B. (2007). The Study of Gastronomy: A Catalyst For Cultural Understanding. *The International Journal of the Humanities*, 5(6), 53-58.
- Stone, M. J.; Migacz, S. ve Wolf, E. (2019). Beyond the Journey: The Lasting Impact of Culinary Tourism Activities. *Current Issues in Tourism*, 22(2), 147-152.
- Şengül, S. (2015). Akdeniz Bölgesi Mutfak Kültürü ve Yöresel Yemekleri. (Ed.: S. Şengül, A. Çakır ve G. Çakır). *Yöresel Mutfaklar İçinde* (s. 95-114). Ankara: Beta Basım Yayım.
- Şenkul, Ç. ve Kaya, S. (2017). Türkiye Endemik Bitkilerinin Coğrafi Dağılışı. *Türk Coğrafya Dergisi*, 0(69), 109-120.
- Tan, A. ve Taşkın, T. (2009). *Ege Bölgesi'nde Sebze Olarak Kullanılan Yabani Bitki Türleri (Yenilen Otlar)*. İzmir: Meta Basım.
- Tunçgenç, Ş. ve Tunçgenç, M. (2008). *Giritli Türklerin Mutfağından Ot ve Sebze Yemekleri*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Tuzlacı, E. (2011). *Türkiye'nin Yabani Besin Bitkileri ve Ot Yemekleri*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Türkan, Ş.; Malyer, H.; Özaydın, S. ve Tümen, G. (2006). Ordu İli ve Çevresinde Yetişen Bazı Bitkilerin Etnobotanik Özellikleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 0(10), 162-166.
- Urhan, Y.; Ege, M-E.; Öztürk, B. ve Elgin-Cebe, G. (2016). Türkiye Gıda Bitkileri Veritabanı. *Ankara Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi*, 40(2), 43-57.
- Uyanık, M.; Kara, Ş. M.; Gürbüz, B. ve Özgen, Y. (2013). Türkiye'de Bitki Çeşitliliği ve Endemizm. *Ekoloji 2013 Sempozyumu İçinde* (s.1-6). Tekirdağ.
- Uysal, İ. (2004). Canlı Doğal Kaynaklarımız: Türkiye'de Biyoçeşitlilik. *Türk Tarım Dergisi*, 0(155), 20-26.
- Yenikalaycı, A. (1996). Pınarbaşı (Kayseri) Yöresinde Bitkilerin İlaç, Baharat, Boya ve Gıda olarak Kullanılmalarının Araştırılması, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), (Danışman: Doç. Dr. Saliha Kırıcı), Adana: Çukurova Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Yücel, E.; Güney, F. ve Şengün, İ.Y. (2010). The Wild Plants Consumed as a Food in Mihalicçık District (Eskişehir/Turkey) and Consumption Forms of These Plants. *Biological Diversity and Conservation*, 0(3), 158-175.
- Yüncü, H. R. (2010). Sürdürülebilir Turizm Açısından Gastronomi Turizmi ve Perşembe Yaylası. *Aybastı-Kabataş Kurultayı İçinde* (s. 27-34). Ankara.