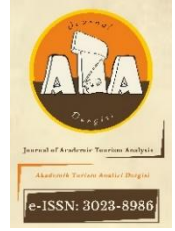




Journal of Academic Tourism Analysis

Akademik Turizm Analizi Dergisi

JournalATA.com



Different Flavors, Shared Theme: Olive Oil

Farklı Tatlar Ortak Tema: Zeytinyağı

Gizem Sena KESKİN^{1,*}, Hasan Hüseyin KARA²

ARTICLE INFO

Review Article

Article history:

Received : September 24, 2024

Revised : December 16, 2024

Accepted : December 23, 2024

Available : December 31, 2024

Keywords:

Olive
Olive Oil
Gastronomy
Turkish Cuisine
Cuisine Culture

ABSTRACT

Food is a cultural element with both individual and social dimensions, and the physical and cultural geography in which it is located directly affects culinary traditions. Also, from the point of view of consumers, there has been an increasing trend towards healthy eating and consumption of nutritious products, which is known to lead to an increased interest in olives and olive oil. When the history of olive oil is examined, it is stated that the ancient Greek and Roman civilizations had an important place in culinary practices, and the use of olives and olive oil has continued since those times. Olive oil has the property of being one of the richest vegetable oils containing bioactive components such as monounsaturated fatty acids, flavonoids, vitamins and sterols. Olive oil grown in the coastal regions of the Mediterranean is a natural oil obtained only by mechanical and physical processes. This process supports the unique taste, flavor and aroma of olive oil while preserving the components beneficial to human health. Olive fruit and olive oil are widely used in Turkish cuisine, adding flavor to dishes and providing many health benefits. This study focuses on olive oil dishes in Turkish culinary culture by reviewing the existing literature on the subject. The results show that olive oil consumption and related recipes are limited in Turkey, and some regions prefer less healthy fats compared to olive oil. In the light of the findings of the study, it is recommended to make efforts for the development of olive oil consumption culture and the regulation of olive oil-related activities.

MAKALE BİLGİSİ

İnceleme Makalesi

Makale Süreci:

Gönderim : 24 Eylül 2024

Düzeltilme : 16 Aralık 2024

Kabul : 23 Aralık 2024

Yayımlanma : 31 Aralık 2024

Anahtar Kelimeler:

Zeytin
Zeytinyağı
Gastronomi
Türk Mutfağı
Mutfak Kültürü

ÖZ

Yemek, bireysel ve toplumsal boyutlara sahip bir kültürel unsur olup içinde bulunduğu fiziksel ve kültürel coğrafya doğrudan mutfak geleneklerini etkilemektedir. Ayrıca, tüketiciler açısından sağlıklı beslenme ve besleyici ürünlerin tüketimine yönelik artan bir eğilim bulunmaktadır, bu durumun zeytin ve zeytinyağına olan ilginin artmasına neden olduğu bilinmektedir. Zeytinyağı tarihine bakıldığında, antik Yunan ve Roma uygarlıklarının mutfak pratiklerinde önemli bir yere sahip olduğu ve zeytin ile zeytinyağı kullanımının o dönemlerden günümüze kadar devam ettiği görülmektedir. Zeytinyağı, tekli doymamış yağ asitleri, flavonoidler, vitaminler ve steroller gibi biyoaktif bileşenler içeren en zengin bitkisel yağlardan biri olma özelliğine sahiptir. Akdeniz'in kıyı bölgelerinde yetişen zeytinden yalnızca mekanik ve fiziksel işlemlerle elde edilen bu doğal yağ, insan sağlığına faydalı bileşenleri korurken kendine özgü tat, lezzet ve aromayı da desteklemektedir. Zeytin meyvesi ve zeytinyağı, Türk mutfağında yaygın olarak kullanılmakta; yemeklere lezzet katmakta ve birçok sağlık faydası sağlamaktadır. Bu çalışma, konuya ilişkin mevcut literatürü inceleyerek Türk mutfak kültüründe zeytinyağlı yemeklere odaklanmaktadır. Sonuçlar, Türkiye'de zeytinyağı tüketimi ve bu yağla ilgili tariflerin sınırlı olduğunu, bazı bölgelerin ise zeytinyağına kıyasla daha az sağlıklı yağları tercih ettiğini göstermektedir. Çalışmanın bulguları ışığında, zeytinyağı tüketim kültürünün geliştirilmesi ve zeytinyağıyla ilgili etkinliklerin düzenlenmesine yönelik çabaların artırılması önerilmektedir.

1. GİRİŞ

Gastronomi kavramı, insanlar tarafından tüketimi sağlanan yiyecek ve içeceklerin tarihî boyutunun da ele alınarak tüm niteliklerinin ayrıntılı olarak araştırılmasını ve bunların günlük yaşama uygulanmasını sağlayan bir yemek sanatı ve bilim dalıdır (Keser, Tunalioglu & Avunduk, 2018). Geçmişten günümüze kadar medeniyet kavramı

PhD. Stud., Department of Gastronomy and Culinary Arts, Faculty of Tourism, Konya Necmettin Erbakan University, Konya, TÜRKİYE

ORCID 0000-0003-1045-6418

¹ Dr. Öğr., Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Turizm Fakültesi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, TÜRKİYE



gsenaolcay@gmail.com

Prof., Department of Nutrition and Dietetics, Nezahat Keleşoğlu Faculty of Health Sciences, Konya Necmettin Erbakan University, Konya, TÜRKİYE

ORCID 0000-0002-4701-8545

² Prof. Dr., Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, TÜRKİYE



hasankara@erbakan.edu.tr

* Corresponding author
Sorumlu yazar



Journal ATA is licensed under CC BY-NC 4.0.
ATA Dergisi CC BY-NC 4.0 ile lisanslanmıştır.



10.5281/zenodo.14582986

yemek sanatı ile yakından ilişkilendirilmiştir hatta toplumun temelini bu kavrama dayalı olduğu düşünülmektedir (Selimoğlu vd., 2018). Toplumdaki bireyler geçmiş deneyimlerinden, yaşadıkları coğrafyadan ve dini inançlar gibi unsurlardan etkilenmiş ve bu kapsamda kendilerine ait bir mutfak kültürü oluşturmuşlardır (Ceylan & Şahingöz, 2019). Mutfak kavramı, yalnızca fiziksel bir alanı değil, aynı zamanda bir kültürel mirasın parçasını da ifade etmektedir (Aktaş & Özdemir, 2007; Batu, 2023). Kültürel miras bağlamında mutfaklar; somut unsurlar olarak malzemeler ve pişirme gereçleri; soyut unsurlar olarak ise tatlar, kokular, tarifler ve yeme-içme gelenekleriyle tanımlanmaktadır (Timothy & Ron, 2013). Çalışmaya konu olan zeytinyağı ise hem somut hem de soyut bir öge olma özelliğini göstermektedir.

Son zamanlarda sağlıklı olma ve sağlıklı ürünleri tüketme çabası, bireylerin zeytin ve zeytinyağı tüketimine olan ilgisini artırmıştır (Cömert vd., 2012). Tekli doymamış yağ asitleri bakımından en zengin ve en bilinen olan bitkisel yağların başında zeytinyağı gelmektedir. İçeriğindeki flavonoidler, vitaminler ve stanoller gibi biyoaktif bileşenlerin yüksek oranda olduğu ve vücut için dışarıdan alınması gereken elzem yağ asitlerini içerisinde barındırdığı bilinmektedir. Zeytin genel olarak Akdeniz'in çevre kıyı bölgelerinde yetişmektedir (Özata & Cömert, 2016). Bunun dışında bazı mikroklima bölgelerinde de zeytin yetiştiriciliği yapıldığı görülmektedir. Doğal zeytinyağı, zeytin meyvesine sadece mekanik ve fiziksel işlemler uygulanması sonucu elde edilmektedir. Bu durum zeytinyağının kendine has tadı, lezzeti ve kokusu olan ve insan sağlığına yararlı bileşenler içeren bir yağ çeşidi olmasını desteklemektedir (Sevim, 2011).

Zeytin meyvesi ve yağı hemen hemen tüm dünya mutfaklarında sıklıkla tüketilmekte ve Türk mutfak kültürü içinde de çeşitli yemeklerde, pilav ve mezelerde kullanılmaktadır (Güdek, Çetin & Durlu-Özkaya, 2016). Zeytinyağı sıklıkla yemeklere lezzet vermesi açısından tercih edilse de zeytinyağının sağlık açısından da pek çok faydası bulunmaktadır. Uygun miktarda zeytinyağı tüketiminin kalp hastalıkları ve çeşitli kanser türlerine karşı koruma sağladığı, ayrıca yaşlanmayı da geciktirdiği bildirilmektedir (Kırmızıkuşak & Yaman, 2021).

Türkiye İstatistik Kurumunun 2024 yılı bitkisel üretim 1. tahmini doğrultusunda, dane zeytin üretiminin 2,9 milyon ton seviyesinde gerçekleşeceği öngörülmüştür. 2023 yılı verilerine göre, toplam zeytin üretiminin %68'i yağlık zeytin olarak değerlendirilmiş ve zeytinyağı üretimi bir önceki yıla kıyasla %80 oranında artış göstermiştir. Aynı dönemde, zeytin ithalatının %99'u Suriye'den gerçekleştirilmiş olup Temmuz ayında dökme ve varilli zeytinyağına yönelik kilogram başına cent fon uygulaması yürürlüğe girmiştir. Ağustos ayında ise zeytinyağı ihracatına üç ay süreyle kısıtlama getirilmiştir ve bu kısıtlamanın da ilerleyen süreçte süresiz şekilde uzatıldığı bildirilmiştir (TÜİK, 2024). Ayrıca 2024/2025 Türkiye Rekolte Raporu, Ulusal Zeytin ve Zeytinyağı Konseyi ile Bornova Zeytincilik Araştırma Enstitüsünün iş birliğiyle hazırlanan rapora göre, Türkiye genelinde toplam 3 milyon 600 bin ton zeytin üretimi beklenmekte; bu miktarın 750 bin tonunun sofralık, 2 milyon 850 bin tonunun ise yağlık zeytin olarak değerlendirileceği öngörülmektedir. Bu süreçte yaklaşık 475.000 ton zeytinyağı üretiminin de gerçekleştirileceği belirtilmektedir (Antalya Ticaret Borsası, 2024).

Dünya ve Türk mutfak kültüründe zeytinyağı tüketimi, genellikle zeytin yetiştiriciliğine uygun olan Akdeniz iklimine sahip bölgelerde yoğunlaşmış olup bu durum bu bölgelerin mutfaklarında zeytinyağlı yemeklerin ve zeytinyağı kullanımının yaygınlaşmasına katkı sağlamaktadır (Kasar, 2021). Zeytin ve zeytinyağı, Türk mutfağında son derece önemli bir yere sahip olup geçmişten günümüze uzanan bir gelenekle yaygın şekilde kullanılmaktadır. Özellikle Ramazan ayında iftar sofralarının vazgeçilmez bir unsuru olan zeytin, Türk mutfağı açısından büyük öneme sahiptir. Benzer şekilde kahvaltılarda da zeytin Türk kahvaltılık kültürünün ayrılmaz bir parçası olarak öne çıkmakta ve kahvaltılık sofralarının temel gıda maddelerinden biri olarak değerlendirilmektedir (Giritlioğlu, 2008). Gastronomik kimliğin ve kültürel mirasın bir simgesi olarak kabul edilen zeytinyağı, mutfak kültürünün tanınırlığını artırmada ve marka değeri oluşturmada kritik bir rol üstlenmektedir (Alonso & Northcote, 2010).

Geçmiş nesillerden aktarılan deneyimler ve zengin birikime sahip mutfak kültürünün etkisiyle, Türk mutfağında pilav, çorba ve et yemeklerinde genellikle tereyağı tercih edilmektedir. Buna karşın, zeytinyağı zeytinyağlı sebze yemeklerinde, ayçiçeği yağı ise kızartmalarda yaygın olarak kullanılmaktadır (Güler, 2010). Yemek yapımında genellikle ayçiçeği yağı ve tereyağının tercih edilmesinin temel nedeni, Türkiye'nin büyük bir bölümünün ekonomik kaynaklarının tarımdan elde edilmesi ve bu durumun ayçiçeği yağının yaygın kullanımını sağlamasıdır; ayrıca ülkede büyükbaş hayvancılığının fazla olması, tereyağının yemeklerde daha sık tercih edilmesini sağlamaktadır (Karaman, 2023). Yağ tercihlerinin ortaya çıkmasındaki en büyük etkenin ise Osmanlı mutfağından Cumhuriyet dönemi mutfağına aktarılan yerel ürünlerin farklılıkları ve bu ürünlerin kullanım alışkanlıkları ile bağlantılı olduğu belirtilmektedir (Faroqhi, 2011; Karaman & Girgin, 2023).

Bu çalışma ile zeytinyağının genel olarak duyuşal ve çeşitli kimyasal özellikleri, bunların sağlığa olan etkileri ile Türk mutfak kültüründe ve bazı dünya mutfak kültürlerine ait, reçetelerinde zeytinyağı yer alan yemeklerin ortaya konulması hedeflenmektedir. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan derleme yöntemi ile 2014- 2024 yılları arasında yazılan ve Google Akademik veri tabanında görüntülenebilen makalelerin taraması neticesinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma için etik kurul onayı gerekmemiştir. Bu kapsamda, zeytin ve zeytin meyvesine ait

kavramsal çerçeve ile zeytinyağı kalitesini etkileyen unsurlar ve zeytinyağının sağlık yönünden hangi etkilere sahip olduğu araştırılmış ve özellikle Türk mutfak kültüründe zeytinyağı kullanım alanları değerlendirilmiştir.

2. ZEYTİNYAĞININ BİLEŞİMİ

Akdeniz ülkelerinde natürel zeytinyağı üretimi ve tüketimi büyük orandadır ve zeytinyağı söz konusu ülkelerin gelir kaynakları kaleminde önemli bir yere sahiptir (Ouni Flamini & Zarrouk, 2016). Dünyada üretilen zeytinlerin büyük kısmı yağlık, bir kısım ise sofralık olarak üretilmektedir (Gündeşli & Küden, 2020). Zeytinyağı herhangi bir kimyasal işlem görmesine gerek kalmadan yemeklik olarak üretilebilen ve tüketilebilen bitkisel yağ olması nedeniyle diğer yemeklik bitkisel yağlara kıyasla daha fazla öneme sahiptir. Zeytinyağının kendine özgü aroması, lezzeti, sağlığa katkıları, raf ömrünün uzun olması ve oksidatif stabilitesi sebebiyle son zamanlarda daha fazla tüketilir hale gelmiştir (Yavuz, 2008).

Zeytin meyvesinin genel bileşimi yaklaşık olarak; %50 su, %30 lipitler, %20 oranlarında karbonhidratlardan oluşmaktadır (Azbar vd., 2004). Zeytinyağı bileşiminin yaklaşık %99'luk kısmının başlıca unsurları trigliseritlerden oluştuğu, %1'lik kısmının ise yağa lezzet, renk, görünüş, aroma gibi kalite kriterlerini oluşturan tokoferoller, renk pigmentleri ve fenolik bileşenlerden meydana geldiği bilinmektedir (Aşık Uğurlu, 2011). Fenolik bileşenler zeytinin yetiştirilmesi, çeşidi ve olgunluğuna göre değişiklik göstermekte, meyvede %0,1- %0,3 oranlarında bulunmaktadır (Nieto, Hodaifa & Lozano Peña, 2010). Zeytin meyvesine özgünlük veren oleuropein maddesi, zeytinde ve zeytinyağında zengin miktarda bulunmaktadır (Yıldız & Uylaşer, 2011).

3. ZEYTİNYAĞI VE SAĞLIK İLİŞKİSİ

Zeytinyağı, A ve D vitaminleri başta olmak üzere pek çok yararlı bileşiklere sahip olan zeytinyağı, kansere karşı savaşan antioksidan üretimi ve içeriğinde kolesterol bulunmaması sebebiyle sağlık açısından faydalı yağlardan biri olma özelliği taşımaktadır (Kaçar, 2010). Zeytinyağının antiinflamatuvar, antioksidan, antikanserojen, antimikrobiyal, antiülser, diyabetik düzenleyici, deri ve sinir sistemi sağlığını koruyucu etkilerinin olduğu bildirilmektedir (Perez- Martinez vd., 2011; Bayram & Özçelik, 2012; Akgül, 2023). Zeytinyağı içeriğinde bulunan etken maddeler sayesinde geleneksel ve tamamlayıcı tıp alanında da zaman zaman kullanım alanı bulmaktadır. Örneğin, doğumu kolaylaştırmada ve çocuklarda ateş düşürme konusunda kullanıldığı; kulak ve karın ağrıları gibi rahatsızlıklara karşı etkili olduğu belirtilmektedir (Işık & Can, 2019).

Antikanser özellikte olduğu bilinen zeytinyağı üzerine yapılan kapsamlı araştırmalar, bu yağın özellikle göğüs ve sindirim sistemi kanserlerinin gelişim riskini azaltmada önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Psaltopoulou vd., 2011). Kanarya Adaları'nda gerçekleştirilen bir başka çalışma da zeytinyağının meme kanserine karşı koruyucu etkisini desteklemektedir (García-Segovia vd., 2006). Yapılan araştırmalar, 20 gram sızma zeytinyağında en az 5 mg hidroksitirosol ve türevleri (oleuropein kompleksi ve tirosol) bulunduğunu ve bu bileşiklerin, zeytinyağı polifenollerini aracılığıyla kan lipitlerinin oksidatif strese karşı korunmasında önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Servili vd., 2013). Bilinen bu etkileri dışında zeytinyağının yoğun bir şekilde tüketildiği Akdeniz diyetini benimseyen bireylerin koroner kalp hastalıkları ile prostat ve kolon kanseri gibi rahatsızlıklara yakalanma riskinin daha düşük olduğunu ortaya koyan bilimsel çalışmalar bulunmaktadır (Kırmızıkuşak & Yaman, 2021). Zeytin yaprağı ve meyvesinde bulunan oleuropein adlı fenolik bileşiğin, zeytinin acımsı ve buruk tadından sorumlu olduğu; aynı zamanda kanser önleyici, antiinflamatuvar, antimikrobiyal özelliklere sahip olduğu ve Alzheimer hastalığını önleyici etkiler gösterebildiği bildirilmektedir (Ötleş & Özyurt, 2012; Gikas vd., 2007). Ayrıca zeytinyağının sağlığa katkısının yanında, kültürel bağlamda kullanımına bakıldığında, Antik Roma döneminde kişisel hijyeni sağlamak için kullanıldığı da bildirilmektedir (Güçlü, 2024).

4. MUTFAK KÜLTÜRLERİNDE ZEYTİNYAĞI KULLANIMI

4.1. Türk Mutfağında Zeytinyağı Kullanımı

Türk mutfağında zeytinyağı tüketiminin tarihsel arka planı incelendiğinde ise ilk zeytinyağı işleme merkezinin İzmir Urla-Çeşme sınırları (Şekil 1) içinde bulunduğu ve bu merkezin milattan önce yaklaşık 6.yüzyıla dayandığı saptanmıştır (Bilgin, 2018). Milattan önce 3.yüzyıla bakıldığında ise Türk mutfağında Akdeniz mutfağından geçen çok önemli izler olduğu, hatta o dönemde Khios (Yunanistan) bölgesinden ticaret amaçlı zeytinyağı getirildiği belirtilmiştir (Abulafia, 2012). Türk tarihinde zeytinyağı kullanımında Osmanlı dönemine gelindiğinde ise zeytinyağı tüketiminin ilk olarak saray mutfaklarında başladığı ancak bu dönemde zeytinyağının yemeklerde kullanılmasından önce aydınlatma aracı, ilaç-sabun yapımı ve makinelerin yağlanması amaçlı kullanıldığı bilinmektedir (Artun, 2007; Doğan, 2008; Işın, 2010). Cumhuriyet dönemine geçişle zeytinyağının yemeklerde kullanımı artmış ve daha sağlıklı yağlar tercih edilmeye başlanmıştır (Kızıldemir, Öztürk & Sarıışık, 2014). Ayrıca yaşanan savaşlar ve ülkeler arası göçler ile milletler kendi mutfak kültürlerini gittikleri coğrafyaya da götürmüşlerdir (Eskiyörük, 2016).



Şekil 1. İzmir- Urla Sınırları İçerisinde Bulunan İlk Zeytinyağı İşleme Aracı (Söz, 2019)

Akdeniz ve Ege bölgelerindeki yemek kültürünün temelini zeytinyağı oluşturmaktadır. Dolmalar, sebzeler, etli yemekler ve pilavlar tamamen zeytinyağı ile pişirilmektedir. Bunun temel sebeplerinden birisi Akdeniz ülkelerinden etkilenmeleri ve zeytinyağı üretimi yapmalarıdır (Tezcan, 2000). Genel olarak bu mutfaklarda kızartma amaçlı ayçiçeği yağı kullanımı oldukça sınırlı iken zeytinyağı kullanımı yaygın bir şekilde tercih edilmektedir. Ayrıca sebze yemeklerinde lezzet verici bir madde olan sarımsak da sıklıkla kullanılmaktadır (Durlu- Özkaya, 2009; Küçük & Onur, 2023). Akdeniz bölgesine ait olan Muğla ili de zeytinyağlı yemekleri ile ön plana çıkmaktadır. Zeytinyağlı bamyası, zeytinyağlı kabak çiçeği dolması, kaya kuruğu salatası, turpotu salatası ve kaya kuruğu salatası yapımında zeytinyağı kullanılan içerisinde zengin miktarda zeytinyağı olan yemeklerden birkaçını oluşturmaktadır (Cebeci, 2019). Ege mutfağında kahvaltılık sofralarında sıklıkla görülen, bunun dışında Akdeniz mutfağında olduğu gibi salatalarda, sebze yemeklerinde ve çeşitli soslarda zeytinyağı kullanımı görülmektedir (Özçelik- Heper, 2017).

Genel olarak Türk mutfağında zeytinyağı soğuk yemekler, mezeler ve salatalar üzerinde kullanılmaktadır (Doğdubay & Giritlioğlu, 2008). Yaygın olarak Ege, Akdeniz ve Marmara bölgelerinde zeytinyağı tüketiminin diğer bölgelere kıyasla daha fazla olduğu görülmektedir (Ertaş & Gezmen-Karadağ, 2013). Zeytinyağlı enginar, zeytinyağlı taze fasulye, zeytinyağlı pırasa, zeytinyağlı kereviz, zeytinyağlı barbunya, kabak bayıldı, imam bayıldı, sebze pilakisi, zeytinyağlı iç baklalı enginar gibi yemekler Türk mutfak kültüründe özellikle Ege ve Akdeniz mutfağında sıklıkla yapılan ve tüketilen yemeklerden bazılarıdır (Gezmen- Karadağ vd., 2014). Ayrıca ekmek, bisküvi, kek gibi ürünlere, ürüne lezzet vermek ve ürünün kurumasını engellemek amacıyla da zeytinyağı kullanılmaktadır (Cömert vd., 2008).

Bu mutfaklarda zeytinyağı kullanımı sadece ana yemekler ve salatalar ile sınırlı kalmayıp çeşitli tatlılarda da zeytinyağı kullanımına rastlanılmaktadır. Örneğin, un helvası Türkiye'nin iç bölgelerinde tereyağı veya ayçiçeği yağı ile hazırlanırken, Akdeniz mutfağında zeytinyağı ile hazırlanmaktadır (Sabbağ & Boğan, 2019). Bunun dışında yine Ege bölgesine olan yakınlığı ve çeşitli kültür etkileşimleri ile bilinen Marmara mutfağında da zeytinyağı tüketiminden söz edilebilmektedir. Bursa'nın Tirilye ilçesinde düğün, asker uğurlama, cenaze gibi özel günlerde yapılan "Zeytinyağlı Kuru Fasulye" örnek olarak gösterilmektedir (Tunçdoğan, 2009). Akdeniz veyahut Ege bölgeleri ile bağlantılı olmayan fakat mutfak kültürlerinde zeytinyağı tüketimi söz konusu olan mutfaklarda bulunmaktadır. Bunlardan biri Van mutfağıdır. Van mutfağına ait bir tatlı çeşidi olan "Van Pastası" zeytinyağı ile hazırlanmaktadır. Ege ve Akdeniz'e kıyasla bulunmayıp yapısında zeytinyağı olan diğer tatlılarımıza örnek olarak; Sivas mutfağı "Kelle Tatlısı", Sinop mutfağı "Cızlama", Kilis mutfağı "Hışıl Möhşe", Gaziantep "Antep Usulü Zeytinyağlı Dolma" ve "Maş Piyazı ve Mardin "Derik Tava" gösterilebilir (Gürsoy, 2008; Özkaya vd., 2018; Anonim, 2024).

Türk mutfağında kullanılan yağ çeşitlerine bakıldığında, bitkisel yağların kullanımı kişi başı yıllık 21 kg olarak belirlenirken mutfaklarda kullanımının ise 1,5 milyon ton olduğu belirtilmektedir (Kılıç ve Kılıç, 2017). Türk mutfağında zeytinyağı kullanımına ilişkin yazına bakıldığında; Türk mutfağı, Türk mutfağının gastronomik çeşitliliği ve bu mutfakların zenginliği ile ilgili yapılan çeşitli bilimsel çalışmalara rastlanılmakla beraber, ilgili yazında "Türk Mutfağında Zeytinyağı Kullanımı" ile ilgili yapılan çalışmaların sayısının zeytinyağı yetiştiricisi bir ülkeye göre son derece az olduğu görülmektedir.

Zeytinyağı üzerine yapılan bir çalışmada, Türk mutfağında kullanılan zeytin ve zeytinyağının özelliklerine değinilmiştir. Buna göre zeytinyağının tanımı ve kullanım alanları belirlenmiş ve Türk mutfağında hangi yemeklerde kullanıldığına dikkat çekilmiştir. İlgili alan yazınında, Türk mutfağında üretimi yapılan ve tüketilen zeytinyağının Türk mutfak kültürüne nasıl girdiğinden ve söz konusu mutfakta ne gibi etkilerin oluştuğu konusu ele alınmıştır.

Ayrıca söz konusu çalışmada, zeytinyağını mutfakta kullanırken dikkat edilmesi gereken hususlar belirtilmiş, zeytinyağının mutfaktaki yerine değinilmiş ve günümüzde zeytinyağının yerine alternatif olarak hangi sıvı yağların kullanılabilirliği araştırılmıştır (Giritlioğlu, 2008; Karabina vd., 2016).

Durlu-Özkaya vd., (2018) çalışmalarında Anadolu mutfağında (Marmara bölgesinden Güney Doğu bölgesine kadar) zeytin ve zeytinyağı üzerinde durmuşlar ve zeytin-zeytinyağlı yemekler hakkında bilgi vererek bölgelerdeki bu eşsiz varlığın tanınırlığının sağlanmasını amaçlamışlardır. Zeytinyağı kullanımı ile ilgili bir başka çalışma ise İskenderoğlu (2018) tarafından yapılmıştır. İskenderoğlu, çalışmasında Seferihisar bölgesindeki zeytinyağı kullanımına değinmiş ayrıca bölgedeki endemik bitkilerden ve bu bitkilerle yapılan zeytinyağlı yemeklerden bahsetmiştir. Çalışmada anket yöntemi ile veri toplanmıştır. Bu doğrultuda, Seferihisar bölgesinde yaşayan yerlilere çalışma uygulanmıştır. Çalışmada, Seferihisar'daki endemik bitkiler tanıtılması ve bu bitkilerle yapılan zeytinyağlı yemeklerin bilinirliğini artırması hedeflenmiştir. Ceyhun-Sezgin vd. (2019) çalışmalarında, Türk Mutfağında yer alan zeytinyağlı sebze yemeklerine (zeytinyağlı deniz börülcesi, sütlü madımak, sirkeli pırasa, çağla dövmesi, kış kabağı yoğurtlaması ve fasulye diblesi gibi) ve bu yemeklerin reçetelerine ayrıntılı olarak yer vermiş, bu yemekleri fotoğraflayarak besin öğelerine değinmişlerdir.

4.2. Dünya Mutfaklarında Zeytinyağı Kullanımı

Dünyada zeytinyağı tüketiminin, milattan önce yaklaşık 5000 yılından itibaren gerçekleştiği bildirilmektedir. Zira Antik Yunan mutfağında zeytinyağı kullanımının önemli bir yere sahip olduğu ve mutfak kültürünün temelini oluşturduğu bilinmektedir (Hatipoğlu, 2013; Özen, 2016). Yunan mitolojisine göre; Deniz Tanrısı Poseidon ile Bilgelik Tanrıçası Athena arasında bir şehri yönetme konusunda yaşanan anlaşmazlık üzerine Baş Tanrı Zeus bu anlaşmazlığı gidermek üzere ikisi arasında bir yarışma düzenler. İnsanlar hangisinin verdiği hediye seçerse ona şehrin yönetimini vereceğini söyler. Bunun üzerine Poseidon üç dişli çatalını kayaya vurur ve denizlerden dört muhteşem at çıkarır. Bu atlarla dünyanın her yerine gitme, ordular kurma ve fetihler yapma vaadi verir. Athena ise mızrağını yere saplar, zeytin ağacını çıkarır ve “Bu ağaç yüzyıllarca yaşar, meyvesini yeşilken de siyahken de yersiniz, ayrıca meyvesinden yağ ve bu yağdan ateş yakarsınız.” der. İnsanlar Athena'nın hediyesini seçer ve şehre onun ismi verilir (Küçükkömürler & Ekmen, 2015).

Yaşadığımız yüzyıla bakıldığında ise dünya mutfağında İspanya, İtalya ve Akdeniz bölgesindeki çoğu ülkede, zeytinyağı tüketiminin temel mutfak kültürünü oluşturduğu ve bununla birlikte gastronomik turizm potansiyelinin de bu bölgelerde artış gösterdiği söylenebilmektedir (Özkaya vd., 2018). İspanya mutfak kültürünün gelişim serüveninde, kazanılan savaşlar, bölgeye olan göçler ve bunun sonucunda farklı kültürler ile etkileşime girilmesi büyük rol oynamaktadır. Özellikle Kristof Kolomb'un Amerika'yı keşfi ile farklı kültürler ile tanışılmış ve bu bölgelerdeki mutfak kültürü ile etkileşim gerçekleşmiştir (Kocaalan, 2017). İspanya mutfağında zeytinyağı tüketimine bakıldığında; zeytinyağının soğuk tüketiminin sağlandığı, zeytinyağlı sebze yemeklerinin ve çeşitli tapasların yapımında kullanıldığı, yine bu bölge ile özdeşleşen “gazpacho” yemeğinin ana bileşeninin zeytinyağından oluştuğu, ayrıca balığın veya etin pişirildikten sonra çeşitli baharatlar, sirke ve zeytinyağı ile marine edilmesi yönteminin de İspanya mutfağına ait olduğu ve farklı mutfaklar tarafından kullanıldığı aktarılmaktadır (Akyürek, 2018; Delarue, 2022; Muñoz-Benito, Navajas-Romero & Hernández-Rojas, 2023; Üner, 2023).

İtalya mutfağı, Avrupa mutfaklarının en eskisi olması, diğer mutfak kültürlerine liderlik etmesi ve neredeyse her ürünün uygun koşullarda yetiştirilmesine olanak sağlayan ılıman iklim koşulları ile şekillenmiştir (Aktaş & Özdemir, 2005). Neredeyse her yemekte kullanılan çeşitli meyve ve sebzeler, zeytinyağı, deniz ürünleri, peynirler, makarna ve hamur işleri İtalyan mutfağının en temel malzemeleridir (Özgen, 2013). Ayrıca İtalya'da zeytinin daha çok yağı için yetiştirildiği ve bu amaçla kullanıldığı bilinmektedir (Jacop & Ashkenazi, 2007). Fakat Kuzey ve Güney İtalya'da yemek çeşitleri ve buna bağlı olarak da yağ kullanımları farklılık göstermektedir. Bu bağlamda, Kuzey İtalya'da tereyağı, Güney İtalya'da ise daha çok zeytinyağı kullanılmaktadır (Maviş, 2008). İtalyanlar temelde az çeşit ile zenginlik ve bolluğu nitelerken, ana ham maddeleri hamurdur. Bu nedenle, yemeklerin üzerine servis edilecek sosların zeytinyağı ile çeşitlendirilmesi konusunda titizlikle çalışmaktadırlar. Söz konusu ülkenin mutfak kültüründe zeytinyağı ile hazırlanan yemeklere, ana bileşenlerinden birinin zeytinyağı olduğu "Pasta al Pomodoro" ve "Bruschetta" örnek olarak verilebilmektedir. Bu tür yemekler, zeytinyağının lezzetini ön plana çıkararak hem basit hem de doyurucu bir deneyim sunmaktadır (Belge, 2010; Cicerela vd., 2010).

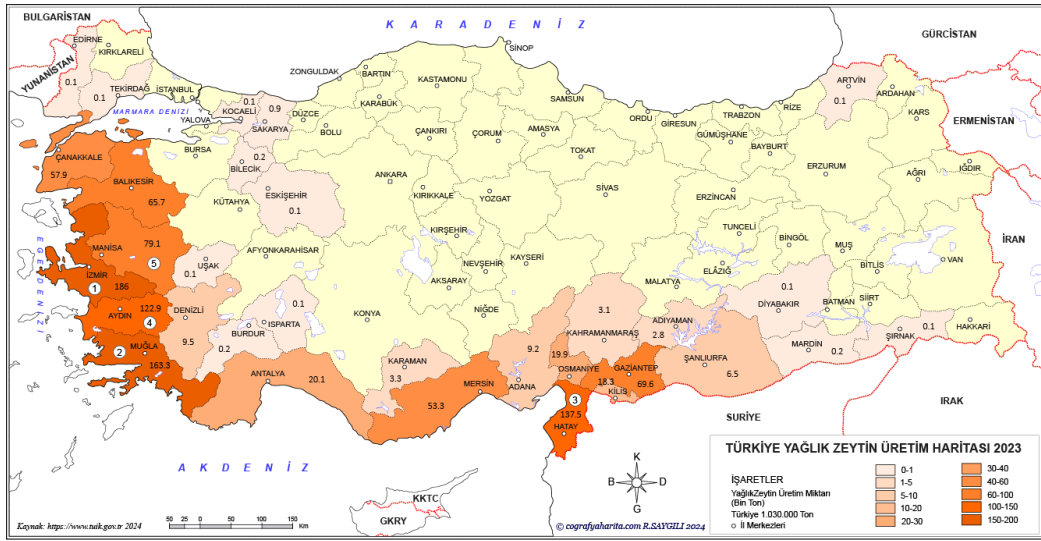
Sözü edilen mutfaklar dışında; Orta Doğu mutfağı, Yunan mutfağı ve Latin Amerika mutfağı da zeytinyağı tüketiminin önemli bir bileşen olarak öne çıktığı mutfaklardır. Orta Doğu mutfağında; “hummus”, “falafel” ve “tabbouleh” gibi yemeklerde zeytinyağı hem lezzet derinliği katmakta hem de besin içeriğini zenginleştirmektedir. Bu yemeklerde zeytinyağının rolü hem tat açısından hem de sağlık yönünden dikkate değer bir öneme sahiptir (Reister vd., 2020; Savvaidis vd., 2022). Yunan mutfağında ise; “Moussakka” ve “Yunan Salatası” yine zeytinyağı ile yapılan yemeklere örnek teşkil etmektedir (Dalby & Dalby, 2017). Zeytinyağı, bu mutfaklarda yalnızca pişirme amacıyla değil, aynı zamanda yemeklerin lezzetini ve dokusunu zenginleştirmek için son bir dokunuş olarak da kullanılmaktadır (Berry, 2011). Geleneksel olarak Asya mutfağıyla bağlantılı olmasa da zeytinyağı modern

yorumlarda kızartmalar ve salata sosları gibi yemeklere entegre edilmiştir. Latin Amerika'da, özellikle Arjantin ve Şili gibi ülkelerde, zeytinyağı geleneksel tariflerde giderek daha fazla yer almakta ve Akdeniz mutfağının artan etkisini yansıtmaktadır (González, 2014).



Şekil 2. Dünya Mutfağında Zeytinyağı Kullanımı (Tarım ve Orman Bakanlığı Zeytinyağı ve Sofralık Zeytin 2022 raporundan yararlanılarak oluşturulmuştur.)

Şekil 2 ve Şekil 3'te de gösterildiği gibi genel olarak dünya ve Türk mutfağında zeytinyağı kullanımının; İspanya, Fransa, İtalya, Yunanistan gibi Akdeniz ülkelerinde; Libya- Tunus ve Mısır gibi Afrika kıtası ülkelerinin kuzey kıyı kesimlerinde; Türkiye'de Ege, Akdeniz ve Marmara bölgelerinin mutfaklarında sıklıkla tüketildiği görülmektedir, tüm bu bölgeler haritada gösterilmektedir (Şekil 2 ve Şekil 3).



Şekil 3. Türkiye Zeytinyağı Üretim Haritası (Tarım ve Orman Bakanlığı, 2022; Saygılı, 2024)

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, Türk mutfağında ve kısmen dünya mutfağında zeytinyağı kullanımına dikkat çekilmiştir. Ayrıca çalışma kapsamında zeytinyağının bileşim özellikleri sağlık açısından incelendiğinde; kalp hastalıkları ve çeşitli kanser türlerine karşı koruma sağladığı, ayrıca yaşlanmayı geciktirmesi gibi faydalı etkileri olduğu hususuna da değinilmiştir. Anadolu coğrafyasında milattan önce kullanıldığı bilinen zeytinyağı, Türk mutfak tarihi kapsamında gerek üretimi gerekse tüketimi bakımından son derece önemli bir yemek bileşeni olma özelliği göstererek birçok yemek reçetesinde kendine ikonik bir yer edinmiştir. Ancak zeytinyağı tüketiminin Türkiye'de genel olarak Ege ve Akdeniz bölgeleri ile sınırlı kaldığı gözlemlenmektedir. Zeytin yetiştiriciliği yapılmayan bölgelerde zeytinyağı tüketimi ve buna bağlı olarak zeytinyağlı yemek kültürü sınırlı bir düzeyde kalmaktadır. Bu durum, söz konusu bölgelerde zeytinyağı yerine zeytinyağından daha sağlıksız olarak nitelendirilen çeşitli hayvansal yağların ya da sıvı veya margarin formunda bitkisel yağların tüketimini ve buna bağlı yemek kültürü oluşumunu desteklemektedir. Bu durum, sağlıksız yağ tüketimine bağlı bazı sağlık sorunlarının artışına ve aynı zamanda yemek kültürünün kısır döngüde kalmasına neden olmaktadır. Söz konusu bölgelerde zeytinyağı tüketim kültürünün geliştirilerek, kullanımının yaygınlaştırılması hususunda kitle iletişim araçlarının, ilgili kamu kuruluşlarının ile üniversitelerin etkin ve koordineli bir şekilde çalışmasının önemli derecede yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

Yerel değerlerin tanıtılması ile değerlerin turizm ürününe dönüşümünün sağlanması halinde ülke ekonomisi büyük oranda kalkınmaktadır (Durlu-Özkaya vd., 2013). Yerli ve yabancı turistler zeytinyağı turizmi sayesinde zeytin yetişen yerlere yapılan gezilerle zeytin ve zeytinyağı hususunda gerekli bilgileri edinmenin yanı sıra zeytinyağı üretim tesislerini, tarihi zeytinyağı müzelerini görebilmekte ve gerçekleştirilen fuar- festival gibi etkinliklere katılım sağlayabilmektedirler (Arjona-Fuentes & Amador- Hidalgo, 2017). Avrupa kıtasında yer alan, Arnavutluk, Cezayir, Fas, Fransa, Hırvatistan, İspanya, İtalya, Kıbrıs, Libya, Lübnan, Mısır, Portekiz, Slovenya, Suriye, Tunus, Ürdün ve Yunanistan gibi Akdeniz bölgesi ülkeleri, zeytin ağacı rotaları olarak belirlenmiştir ve bu ülkelerde ağırlıklı olarak zeytinyağı turizmi yapılmaktadır (COE, 2020).

Türkiye, zeytin yetiştiriciliğini turizm ve Türk misafirperverliğiyle harmanlayarak, üreticilere ürünlerini tanıtmaya, o bölgeyi ziyaret eden yerli ve yabancı turistlere ise zeytin tadımı yapma, yöresel lezzetleri ve gastronomik kültürü deneyimleme ile kırsal etkinliklere katılma fırsatı sunan zeytinyağı turizmi geliştirme potansiyeline sahip ülkeler arasında bulunmaktadır (Saltık & Çeken, 2017). Türkiye'deki zeytinyağı turizminin diğer Avrupa ülkeleri ile karşılaştırılması yapıldığında, Türkiye'de zeytinyağı üretiminin istatistiksel olarak fazla olduğu belirtilmekte, turizmin ise neredeyse yok denecek kadar az olduğu görülmektedir (Cankül & Ezenel, 2018). Bunun temel sebebinin de gerekli devlet politikalarının olmaması ve söz konusu bölgelerin reklamının yeterince yapılamaması olduğu düşünülmektedir.

Türkiye'de zeytinyağı turizminin geliştirilmesine yönelik, zeytin yetiştiriciliği yapılamayan bölgelerde de zeytinyağı yemeklerin yapılıp sergilendiği, yarıştırdığı çeşitli festivaller, gastronomi turları, eğitim programları vb. etkinliklerin yapılması hem turizm gelişimi hem de zeytinyağının yaygınlaştırılması faaliyetleri bakımından önem arz etmektedir. Bu doğrultuda, söz konusu etkinliklerin yapılması ile hem ülke mutfağının tanıtımı yapılmış olacağı hem de tanıtılan ürünlerin satışı ile ihracat teşviki sağlanırken ekonomik anlamda da ülke ekonomisine fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Aynı şekilde Türk mutfak kültürünün yemeklerini deneyimlemek isteyen yerli veya yabancı turistlerin aşına olduğu, Türk kültürü ile özdeşleştirilen kebab, baklava vb. ağır lezzetler yerine daha sağlıklı olan zeytinyağı yemeklerin sunumu ile Türkiye'nin mutfak imajına farklı bir boyut kazandırılmasının mümkün olduğu düşünülmektedir. Yapılan bu çalışma ile konuya ilişkin yazına ve yapılacak bilimsel çalışmalara katkı sağlanması ve Türk yemek kültüründeki zeytinyağı yemek reçetelerinin artırılması hususunda farkındalık oluşturulması hedeflenmektedir.

DESTEK VE TEŞEKKÜR BEYANI

Bu çalışma, hiçbir kamu, ticari veya kar amacı gütmeyen kurum ya da kuruluştan herhangi bir finansman desteği almamıştır.

ÇIKAR ÇATIŞMASI BEYANI

Yazarın, herhangi bir kurum veya kuruluş ile finansal çıkar içeren bir ilişkisi veya katılımı (hibe, eğitim bursları, konuşmacı bürolarına katılım, üyelik, istihdam, danışmanlık, hisse senedi sahipliği veya diğer özkaynak payları, uzman tanıklığı veya patent lisans düzenlemeleri); bu çalışmada tartışılan konu veya materyallerle ilgili mali olmayan çıkarları (kişisel veya mesleki ilişkiler, bağlantılar, kanaatler veya inançlar gibi) bulunmamaktadır.

YAZARLIK KATKI BEYANI

Keskin, G. S.: Kavramsallaştırma, Yazın taraması, Yöntem, Veri Toplama, Analiz ve yorumlama, Yazma - orijinal taslak hazırlama, Yazma - gözden geçirme ve düzenleme, Finansman sağlama, Nihai onayın verilmesi; Kara, H. H.: Kavramsallaştırma, Yazın taraması, Yöntem, Yazma - orijinal taslak hazırlama, Yazma - gözden geçirme ve düzenleme, Proje yönetimi, Danışmanlık, Nihai onayın verilmesi.

ETİK BEYAN

Akademik Turizm Analizi Dergisi (ATA Dergisi) **Etik İlkeler ve Yayın Politikası** doğrultusunda, bu çalışma için etik kurul onayına ihtiyaç duyulmamaktadır.

YAPAY ZEKA KULLANIM BEYANI

Akademik Turizm Analizi Dergisi (ATA Dergisi) **Etik İlkeler ve Yayın Politikası** doğrultusunda, bu çalışmanın hiçbir aşamasında yapay zeka araçları kullanılmamıştır.

KAYNAKÇA

- Abulafia, D. (2012). *Büyük Deniz, Akdeniz'de İnsanlık Tarihi*. (1.Baskı) Alfa Basım Yayın Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.
- Akgül, C. (2023). Türk Mutfağında Zeytin ve Zeytinyağının Kullanımı ve Sağlık Faydası. *Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 18(67), 127-138.
- Aktaş, A. & Özdemir, B.(2005). *Otel İşletmelerinde Mutfak Yönetimi*. (1. Baskı) Detay Yayıncılık.

- Keskin, G. S., & Kara, H. H. (2024). *Journal of Academic Tourism Analysis*, 5(2), 108–119
- Akyürek, S. (2018). Investigation of Similarities and Differences of Turkish and Spanish Cuisine Cultures. *Electronic Turkish Studies*, 13(2), 49-64. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.12900>.
- Alonso, A. D., & Northcote, J. (2010). The development of olive tourism in Western Australia: A case study of an emerging tourism industry. *International Journal of Tourism Research*, 12(6), 696-708. <https://doi.org/10.1002/jtr.786>.
- Antalya Ticaret Borsası, (2024). Retrieved December 15, 2024 from <https://www.antalyaborsa.org.tr/duyuru/16205/20242025-sezonu-turkiye-rekolte-raporu>.
- Arjona-Fuentes, J. M., & Amador-Hidalgo, L. (2017). Olive oil tourism: Promoting rural development in Andalusia (Spain). *Tourism management perspectives*, 21, 100-108.
- Artun, E. (2007), Adana Mutfak Kültürü ve Adana Yemeklerinden Örnekler, Retrieved April 20, 2024 from <http://turkoloji.cu.edu.tr/CUKUROVA/makaleler/5.php>
- Aşık Uğurlu, H. (2011). *Zeytin olgunlaşma derecesinin zeytinyağının fiziksel, kimyasal ve antioksidan özellikleri üzerine etkisi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi.
- Azbar, N., Bayram, A., Filibeli, A., Müezzinoğlu, A., Şengül, F., & Özer, A. (2004). A review of waste management options in olive oil production. *Critical Reviews in Environmental Science and Technology*, 34(3), 209-247. <https://doi.org/10.1080/10643380490279932>.
- Batu, A. (2024). Türk Tarihinde Gastronomi Kültürü. *Gastro-World*, (4), 1-9.
- Bayram, B. & Özçelik, B. (2012). Zeytinyağının biyoaktif bileşenleri ve sağlık üzerine yararları. *Akademik Gıda*, 10(1), 77-84.
- Belge, M. (2010). *Tarih Boyunca Yemek Kültürü*. İletişim Yayınları.
- Berry, E. M., Armoni, Y., & Aviram, M. (2011). The Middle Eastern and biblical origins of the Mediterranean diet. *Public health nutrition*, 14(12A), 2288-2295.
- Bilgin, S. (2018). *Yiyecek içecek işletmelerinde yerel mutfak öğelerinin kullanımı ve sürdürülebilirlik açısından incelenmesi: İzmir örneği*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Cankül, D., & Ezenel, E. (2018). Bodrum yarımadası ve zeytinyağı turizmi: Uygulanabilirliği açısından swot analizi ile değerlendirilmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 13(3), 55-68.
- Cebeci, T. (2019). *Türk mutfağına ait tatlıların bölge temelinde analizi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi.
- Ceyhun- Sezgin A., Şeren-Karakuş & S. Şanlıer N. (2019).Türk Mutfağında Yer Alan Zeytinyağlı Sebze Yemeklerinden Örnekler. *The Journal of Academic Social Science*, 13(13), 229-239.
- COE, (2020). Council of Europe, Explore all Cultural. Retrieved December 15, 2024 from <https://www.coe.int/en/web/cultural-routes/by-theme>.
- Cömert M., Şanlıer N., Durlu-Özkaya F & Özkaya M.T. (2008). Determining Women Behaviour Over Olive Oil Usage. *The Sixth International Symposium on Olive Growing*, 9-13 September, Evora, Portugal,
- Cömert, M., Adıyaman, S. & Özkaya, F. D. (2012). Yerel halkın zeytinyağı ile ilgili bilgi düzeyinin belirlenmesi: Gölbaşı, Ankara örneği. *Zeytin Bilimi*, 3(1), 1-9.
- Ceylan, F. & Şahingöz, S. A. (2019). Yenilebilir Otlar Tüketim Alışkanlığı: Düziçi Örneği (Edible Herbs Habitual Consumption: Düziçi Example). *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 7(3), 2204-2225.
- Cicerale, S., Lucas, L., & Keast, R. (2010). Oleocanthal: A natural anti-inflammatory compound in virgin olive oil. *Journal of Nutritional Biochemistry*, 21(3), 245-254.
- Dalby, A., & Dalby, R. (2017). *Gifts of the Gods: A history of food in Greece*. Reaktion Books.
- Delarue, J. (2022). Mediterranean Diet and cardiovascular health: an historical perspective. *British Journal of Nutrition*, 128(7), 1335-1348.
- Doğan, F.(2008), 'Türk Mutfağı' İçinde A. Bilgin ve Ö. Samancı (Editörler), *Osmanlı Devletinde Zeytinyağı Üretimi ve Tüketimi*, ss. 231-241, Kültür ve Turizm Bakanlığı.
- Doğdubay, M. & Giritlioğlu, İ. (2008). "Mutfak Turizmi", *Turistik Ürün Çeşitlendirmesi* Kitabı İçinde, Editörler: Necdet Hacıoğlu ve Cevdet Avcıkurt, ss. 433-456, Nobel Basım Yayın.
- Durlu-Özkaya, F. (2009). Türk Mutfağında Zeytinyağı. *Zeytinyağı*. (ed. Fahrettin Göğüş. Mücahit Taha Özkaya. Semih Ötleş), Bölüm 15. ss. 252-263, Eflatun Yayınevi.
- Durlu- Özkaya, F., Sünnetçioğlu, S., & Can, A. (2013). Sürdürülebilir gastronomi turizmi hareketliliğinde coğrafi işaretlemenin rolü.
- Ertaş, Y. & Gezmen-Karadağ, M. (2013). Sağlıklı beslenmede Türk mutfak kültürünün yeri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 117-136.

- Keskin, G. S., & Kara, H. H. (2024). *Journal of Academic Tourism Analysis*, 5(2), 108–119
- Eskiyörük, D. (2016). Antik çağda zeytin ve zeytinyağı: Kilikya Bölgesi örneği. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 4(Special Issue 1), 228-243.
- Faroqhi, S. (2011). Osmanlı kültürü ve gündelik yaşam orta çağdan yirminci yüzyıla (E. Kılıç, Çev.). Tarih Vakfı Yurt Yayınları.
- García-Segovia, P., Sánchez-Villegas, A., Doreste, J., Santana, F., & Serra-Majem, L. (2006). Olive oil consumption and risk of breast cancer in the Canary Islands: a population-based case–control study. *Public health nutrition*, 9(1a), 163-167.
- Gezmen-Karadağ, M., Çelebi, F., Ertaş, Y. & Şanlıer, N. (2014), Geleneksel Türk Mutfağından Seçmeler: Besin Öğeleri Açısından Değerlendirilmeleri. Detay Yayıncılık.
- Gikas, E., Bazoti, F. N., & Tsaropoulos, A. (2007). Conformation of oleuropein, the major bioactive compound of *Olea europea*. *Journal of Molecular Structure: THEOCHEM*, 821(1-3), 125-132.
- Giritlioğlu, İ. (2008). Türk mutfağında zeytinyağı ve zeytinyağının kullanımı.. I. *Ulusal Zeytin Öğrenci Kongresi*, 100, 103.
- González, M. (2014). Food in Latin America. In *Contemporary Latin American Cultural Studies* (pp. 268-277). Routledge.
- Güçlü, D. (2024). Antik Roma Gündelik Hayatında Hijyen Kavramı. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (35), 435-446. <https://doi.org/10.54600/igdirsosbilder.1386353>.
- Güdek, M., K. Çetin & Durlu Özkaya F. (2016). Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü Öğrencilerinin Zeytinyağına İlişkin Bilgi Düzeyleri, *Zeytin Bilimi* 6 (2), 93-97.
- Güler, S. (2010). Türk mutfak kültürü ve yeme içme alışkanlıkları. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(1), 24-30.
- Gündeşli, K. T. & Küden, A. B. (2020). Bazı yerli ve yabancı zeytin çeşitlerinin soğuklama gereksinimlerinin ve meyve kalite özelliklerinin saptanması. *Anadolu Tarım Bilimleri Dergisi*, 35(3). 10.7161/omuanajas.655591.
- Gürsoy, D. (2008). *Kuzeyden Güneye... Doğudan Batıya Yöresel Mutfağımız*. İstanbul: Oğlak Yayıncılık.
- Jacop, J. & Ashkenazi, M. (2007). *The World Cookbook for Students Afghanistan to Cook Islands* (1.Baskı) Greenwood Press.
- Hatipoğlu, Ayşe (2013). *Güney Avrupa Mutfakları, Uluslararası Gastronomi Temel Özellikler Ortak Menüler ve Reçeteler*. Detay Yayıncılık.
- İşık, M. T. & Can, D. (2019). Mersin Sarıkeçili Yörükleri'nde Halk Hekimliği Uygulamalarında Kadının Yeri. *Türkiye Klinikleri Tıp Etiği-Hukuku-Tarihi-Özel Konular*, 5(3), 21-31.
- İşın, P. M.(2010), Osmanlı Mutfak Sözlüğü, İstanbul: İstanbulKitapevi.
- İskenderoğlu, M. (2018). *Yenilebilir endemik bitkilerin zeytinyağlı yemeklerde kullanımı: Seferihisar örneği*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Balıkesir Üniversitesi.
- Kaçar, D. (2010). *Kimyasal interestifikasyon yöntemi ile zeytinyağı bazlı yeni bir yağ ürününün geliştirilmesi ve kek-bisküvi üretiminde kullanılabilirliğinin araştırılması*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Kasar, H. (2021). Türk mutfak kültürü evreleri ve mutfak sentezinin incelenmesi. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 11(2), 359-378.
- Karabina, S., İflazoğlu, N., Karakuş, H. & Kuvvetli, M. (2016). Mutfaktaki kutsal emanet. *Zeytin Bilimi*, 6(2), 99-104.
- Karaman, N. (2023). Orta Asya'dan Cumhuriyet dönemi Türkiye'sine: tarihsel süreç içerisinde Türk mutfak kültürünün gelişimi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(49-1), 595-610.
- Karaman, R., & Girgin, G. K. (2023). Türk Mutfağı Kavramının Lisansüstü Öğrencilerin Gözünden Kelime İlişkilendirme Testi Yöntemi İle Analiz Edilmesi. *Gastro-World*, 1(2), 15-24.
- Keser, B., Tunaloğlu, R. & Avunduk, C. D. (2018). Gastronomide zeytinyağının duyuusal yolculuğu. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 469-481.
- Kılıç, M. Y., & Kılıç, İ. (2017). Bursa Bölgesindeki Bitkisel Atık Yağların Değerlendirilme Potansiyellerinin Belirlenmesi. *Journal of Agricultural Faculty of Gaziosmanpaşa University (JAFAG)*, 34(Ek Sayı), 158-163.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk E. & Sarıışık, M. (2014). Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(3), 191-210.
- Kocaalan, M. L. (2017). Afro-Avrasya Ülkelerinin Birbiri İle Entegrasyonunda, Füzyon Mutfağın Etkisi: Akdeniz Ülkeleri Vaka Çalışması. In *International Congress on Afro-Eurasian Research II*, 17,272-279.
- Küçük, M., Onur N. (2023). Otel İşletmelerinde Yöresel Ürün ve Zeytinyağı Kullanımı: Manavgat Örneği. *Turizm Akademik Dergisi*, 10(1), 101-118.
- Küçükkömürler, S. & Ekmen, Z. (2008). Barışın Simgesi Zeytin ve Anadolu Kültürü, ICANAS-38, Bildiri Kitabı, 10-15 Eylül 2007,(s. 809-820).
- Maviş, F. (2008) *Endüstriyel Yiyecek Üretimi*. Detay Yayıncılık.

- Keskin, G. S., & Kara, H. H. (2024). *Journal of Academic Tourism Analysis*, 5(2), 108-119
- Muñoz-Benito, R., Navajas-Romero, V. & Hernández-Rojas, R. D. (2023). Traditional gastronomy in Alto Guadalquivir: Origin of contemporary recipes in cordovan cuisine. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 32, 1-6.
- Nieto, L. M., Hodaifa, G. & Lozano Peña, J. L. (2010). Changes in phenolic compounds and Rancimat stability of olive oils from varieties of olives at different stages of ripeness. *Journal of the Science of Food and Agriculture*, 90(14), 2393-2398. <https://doi.org/10.1002/jsfa.4097>.
- Ouni, Y., Flamini, G. & Zarrouk, M. (2016). The chemical properties and volatile compounds of virgin olive oil from Oueslati variety: Influence of maturity stages in olives. *Journal of the American Oil Chemists' Society*, 93, 1265-1273.
- Ötleş, S., & Özyurt, V. H. (2012). Oleuropein ve önemi. *Zeytin Bilimi*, 3(1), 59-71.
- Özata, E. & Cömert, M. (2016). Zeytinyağı ve sağlıklı yaşam. *Zeytin Bilimi*, 6(2), 105-110.
- Özçelik Heper, F. (2017). Uluslararası Gastronomi Kitabı Türk Mutfağı Üçüncü Bölümü, Sarıışık, M. ve Özbay, G. (Editörler). Detay Yayıncılık.
- Özkaya, F. D., Özkaya, M. T., Tunahöğlü, R., Bayar, R. & Tunahöğlü, E. (2018). Anadolu'da zeytin ve zeytinyağlı yemekler rotası. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 6(Special Issue 3), 263-274.
- Özen, A. E. (2016). Güney Avrupa Mutfağı. H. Kurgun ve D. B. Özşeker içinde, *Gastronomi ve Turizm* (ss. 205-231). Detay Yayıncılık.
- Özgen, I. (2013) Uluslararası Gastronomiye Genel Bakış, Uluslararası Gastronomi Kitap Bölümü (ss. 1-32) , Detay Yayıncılık.
- Perez-Martinez, P., Garcia-Rios, A., Delgado-Lista, J., Perez-Jimenez, F. & Lopez-Miranda, J. (2011). Mediterranean diet rich in olive oil and obesity, metabolic syndrome and diabetes mellitus. *Current pharmaceutical design*, 17(8), 769-777.
- Psaltopoulou, T., Kosti, R. I., Haidopoulos, D., Dimopoulos, M., & Panagiotakos, D. B. (2011). Olive oil intake is inversely related to cancer prevalence: a systematic review and a meta-analysis of 13800 patients and 23340 controls in 19 observational studies. *Lipids in health and disease*, 10, 1-16.
- Reister, E. J., Belote, L. N., & Leidy, H. J. (2020). The benefits of including hummus and hummus ingredients into the American diet to promote diet quality and health: a comprehensive review. *Nutrients*, 12(12), 3678.
- Sabbağ, Ç. & Boğan, E. (2019). *Ulusal Gastronomi ve Türk Mutfağı Kitabı Türk Mutfağının Gelişim Sürecine Genel Bakış Birinci Bölümü (3-60)*, Sarıışık, M. ve Özbay, G. (Editörler). Detay Yayıncılık.
- Saltık, I. A., & Çeken, H. (2017). Agroturizmde yeni eğilimler: zeytinyağı turizmi. *Journal of Life Economics*, 4(4), 89-102.
- Savvaidis, I. N., Al Katheeri, A., Lim, S. H. E., Lai, K. S., & Abushelaibi, A. (2022). Traditional foods, food safety practices, and food culture in the Middle East. In *Food safety in the Middle East* (pp. 1-31). Academic Press.
- Saygılı, R. (2024). Retrieved May 30, 2024 from <http://cografyaharita.com/turkiye-tarim-haritalari1.html>.
- Selimoğlu, E., Bektaş, Y., Özkocak, V. & Gültekin, T. (2018). Beslenme şeklinin zaman içindeki tarihsel yolculuğu. In *SETSCI Conference Indexing System* (Vol. 3, pp. 390-398).
- Servili, M., Sordini, B., Esposto, S., Urbani, S., Veneziani, G., Maio, I. D., ... & Taticchi, A. (2013). Biological activities of phenolic compounds of extra virgin olive oil. *Antioxidants*, 3(1), 1-23.
- Sevim, D. (2011). Antioksidanlar ve zeytinyağı. *Zeytin Bilimi*, 2(1), 43-47.
- Söz, Cüneyt (2019). Retrieved May 30, 2024 from <https://www.gastronomiturkey.com/haber/kostem-zeytinyagi-muzesi-her-yonuyle-ornek-yasayan-bir-muze-kompleksi-h10810>.
- Üner, E. H. (2023). Orta çağ'da Avrupa mutfak kültürü. *Aydın Gastronomy*, 7(2), 313-324.
- Tezcan, M. (2000). *Türk Yemek Antropolojisi Yazıları*. Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Tarım ve Orman Bakanlığı (2022). Retrieved May 30, 2024 from <https://arastirma.tarimorman.gov.tr/tepge/Belgeler/PDF%20C3%9Cr%20Raporlar%20C4%B1/2022%20C3%9Cr%20Raporlar%20C4%B1/Zeytinya%C4%9F%20Sofral%20Zeytin%20C3%9Cr%20Raporu%202022-371%20TEPGE.pdf>.
- Timothy, D. J. & Ron, A. S. (2013). Understanding Heritage Cuisines and tourism: identity, image, authenticity, and change. *Journal of Heritage Tourism*, 8(2-3), 99104.
- Tunçdöken, F. (2009). Zeytinbağı (Tirilye)'nin Renkli Yemek Mirası. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(16), 159-166.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2024). Retrieved May 30, 2024 from <https://arastirma.tarimorman.gov.tr/tepge/Belgeler/PDF%20Tar%C4%B1m%20C3%9Cr%20Piyasalar%20C4%B1/2024-Temmuz%20Tar%C4%B1m%20C3%9Cr%20Raporu/Zeytinya%C4%9F%20Tar%C4%B1m%20C3%9Cr%20Piyasalar%20Raporu%20Temmuz-2024-v4.pdf>.
- Yavuz, H. (2008). *Türk Zeytinyağlarının Bazı Kalite ve Sağlık Kriterleri'nin Belirlenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.

EXTENSIVE SUMMARY

Throughout history, the concept of civilization has been closely associated with the art of cuisine, and it is even thought that the foundation of society is based on this concept (Selimoğlu et al., 2018). Individuals within societies have been significantly influenced by past experiences, geographical conditions, and religious beliefs, leading them to establish their own distinct culinary cultures (Ceylan & Şahingöz, 2019). In the context of cultural heritage, kitchens are defined by tangible elements such as ingredients and cooking utensils, and intangible elements such as flavors, aromas, recipes, and dining traditions (Timothy & Ron, 2013). Olive oil, which is the subject of this study, exemplifies both a tangible and intangible element.

In recent times, the pursuit of health and the consumption of healthy products have increased interest in the consumption of olives and olive oil (Cömert et al., 2012). Olive oil is among the most well-known and richest vegetable oils in terms of monounsaturated fatty acids. It is known to contain high levels of bioactive compounds such as flavonoids, vitamins, and stanols, as well as essential fatty acids that must be obtained from external sources for the body. Olives are predominantly cultivated in the coastal regions surrounding the Mediterranean (Özata & Cömert, 2016).

Olive fruit and olive oil are frequently consumed in nearly all world cuisines and are widely used in various dishes, pilafs, and mezes within Turkish culinary culture (Güdek, Çetin, & Durlu-Özkaya, 2016). While olive oil is often preferred for enhancing the flavor of dishes, it also offers numerous health benefits. It has been reported that the appropriate consumption of olive oil can provide protection against heart diseases and various types of cancer, as well as delay the aging process (Kırmızıkuşak & Yaman, 2021). The notion that olive oil is a healthy fat due to its unique taste, flavor, and aroma, as well as its beneficial components for human health, is supported by the literature (Sevim, 2011). Natural olive oil is predominantly produced and consumed in Mediterranean countries, where it holds a significant position in the economic income of these nations (Ouni, Flamini, & Zarrouk, 2016). Globally, the majority of olives are produced for oil extraction, while a smaller portion is cultivated as table olives (Gündeşli & Küden, 2020). The general composition of olive fruit consists of approximately 50% water, 30% lipids, and 20% carbohydrates (Azbar et al., 2004). It is known that around 99% of olive oil's composition is made up of triglycerides, while the remaining 1% consists of tocopherols, color pigments, and phenolic compounds, which contribute to the oil's flavor, color, appearance, and aroma, thus defining its quality (Aşık Uğurlu, 2011). Phenolic compounds vary depending on the cultivation conditions, variety, and ripeness of the olive, and are present in the fruit in concentrations ranging from 0.1% to 0.3% (Nieto, Hodaifa, & Lozano Peña, 2010).

During the Ottoman period in Turkish history, olive oil was initially used in palace kitchens; however, it is known that its primary uses before culinary application were for lighting, medicinal purposes, soap production, and machine lubrication (Artun, 2007; Doğan, 2008; Işın, 2010). With the transition to the Republican era, the use of olive oil in cooking increased, and healthier oils began to be preferred (Kızıldemir, Öztürk, & Saruşık, 2014). Additionally, due to wars and international migrations, nations brought their culinary cultures to the regions where they migrated (Eskiyörük, 2016). In general, olive oil is used in Turkish cuisine primarily for cold dishes, appetizers, and salads (Doğdubay & Giritlioğlu, 2008). It is observed that olive oil consumption is notably higher in the Aegean, Mediterranean, and Marmara regions compared to other regions (Ertaş & Gezmen-Karadağ, 2013). Dishes such as olive oil artichokes, green beans with olive oil, leeks with olive oil, celery with olive oil, cranberry beans with olive oil, stuffed zucchini, stuffed eggplant, vegetable stew, and artichokes with broad beans in olive oil are among the frequently prepared and consumed dishes in Turkish cuisine, especially in the Aegean and Mediterranean regions (Gezmen-Karadağ et al., 2014). Additionally, olive oil is used in products such as bread, biscuits, and cakes to enhance flavor and prevent the products from drying out (Cömert et al., 2008).

The consumption of olive oil worldwide is reported to have begun around 5000 BCE. It is known that olive oil held a significant place in Ancient Greek cuisine and formed the foundation of its culinary culture (Hatipoğlu, 2013; Özen, 2016). In the present century, olive oil consumption constitutes a fundamental aspect of the culinary culture in many countries, particularly in Spain, Italy, and the Mediterranean region. Additionally, the potential for gastronomic tourism in these areas has been on the rise (Özkaya et al., 2018). The development of Spanish culinary culture has been significantly influenced by victories in wars, migrations to the region, and interactions with diverse cultures. Notably, Christopher Columbus's discovery of America led to encounters with new cultures and interactions with the culinary traditions of these regions (Kocaalan, 2017).

This study highlights the use of olive oil in Turkish cuisine and, to some extent, in global cuisine. Additionally, the study addresses the compositional properties of olive oil, noting its beneficial effects on health, including protection against heart disease and various types of cancer, as well as its ability to delay aging. Olive oil, known to have been used in the Anatolian region since before the Common Era, holds a significant place in the history of

Turkish cuisine, both in terms of its production and consumption, and has become an iconic ingredient in many culinary recipes. However, it is observed that olive oil consumption in Turkey is generally limited to the Aegean and Mediterranean regions. In regions where olive cultivation does not occur, the consumption of olive oil and the related culinary culture remain limited. This has led to the preference for various animal fats or vegetable oils, often in liquid or margarine form, which are considered less healthy than olive oil, thus shaping the local culinary culture. This situation contributes to an increase in certain health issues associated with the consumption of unhealthy fats and results in a stagnation of the culinary culture. It is believed that the development and widespread adoption of an olive oil consumption culture in these regions could be significantly aided by the effective and coordinated efforts of mass communication tools, relevant public institutions, and universities. Furthermore, organizing various festivals, gastronomic tours, and other events focused on the preparation, display, and competition of olive oil-based dishes in regions where olive cultivation does not occur would be important both for tourism development and the promotion of olive oil consumption.