

SİNOP YÖRESEL MUTFAĞININ UNUTULMAYA YÜZ TUTMUŞ TATLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

EVALUATION OF THE TASTES WHICH HAVE FACE TO BE FORGOTTEN IN SINOP'S LOCAL CUISINE

ОЦЕНКА ЗАБЫТЫХ ВКУСОВ РЕГИОНАЛЬНОЙ КУХНИ ПРОВИНЦИИ СИНОП

Nadide Afra GENÇ*
Yılmaz SEÇİM**

ÖZ

Türk mutfağı sahip olduğu kültürel değerleri ve çeşitliliği ile gastronomi turizminde önemli bir yere sahiptir. Türk mutfağında önemli bir yere sahip olan Karadeniz mutfağı geçmişten günümüze fazla değişiklik göstermeden gelmiş mutfaklar arasındadır. Karadeniz'de yaşayan halk tarafından geçmişten yapılan, halen üretimi ve tüketimi devam eden birçok ürün sofralarda tercih edilmeye devam etmektedir. Sinop mutfağı da Karadeniz bölgesini temsil eden önemli bir mutfak konumundadır. Sinop mutfağında ağırlıklı olarak et yemeklerinin tüketildiği, denize kıyısı olmasında dolayı balıkçılık faaliyetlerinin geliştiği, mantarların ormandan taze olarak toplandığı ve tahıllarla yapılan yemeklerin tüketildiği bilinmektedir. Sinop mutfağında, kış sebzelerinin yanı sıra ayva ve kestane gibi meyvelerin de yemeklerde kullanılmaktadır. Çalışma 2019 ağustos ve eylül ayları arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırma sırasında konunun temeline inebilmek amacıyla mülakat tekniği kullanılmıştır. Sinop mutfağı hakkında bilgisi olan gönüllü 30 kişiyle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşme yapılacak kişilerin Sinoplu olmasına ve Sinop'ta ikamet etmesine dikkat edilmiştir. Sonuç olarak Sinop mutfağında olan ve tüketimi geçmişte evlerde sıklıkla yapılan yemekler (Sinop mantısı, ıslama, etli nohut, nohutlu tavuk, keşkek, tuzlu balık, balık yahnisi, ördek dolması, sirkeli patlıcan, soğan aşısı, katlama, Boyabat pidesi, unlu basma vb.) tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda tespit edilen lezzetlerin reçeteleri çıkartılarak kayıt altına alınmıştır. Unutulmaya yüz tutmuş yöresel yemeklere dikkat çekilerek bölgenin gastronomi turizminde farkındalık yaratabileceği düşünülmektedir.

* ORCID: 0000-0001-9758-226X YL. Öğr. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, afra.57@hotmail.com

** ORCID: 0000-0002-9112-7650 Dr. Öğr. Üyesi Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, yilmazsecim@gmail.com

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

Anahtar Sözcükler: *Sinop, Yöresel mutfak, Gastronomi turizmi, Türk mutfağı, Yemek kültürü.*

ABSTRACT

Turkish cuisine has an important place in gastronomic tourism with its cultural values and diversity. Black Sea Cuisine, which has an important place in Turkish cuisine, is among the cuisines that have come from past to present without much change. Many products made by the people living in the Black Sea from the past, which are still in production and consumption, continue to be preferred at the tables. Sinop cuisine is also an important cuisine representing the Black Sea region. It is known that meat dishes are mainly consumed in Sinop cuisine, fishing activities are developed due to its beachiness, fungi are collected fresh from the forest and dishes made with grains are consumed. It is known that meat dishes are mainly consumed in Sinop cuisine, fishing activities are developed due to its beachiness, fungi are collected fresh from the forest and dishes made with grains are consumed. In Sinop cuisine, winter vegetables as well as fruits such as quince and chestnut are also used in dishes. September August 2019 was conducted between the study. During the research, interview technique was used to get to the bottom of the subject. Interviews were conducted with 30 volunteer people with knowledge of Sinop cuisine. It has been noted that the persons to be interviewed are from Sinop and reside in Sinop. As a result, Sinop cuisine and consumption in the past frequently made meals (Sinop ravioli, ıslama, meat chickpea, chicken with chickpea, keşkek, salted fish, fish stew, stuffed duck, sirkeli patlıcan, soğan aşısı, katlama, boyabat pide, unlu basma, etc.) has been identified. As a result of the study, the recipes of the identified flavors were removed and recorded. It is thought that the region can raise awareness in gastronomic tourism by drawing attention to the local dishes that are about to be forgotten.

Keywords: *Sinop, Local cuisine, Gastronomy tourism, Turkish cuisine, Food culture*

АННОТАЦИЯ

Турецкая кухня занимает важное место в гастрономическом туризме с ее культурными ценностями и разнообразием. Черноморская кухня, которая занимает важное место в турецкой кухне, является одной из кухонь, которые пришли из прошлого в настоящее без особых изменений. декадентская кухня. Многие продукты, сделанные из прошлого людьми, живущими в Черном море, по-прежнему остаются предпочтительными в производстве и потреблении посуды. Синопская кухня также является важной кухней, представляющей Черноморский регион. Известно, что в Синопской кухне в основном употребляются мясные блюда, из-за того, что у моря развита рыболовная деятельность, грибы собираются свежими из леса и употребляются блюда, приготовленные из злаков. В Синопской кухне в кулинарии используются зимние овощи, а также фрукты, такие как айва и каштаны. Сентябрь августа декретного года 2019-го года () - коммуна в Германии, в земле Саксония. В ходе исследования была использована методика собеседования с целью углубления предмета. Собеседования проводились с 30 людьми-добровольцами, которые знали о синоптической кухне. Было отмечено, что люди, которые будут опрошены, находятся в Синопе и проживают в Синопе. В результате блюда, которые были в Синопской кухне и которые часто делались в домах в прошлом потребления (Синопские ravioli, замачивание, мясной нут, курица с нутом, кешек, соленая рыба, рыбное тушеное мясо, фаршированные утки, баклажаны с уксусом, луковая вакцина, складка, боябат-Пита, мучная пресса и т. д.) не выявлено. Рецепты вкусов, обнаруженных в результате исследования, были извлечены и записаны. Считается,

что это может повысить осведомленность в гастрономическом туризме региона, привлекая внимание к местным блюдам, которые были забыты.

Ключевые Слова: *синоп, местная кухня, Гастрономический туризм, Турецкая кухня, культура питания.*

1. Giriş

Dünyadaki tüm gelişim ve değişimlerden etkilenen olgulardan birisi de turizmdir (Şen ve Silahşör, 2018, s. 1). Turizm, ülkeler arasındaki ekonomik, sosyal ve siyasi iş birliğinde önem arz eden bir araç olmanın yanı sıra kültürel bakımdan da toplumlar arası ilişkileri geliştirerek, ülkelerin tanıtımına önemli katkı ve ekonomik gelir sağlamaktadır (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014, s. 23). Sürekli kendini yenileyen ve gelişime her zaman açık olan sektörlerin başında turizm gelmektedir. Meydana gelen gelişim ve değişimler sonucu ortaya çıkan ürünlerde ve destinasyonlarda farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle alternatif turizm çeşitlerine olan ihtiyaç her geçen gün hızla artmaktadır (Aslan, Güneren ve Çoban, 2014, s. 3). Turizm destinasyonlarında rekabet seviyesinin artması, yöresel kültüre verilen önemi artırmıştır. Yeni ürünler ve aktiviteler önemli bir değer olarak görülmektedir. Bu bağlamda gastronomi yalnızca yeme, içme ihtiyacını karşılayacak bir ürün olması dışında, turistik bir deneyim olarak önemli bir role sahiptir (Kılınç ve Kılınç, 2018, s. 395). Turizm faaliyetini gerçekleştirmek amacıyla o destinasyonda bulunan turistler, beslenme ihtiyaçlarını karşılama ihtiyacı duymaktadır. Bu amaçla tüketime yönelen turistlere sunulan yiyecek-İçeceklerin nitelikleri de önem arz etmektedir. (Kurnaz ve İşlek, 2018, s. 50).

Gastronomi yeme-içme hazzı ve zevki ile ilgilidir (Mil ve Denk, 2015, s. 1). Gastronomi, yiyecek ve içeceklerin toplum yapısının, kültürel öğelerin ve tarihsel gelişimin ayrıntılı şekilde anlaşılması geliştirilmesi ve uygulanması ile günümüze uygun hale getirilmesini kapsayan, sanatsal ve bilimsel unsurlar ile geliştirilmiş bilim dalı olarak tanımlanabilir (Acar, 2016, s. 82). Gastronomi teriminin birden fazla bilim dalıyla ilişkisi olmasından dolayı yeme-içme olgusunu birden fazla alanla birleştirerek yeme-içme olayını farklı boyutlara taşımaktadır (Aksoy ve Sezgi, 2015, s. 80). Gastronomi, turistlerin bir bölgeyi ziyareti için iyi bir uyarıcı olabilir. Ayrıca, turistlerin o bölgeden edindikleri deneyimler ziyaret edilen bölgeden aldıkları zevk önemli bir bileşendir (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014, s. 24). Geliştirilen yeni tatlar ve yaşamın değişmesi, kültürün ve beslenmenin değişmesinde önemli etkidir. Son yıllarda neredeyse her turizm şekliyle kolaylıkla uyum sağlayabilen bir turizm şekli olarak dikkat çekmektedir (Serçeoğlu, 2014, s. 37). Gastronomi turizmi, destinasyonlara ait mutfak kültürünün tanıtımı, ziyaret eden turist sayısının artması ve yöre halkının bilinçlendirilmesi ile destinasyonun sahip olduğu yeme-içme kültürünün gelecek nesillere aktarılabilmesi açısından önem arz etmektedir (Acar, 2016, s. 83). Gastronomi turizmi ziyaretçilerin tatil deneyiminde yerel tatları, dokuları, kokuları yaşayarak görme tanıma imkânı sağlayarak ziyaretçilere benzersiz bir yeme-içme deneyimi sunan turizm çeşidi olarak tanımlanmıştır. Ziyaretçilerin her destinasyonda değişik yiyecek ve içeceklerin üretimini görme, tatma farklı mutfak kültürlerini, geleneklerini ve yemek yeme stillerini öğrenme gibi istekleri üzerine

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

gerçekleştirilen konaklama ve seyahati de içine alan ilişkiler bütünüdür (Şen ve Silahşör, 2018, s. 416). Destinasyon deneyimini gastronomi turizmi deneyimiyle bütünleştirmenin en etkili yolu, yöresel ürünlerin yiyecek- içeceklerin yöredeki restoran ve otellerin menülerinde olmasından ziyade destinasyona gelen ziyaretçilere etkinlikler düzenleyerek yöreye ait yiyecek ve içecekleri tanıtmaya imkanı sağlamaktır (Mil ve Denk, 2015, s. 2). Dünya’da ki en zengin mutfaklardan biri olan Türk Mutfağı, oluşturulacak çekici bir imajla ve doğru konumlandırma sayesinde markalaşma konusunda destinasyonlara büyük katkılar sağlayacaktır (Cömert, 2014, s. 65). Türk Mutfağı’nı diğer mutfaklardan ayıran özelliklere bakıldığında zaman zaman Türk toplumunun göçebe bir yaşam biçimi olması, kendi kültürüne sahip çıkarak farklı toplumlarla tanışması, din, coğrafya ve beslenmeye önemseyen bir toplum olması gibi birçok neden etkili olmuştur (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014, s. 25). Turistik destinasyonları oluşturan önemli bir özellik, toplumun yeme-içme kültürünü ve yaşam biçimini yansıtan yemek kültürüdür. Bir destinasyonu diğer destinasyonlardan ayıran o bölgenin kültürel çekicilikleridir (Aslan, Güneren ve Çoban, 2014, s. 4). Kültürel çekicilikler arasında, ziyarette bulunan destinasyonun geçmişten günümüze kadar gelen gelenek ve görenekler, doğal tarihi yapılar, folkloru, kutlamaları ve yöresel mutfağı bulunmaktadır (Mil ve Denk, 2015, s. 2). Yöresel yiyecekleri denemek ve üretim aşamalarını görmek amacıyla birçok insan gastronomi turizmi bağlamında seyahat etmektedir (Serçeoğlu, 2014, s. 37). Yöresel yiyecekler, ziyaretçiler, şefler, yerel üreticiler gibi yöresel mutfak paydaşları aralarında bağ kurarak gastronomi turizmini korumada önemli rol oynamaktadır (Ceylan ve Güven, 2018, s. 452). Yöreye ait olan ve başka bir yerde tadılamayacak yiyecekler kişilerde bölgeyi ziyaret etme isteği oluşturacak bunun sonucunda ise bölge ziyaret edilmek istenecek bir destinasyon haline gelecektir. Yerel değerlerin korunmasında ve yöreye ekonomik anlamda katkı sağlayan bir unsur olacaktır (Özel, Yıldız ve Akbaba, 2017, s. 356).

Türklerin zengin bir kültüre sahip olma nedenleri tarihsel geçmişleridir. Orta Asya’dan Anadolu’ya göç eden Türkler, Orta Asya’dan et ve mayalanmış süt ürünleri, Mezopotamya’dan tahıllar, Akdeniz çevresinden sebze ve meyve, Güney Asya’dan baharat olarak zengin mutfak kültürünün oluşmasında etkili olmuştur (Güler, 2010, s. 25). Genel özellikleri incelendiğinde Türk mutfağı genellikle hayvansal ve tarımsal yiyeceklere dayanan özel gün ve törenlere, coğrafi bölgelere ve sosyal yapıya göre değişiklik gösteren ve İslamiyet’in de etkilerinin görüldüğü bir mutfaktır. Türklerin yeme-içme alışkanlıklarına bakıldığında temel gıda maddeleri olarak süt ürünleri ve koyun eti gelmektedir. Sebze yemeklerinin de Türk mutfağında önemli bir yeri vardır. Etli, soğanlı, salçalı, domatesli pişirilmesi yaygın olan sebzeler genellikle su konmadan önce kavrulması yaygındır (Albayrak, 2013, s. 5052). Türk mutfağı Çin ve Fransız mutfağı ile beraber dünyanın en önemli mutfaklarını oluşturmaktadır (Şanlıer, 2005, s. 214).

Karadeniz mutfağı geçmişten günümüze fazla değişikliğe uğramamış mutfaklar arasında gösterilmektedir. Karadeniz halkının sofralarında yöreye has birçok yiyecek ve içecek hala yer almaktadır. Sağlıklı beslenme kurallarına uygun mutfak bulunmasında yiyeceklerin bölge ürünleri ile şekillendirilmesi etkilidir

(Şengül ve Türkay, 2015, s. 601). Karadeniz bölgesinde balık, mısır, mısır unu, karalahana, pirinç, patates, taze ve kuru fasulye en çok tüketilen yiyeceklerdir (Demirel ve Ayyıldız, 2017, s. 281).

Sinop, kalkolitik çağdan günümüze kadar birçok medeniyete ev sahipliği yapmış, Anadolu'nun eski yerleşim yerlerinden biridir. Türkiye'nin en kuzeyinde Karadeniz bölgesinin ortasında yer alan bir şehirdir. Berzah (iki yanı su, dar kara parçası) üzerine kurulmuş tek il olan Sinop yeşili ile olduğu deniziyle de ünlüdür. Coğrafi özellikleri göz önüne alındığında doğal bir liman olma özelliği taşımaktadır (Sinop İl Özel İdaresi, 2013, s. 3). Beraberinde birçok farklı kültürün yaşaması sebebiyle beslenme yapısının da etkilendiği Sinop'ta beslenme temel olarak tahıl ürünlerine dayanmaktadır. Sinop mutfağında, kış sebzelerinin yanında ayva ve kestane gibi meyvelerde yemeklerde kullanılmaktadır. Sinop Mutfağının başlıca yemekleri; nokul (cevizli, kıymalı ve üzümlü), mısır pastası, pilaki, mamalika (kaşık çıkartması), keşkek, kulak hamuru (içi etli hamur), ıslama, mısır çorbası, mısır tarhanası, hamursuz tatlısı, katlama, kabak mille'si gibi yöresel yemekleri bulunmaktadır (Karaçar, Doğancili ve Ak, 2018, s. 439). Sinop'ta her türlü balıkçılık faaliyeti gerçekleştiğinden ve çok çeşitli sebzeler yetiştiğinden yemeklerin çoğunluğunu balık ve sebze çeşitleri oluşturmaktadır (İl Kültür Müdürlüğü, 1992, s. 19). Taze olarak dağdan toplanmış mantarlardan yapılan mantar kavurma, kurutulmuş taze fasulye ile kışın yapılan kabuklu bakla, satır kullanılarak kıyma yapılan etten hazırlanan kıymalı tarhana çorbası, tavuk suyu ile ıslatılarak üzerine tavuk konularak yenilen ıslama gibi yöreye özgü yemekler mevcuttur. Sinop mutfağında bu yemeklere ek olarak sırik kebabı, incir uyuşturması, çerkez pastası, hamursuz tatlısı, kestaneli iç pilav, cizleme, balık bileke, keşkek, mısır pastası, oğmaç çorbası, höbelenli pilav gibi pek çok yemek çeşidi de bulunmaktadır (Karaçar, Doğancili ve Ak, 2018, s. 439).

2. Literatür İncelemesi

Atabay ve Işık (2019) tarafından yapılan “Mutfak Kültürü ve Yöresel Yemeklerin Yerel Halk Tarafından Değerlendirilmesi, Fethiye Örneği” adlı çalışmalarında Fethiye köylerinde ve merkezde yaptığı görüşmelerde birbirine benzeyen tariflere ulaşılmıştır. Köylerde eski tariflerin daha sık uygulandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Seçim ve Çoşan (2019) yapmış oldukları “Bartın Yöresel Yemek Alışkanlıklarının Tespit Edilmesi Üzerine Bir Araştırma” adlı çalışma Bartın'da yaşayan yöre halkının yemek alışkanlıklarını belirlemek ve unutulmaya yüz tutmuş yemekleri ortaya çıkarmak amacıyla hazırlanmıştır. Bartın mutfağına ait olan lezzetlerin geçmişten günümüze bilinirliğini kaybettiği ve unutulmaya yüz tuttuğu sonucuna ulaşılmıştır.

Seçim ve Şen (2018) tarafından yapılan “Konya Mutfak Kültürü Üzerine Nitel Bir Araştırma” adlı çalışmada Konya'da yaşayan yaşlı ilerlemiş kişilerle yüz yüze görüşülerek, mutfak kültürü hakkında bilgi toplanılması ve kayıt altına alınmasını amaçlamışlardır. Özel günlerde yapılan âdetlerin değişmeye başladığını

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

ve günümüzde yaşatılmadığını bildirmişlerdir. Eskiden yapılan yemeklerin günümüzde değiştiği de katılımcılar tarafından bildirilmiştir.

Acar (2016) yapmış olduğu “Gastronomi Turizmi Kapsamında Aksaray İli Güzelyurt (Gelveri) Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi” çalışmada yöreye ait mutfak kültürünü inceleyerek ve halktan belirli bir yaş ve üzerindeki kişilerle yüz yüze görüşerek yöresel yiyeceklerin nasıl hazırlandığına dair detaylı bilgiler sunmaktadır.

Aksoy ve Sezgi (2015) tarafından yapılan “Gastronomi Turizmi ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi Gastronomik Unsurları” adlı çalışmada Güneydoğu Anadolu bölgesinin sahip olduğu potansiyeli akademik olarak gösterebilmek ve tanıtımına katkıda bulunabilmek amacıyla derleme çalışması yapmışlardır.

Sengül ve Türkay (2015) tarafından yapılan “Doğu Karadeniz Mutfak Kültürünün Sürdürülebilirliği: Sorunlar ve Çözüm Önerileri” adlı çalışmada bölgeye gelen turistlere yöreye ait mutfak kültürünün değişmeden sunulabilmesi ve Doğu Karadeniz bölgesinin mutfak kültürünün sürdürülebilirliğinin sağlanabilmesini için yapılması gerekenler ile ilgili öneriler getirilmiştir.

Cömert (2014) tarafından yapılan “Turizm Pazarlamasında Yöresel Mutfakların Önemi ve Hatay Mutfağı Örneği” adlı çalışmada turizm açısından önemli destinasyonlardan biri olan Hatay mutfağını incelemiştir. Yöresel yemeklerle ilgili örneklere yer vermiştir. Ayrıca yapmış olduğu çalışma ile yöresel yemeklere dikkat çekilerek bölge turizmine katkı sağlayacağını düşünmektedir.

Serçeoğlu (2014) tarafından yapılan “Yöre Halkının Mutfak Kültürünü Tanıma Durumunun Tespit Edilmesi: Erzurum İli Örneği” adlı çalışmada Erzurum yöresinde yaşayan halkın kendilerine has mutfak kültürlerini bilip bilmediklerini belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında araştırmaya katılan kişilerin çoğunluğunun evlerinde yöresel yemek yaptıklarını, Erzurum’a ait olan yöresel yemekleri lezzetli buldukları ve Erzurum mutfak kültürünü unutmadıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılara göre Erzurum mutfak kültürünü yaşatabilmek için halka yöresel mutfak hakkında eğitim verilmesi ve yazılı-görsel basından tanıtım için yararlanılması gerektiği belirtilmiştir.

Aslan, Güneren ve Çoban (2014) tarafından yapılan “Destinasyon Markalaşma Sürecinde Yöresel Mutfağın Rolü: Nevşehir Örneği” adlı çalışmada Nevşehir’deki yöresel yemek sunan restoranlar, dört ve beş yıldızlı oteller, butik oteller, seyahat acenteleri ve kamu kuruluşlarının orta ve üst düzey yöneticileri olmak üzere turizm paydaşları ile görüşmeler yapılmıştır. Nevşehir’in markalaşmasında yöresel yemeklerini ön plana çıkartabilmek için paydaş görüşleri dikkate alınarak öneriler ortaya konulmuştur.

3. Yöntem

Araştırma, Sinop ilinde geçmişte tüketilmesine rağmen, günümüzde unutulmaya yüz tutmuş yiyeceklerin tespit edilmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma sorularının hazırlanmasında alanında bilgili, Karadeniz ve Sinop mutfağına hâkim kişilerle görüşmeler gerçekleştirilerek sorular hazırlanmıştır. Çalışma, 2019 Ağustos- Eylül ayı içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan kişilerde

gönüllük kriteri aranmıştır. Araştırma sırasında durumun değerlendirilmesine olanak sağlayan verilerin toplanabilmesi amacıyla “mülakat (derinlemesine görüşme)” yöntemi kullanılmıştır (İslamoğlu ve Alınacı, 2016, s. 221). Görüşme yapılan kişilerden alınan yanıtlara göre ikinci soru ve gerekirse altında yatanı öğrenmek için üçüncü sorular sorulmuştur. Alınan cevaplara göre sorunun derinliği artırılmıştır. Mülakat yapılan kişinin kendini rahat hissetmesi için görüşme yapılan yer kişi tarafından belirlenmiştir. Alınan cevaplar yazılı olarak ve ses kayıt cihazı ile kaydedildikten sonra çözümlemesi yapılmıştır.

4. Bulgular ve Tartışma

Tablo 1: Sinop ilinde yapılan et yemekleri ve bazı özellikleri

Yemeğin İsmi	Kullanılan malzemeler	Hangi günlerde yapıldığı	Yapıldığı yöre	Kaynak kişi
Etli Nohut	Et, nohut, yağ, salça, soğan, karabiber, tuz	Özellikle düğün olarak yapılır.	Sinop/Boyab at Sinop/Boyab at	Yürük, 1946 Genç, 1972
Tavuk Dolması Silor	Soğan, karabiber, bütün tavuk, tuz Yufka, tavuk, sarımsak, yoğurt, tereyağı, tuz, pul biber	Rutin her zaman yapılabilir Rutin her zaman yapılabilir	Sinop/Boyab at Sinop/Durağan	Gören, 1969 Yurdagül, 1963
Nohutlu Tavuk	Tavuk, salça, yağ, soğan, tuz, karabiber	Rutin her zaman yapılabilir	Sinop/Boyab at	Gökçeoğlu, 1961
Islama	Köy tavuğu, yufka, ceviz, soğan, tuz	Kalabalık misafir geldiğinde yapılır.	Sinop/Boyab at Kayaboğazı Köyü Sinop/Kabalı Köyü	Kılıç, 1963 Oğuzgiray, 1952 Bal, 1984
Balık Bileke	Salamura palamut, pırasa, bulgur, nane, maydanoz, dereotu, labada, yeşil soğan, ebegümece, pazı sıvıyağ	Rutin her zaman yapılabilir.	Sinop/Yalı Köyü	Köse, 1946
Yahni	Kemikli et eti kavur salça su soğan yağ tuz karabiber kırmızı biber	Rutin her zaman yapılabilir.	Sinop/Boyab at	Yürük, 1946

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

Saç Kavurma	Kuzu eti soğan domates yeşil biber tuz karabiber yağ	Rutin her zaman yapılabilir.	Sinop/Gerze	Kuru, 1970
Ciğer Kavurma	Ciğer, yeşil biber, domates, soğan, tuz, karabiber, pul biber, iç yağ	Rutin her zaman yapılabilir.	Sinop/Boyabat	Yürük, 1946
Papaz Yahnisi	Palamut, soğan, maydanoz, domates, tuz, karabiber, pul biber, limon, sirke	Rutin her zaman yapılabilir	Sinop/Kabalı Köyü	Oğuzgiray, 1952
Tuzlu Balık	Palamut, iri tuz	Palamut balığının bol ve ucuz olduğu zamanlarda yapılır.	Sinop/Boyabat	Yürük, 1946
Keşkek	Köy keşkek, yağ, karabiber tavuğu, salça, soğan,	Özellikle düğün yemeği olarak yapılır.	Sinop/Boyabat	Yürük, 1946
Tavşan Kavurma	Tavşan eti, yağ, soğan, salça, tuz, karabiber	Av mevsiminde yapılır.	Sinop/Kabalı Köyü	Oğuzgiray, 1952
Bıldırcın	Bıldırcın eti, soğan, karabiber, tuz, yağ	Av mevsiminde yapılır.	Sinop/Sarıkuş	Bal, 1949
Ördek Dolması	Ördek, soğan, yağ, pirinç, fıstık, karabiber, kırmızı biber, tuz	Av mevsiminde yapılır.	Sinop/Merkez	Gören, 1969
Kara Tavuk Kavurma	Kara tavuk, tereyağı, tuz	Av mevsiminde yapılır.	Sinop/Kabalı Köyü	Oğuzgiray, 1952

Sinop ilinde geçmişte tavuk eti, dana eti, kuzu eti ve av hayvanlarının etleri bol miktarda tüketilmiştir. Günümüzde ise bölgede diğer etlere nazaran, dana etinin fazla miktarda kullanıldığı görülmektedir. Dana eti dışında endüstriyel gelişimlerin etkisiyle tavuk eti de yaygın kullanılan etler arasındaki yerini almıştır. Sinop bölgesinde bazı yörelerde et tüketimi fazla iken bazı bölgelerde ise yetiştirme tarzı, dini inanç veya geçim sıkıntısı nedeniyle daha az et tüketildiği bilinmektedir.

Bitkisel beslenmenin yaygın olduğu Sinop'ta yaşayan halk, et ihtiyacını genellikle kendi beslediği hayvanlardan karşılamaktadır. Küçükbaş hayvan etinin

tüketimi büyükbaş etinden daha azdır. Kesilen hayvanların etleri sadece günlük tüketimde değil, uzun dönem muhafaza edilerek de tüketilmektedir. Kış hazırlığı için kesilen hayvanların etleri, tüm aile bireyleri tarafından kuşbaşı olarak kesilip bol yağda kavrulur ve bir kaba veya çömleğe alınıp saklanırdı. Ayrıca kavurma, sucuk veya pastırma yapılarak ardiye veya kilerde soğuk bir alana asılarak muhafaza edilmiştir. Tavuk eti geçmişte sadece evinde tavuk besleyenlerin tavuk kesmesi ile tüketilmesine rağmen şimdilerde endüstriyel tavukçuluğun gelişmesi ile her dönem yenilebilen bir ürün haline gelmiştir (Özdemir, 1953). Sadece Karadeniz bölgesinde değil Türkiye'nin tüm bölgelerinde eti kavurarak saklama veya kurutarak saklama teknikleri yaygın olarak kullanılmaktadır. Ürününün uzun süre muhafazası için buzdolabının olmadığı dönemlerde kavurma tekniği ile saklama en iyi muhafaza teknikleri arasında gösterilmiştir (Bal, 1984). Kullanılan muhafaza teknikleri ile elde edilen ürünlerle aileler yemek ihtiyaçlarını karşılamıştır. Bu etlerle, sade et yemekleri yapılmasının yanı sıra baklagil, hububat ve sebze ile yapılan yemeklerin içine ilavesi edilerek de kullanılmaktadır. Bölgede et ilavesi ile yapılan baklagil yemeklerine etli nohut, nohutlu tavuk, keşkek örnek verilebilir (Tablo 1).

Sinop ili, zengin bitki örtüsü çeşitliliğine sahip olması nedeniyle avcılık faaliyetlerinde de gelişmiştir. Bölgede avlanan hayvanların başında mevsimine göre karatavuk, ördek, kaz, çulluk, turna, elik (bir kuş türü), tavşan gibi av hayvanları gelmektedir (Oğuzgiray, 1952). Yapılan çalışma sonucunda av hayvanları ile bölgede tavşan kavurması, bildircin, ördek dolması, karatavuk kavurması yemekleri yapılmaktadır (Tablo 1). Avcılık faaliyetleri içinde gösterilebilecek bir başka alan ise balıkçılıktır. Sinop il merkezinin denize yakın olması nedeniyle bölgede balıkçılık faaliyetleri etkin hale gelmiştir. Bölgede geçmişte günümüze yapılan balık yemeklerine balık bileke, balık yahisi ve tuzlu balık örnek gösterilebilir (Tablo 1).

Başaran (2017, s. 141), çalışmasında yöre halkının hamsinin bol ve ucuz olduğu sezonlarda fazlaca satın alıp salamuraya yatırdıkları, hamsinin bulunmadığı yaz aylarında salamura olan hamsileri tükettiklerini ifade etmiştir. Sinop ilinde de palamut balığının bol ve ucuz olduğu zamanlarda bolca alıp tuza yatırarak salamura olarak tüketildiği belirtilmiştir (Tablo 1).

Özdemir ve Güngör (2016, s. 193) yapmış oldukları çalışmada soğanlı tavuk dolmasını üretim ve servis aşamalarını araştırmışlardır. Dolma için kullanılan malzemelere bakıldığında Sinop yöresinde de üretimi yapılan tavuk dolmasından farklı olarak salça ve pul biber kullanıldığı ifade edilmiştir. Servis şeklinde ise tavuğu, yapılan pilavın üstüne didikleyerek servis yapıldığını söylemişlerdir. Sinop ilinde ise tavuğun tepsiye tüm olarak konulduğu ve tüketildiği tespit edilmiştir (Tablo 1).

Saçılık, Çevik ve Toptaş (2018, s. 312) Bandırma ve çevresinde üretilen bir yemek olan "Banduma" için yufkaların sıkı bir şekilde sarılarak dikdörtgen bir şekilde kesildiğini, kesilen parçaların haşlanan tavuk suyuna batırılarak tepsilere dizildiğini, üzerine haşlanan tavukların yerleştirildiği daha sonra tekrar yufka dizildiğini ve fırına verildiğini ifade etmişlerdir. Sinop yöresinde ise ismi ıslama

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

olarak geçen yemeğin yapımında aynı işlemlere ilave olarak haşlanan tavuğun suyuna soğan eklenerek kaynatıldığı ve yufkaların üzerine ceviz koyulduğu ve tavuğun üzerine tekrar yufka konulmadığı tespit edilmiştir (Tablo 1).

Alyakut ve Üzümcü (2017), yapmış olduğu çalışmada keşkeğin buğday, köy tavuğu ve dartı (süt katığı) ile yapıldığını ifade etmiştir. Sinop mutfağında ise keşkek, köy tavuğu, salça ve soğan ile üretilmektedir.

Sağır (2012, s. 2685) tokat mutfağı üzerine yapmış olduğu çalışmasında, keşkeğin tokatta düğün yemeği olarak kullanıldığını aktarmıştır. Sinop ilinde de keşkek yemeğinin düğünlerde verildiği tespit edilmiştir.

Tablo 2: Sinop ilinde yapılan ekmekler ve hamur işleri ve bazı özellikleri

Yemek İsmi	Kullanılan Malzemeler	Hangi Günlerde Yapıldığı	Yapıldığı Yöre	Kaynak Kişi
Fırın Ekmeği	Un, tuz, maya, su	Özellikle kahvaltı için yapılır.	Sinop/Taşman Köyü Sinop/Kabalı Köyü	Bal, 1984 Oğuzgiray, 1952
Mısır Ekmeği	Mısır unu, su, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her Sinop/Boyabat Sinop/Boyabat Daylı Köyü Sinop/Durağan İncir Köyü	Yürük, 1946 Genç, 1962 Erdal, 1964
Yazım Ekmeği	Un, su, tuz	Kış hazırlığı için yapılır.	Sinop/Boyabat Sinop/Gerze Sinop/Boyabat Sinop/Lala Köyü Sinop/Durağan	Demirboğa, 1972 Kuru, 1970 Kılıç 1964 Genç, 1965 Şahin, 1936 Yurdağül, 1963
Eli Koynunda	Un, su, tuz, kıyma veya peynir	Misafir gelince yapılır.	Sinop/Merkez	Gören, 1969
Boyabat Pidesi	Un, su, tuz, maya, kıyma, peynir, soğan, sıvıyağ, yumurta	Pazar kahvaltılarında yapılır.	Sinop/Boyabat Karacaören Köyü	Kocabaş, 1969
Katlama	Un, su, tuz, sıvıyağ,	Rutin zaman yapılabilir	her Sinop/Merkez Sinop/Saraydüzü Sinop/Boyabat	Bingöl, 1945 Kastarcı, 1974 Gökçeoğlu, 1961

Şekerli Ekmek	Un, su, tuz, şeker	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Saraydüzü	Kastarcı, 1974
Köy Ekmeği	Un, su, tuz, maya	Özellikle kahvaltı yapılır.	için	Sinop/Sarıkum Sinop/Sarıkum Sinop/Ahmet Yeri Köyü	Bal, 1949 Göl, 1940 Altıntaş, 1979
Bilik Ekmeği	Un, su, tuz, ev mayası	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat Salar Köyü Sinop/Boyabat Kayaboğazı Köyü	Çevrici, 1945 Kılıç, 1963
Karmaç	Un, su, tuz, tereyağı, pekmez	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Sarıkum	Özdemir, 1953
Pıt Ekmeği	Pıt Un, su, tuz, maya, tereyağı, kıyma veya peynir	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat	Yürük, 1955
Saraylı Ekmeği	Un, su, tuz, maya, kıyma veya peynir	Misafir geldiğinde yapılır.		Sinop/Boyabat	Kabaoğlu, 1967
Sac Ekmeği	Un, su, tuz, maya	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Sarıkum	Bal, 1956
Unlu Basma	Un, su, tuz, maya	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Erfelek Hasandere Köyü	Çelik, 1956
Cızlama	Su, tuz, un, sıvıyağ	Özellikle kahvaltı yapılır.	için	Sinop/Lala Köyü	Şahin, 1936
Sinop Mantısı	Un, su, tuz, yumurta, kıyma, soğan, karabiber, kırmızıbiber, yoğurt, sarımsak, ceviz, tereyağ	Rutin zaman yapılabilir	her	Boyabat/Sinop	Kılıç, 1964
Nokul	Un, su, tuz, sıvıyağ, yoğurt ceviz,	Bayramlarda yapılır.		Sinop/Şamlıoğlu Köyü	Böke, 1974

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

üzüm, şeker

Sinop ilinde geçmişten günümüze halk tarafından farklı özelliklere sahip ekmekler yapıldığı görülmektedir. Ekmek üretiminde daha çok buğday unu ve mısır ununun kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu durumun başlıca sebebi bölgede yetişen ürünlerin ekmek yapımında kullanıldığı olarak gösterilebilir. Ekmek üretiminde pişirme aşamasına bakıldığında ise bazı ekmek çeşitleri (fırın ekmeği, Boyabat pidesi, şekerli ekmek, unlu basma vb.) fırında, bazı ekmek çeşitleri ise (sac ekmeği, saraylı ekmeği, köy ekmeği vb.) saca pişirilmektedir.

Acar (2016, s. 84) Güzelyurt (Gelveri) bölgesinde yapılan ekmeği kadınların belirli dönemlerde bir araya gelerek yaptığını ve ekmeğin taş fırınlarda pişirildiğini bildirmiştir. Ekmek üretiminde kullanılan malzemelere bakıldığında un, su, tuz temel malzeme olarak tespit edilmiştir. Sinop yöresinde ise köy ekmeğinin üretiminde kullanılan malzemeler Aksaray yöresinde yapılan ekmek ile benzerlik gösterirken pişirme yöntemi olarak sac kullanıldığı bildirilmiştir (Tablo 2).

Koca ve Yazıcı (2014, s. 40), çalışmasında yufka ekmeğinin Tekirdağ, Afyonkarahisar, Konya illerinde şebit-sepit-şipit, Tokat, Amasya illerinde işkefe, Eskişehir, Ankara, Tokat illerinde gardalaç, Bursa, Bolu, Eskişehir illerinde gartalaş ismi verildiğini bildirmiştir. Kastamonu ve Bolu gibi illerde de mısır ununun yufka yapımında kullanıldığını ifade etmişlerdir. Sinop ilinde ise adının “Yazım ekmeği” olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Canpolat, Keleş ve Akbaş (2016, s. 81) Bafra ilçesinde tüketimi sıklıkla yapılan Bafra pidesini ele almışlardır. Kullanılan malzemelere ve pişirme yöntemine bakıldığında Sinop yöresine ait Boyabat pidesi ile benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir (Tablo 2).

Başaran (2017, s. 142) Rize yöresinde mısır unu kullanılarak üretilen mısır ekmeğinin kentte yaşayanlar tarafından sıklıkla tüketildiğini ifade bildirmiştir. Mısır ekmeği, Sinop ilinde de üretimi ve tüketimi oldukça yaygın olan bir ekmek çeşididir.

Aykut (1987, s. 193), çalışmasında Kayseri mantısında kullanılan malzemelere bakıldığında kıyma, soğan, maydanoz, salça, yağ, sarımsak ve yoğurt olduğunu ifade etmiştir. Sinop mantısı malzemelerine bakıldığında ise salça kullanılmadığı ve mantının servisinde tabağın yarısında sarımsaklı yoğurt yarısında ceviz olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3: Sinop ilinde yapılan ot ve sebze yemekleri ve bazı özellikleri

Yemek İsmi	Kullanılan Malzemeler	Hangi Günlerde Yapıldığı	Yapıldığı Yöre	Kaynak Kişi
Keşir	Keşir otu, soğan, yağ, karabiber, pul biber, tuz,	Rutin her zaman yapılabilir	Sinop/Gerze Sinop/Boyabat Sinop/Boyabat	Kuru, 1970 Yürük, 1946 Genç, 1966

	yumurta					
Madımak	Soğan, yağ, salça, kıyma, et veya pastırma, madımak otu	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat	Yürük, 1955	
Zılbit Kavurması	Zılbit otu, soğan, yumurta, sıvıyağ, tuz, karabiber	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Abalı Köyü	Göl, 1961	
Kazıyak Yoğurtlususu	Kazıyak, tereyağı, biber, yoğurt	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Kabalı Köyü	Oğuzgiray, 1952	
Zılbit Yaprağı Dolması	Zılbit yaprağı, pirinç, yağ, soğan, nane, maydanoz, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Merkez	Gören, 1969	
Damar Otu Salatası	Damar otu, yoğurt, sarımsak	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat Salar Köyü	Çevrici, 1945	
Kaldırayık Kavurması	Soğan, yağ, yumurta, kaldırayık	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Merkez	Gören, 1969	
Efelik dolması	Efelik otu, et, salça, pirinç, soğan, yağ, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat	Gökçeoğlu, 1961	
Kuşekmeği Aşı	Soğan, pirinç, salça, kıyma, yağ, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Sarıkkum Köyü	Göl, 1940	
Ebegümeçi Aşı	Ebegümeçi Otu, salça, pirinç, soğan, kıyma, yağ, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Taşman Köyü	Bal, 1984	
Sirken Otu Aşı	Sirken Otu, salça, pirinç, soğan, kıyma, yağ, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat Karacaören Köyü	Kocabaş, 1969	
Pırasa Kavurması	Pırasa, yağ, bulgur, karabiber, pul biber,	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Durağan	Yurdağül, 1963	
Sirkeli	Patlıcan, un,	Rutin	her	Sinop/Şamlıoğlu	Böke, 1974	

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

Patlıcan	yoğurt, sarımsak, sirke,	zaman yapılabilir		Köyü Sinop/Saraydüzü	Kastarcı, 1974
Domates Aşı	Soğan, tereyağı, domates, biber	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat	Kılıç, 1963
Fasulye Çorbası	Taze fasulye, un, yumurta, yoğurt, soğan, nane, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Sarıkkum Köyü	Göl, 1940
Sirkeli Pırasa	Pırasa, un, yağ, yoğurt, sarımsak, sirke tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Durağan İncir Köyü	Erdal, 1964
Soğan Aşı	Soğan, yağ, kıyma, salça, pirinç, limon, maydanoz, tereyağı, pul biber, tuz	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Boyabat	Gökçeoğlu, 1961
Pancar Kavurması	Pancar, soğan, tereyağı, tuz, pul biber	Rutin zaman yapılabilir	her	Sinop/Taşman Köyü	Bal, 1984

Sinop ilinde sebze yemekleri sık tüketildiği bilinmektedir. Sinop ilinde yaşayan halk geçmişte evinin bahçesinde yetiştirdiği sebze yi günümüzde çarşı ve pazarlardan tedarik etmeye başlamıştır (Çevrici, 1945). Yörede üretilen sebze yemekleri sade tüketilmesinin yanı sıra et ilavesi yapılarak da tüketilmektedir. Çarşı ve pazardan alınan sebze ve Meyveler geçmişte çuvalla (heybe) alınırken günümüzde ailelerin küçülmesi sonucu kilo ile alınır hale gelmiştir (Yürük, 1946). Evlerde hemen hemen her gün sebze yemeği pişirilmektedir. Bölgedeki sebze yemekleri pırasa kavurması, sirkeli patlıcan, domates aşı, sirkeli pırasa, soğan aşı, pancar kavurması olarak tespit edilmiştir (Tablo 3).

Sinop ilinde keşir, madımak, zılbit, kazıyak (kazayağı), damar otu, kaldırayık, efelik, kuşekmeği, ebeğümeçi, sirken otu yetişmektedir. Yetişen çeşitli otlardan sirken otu aşı, ebeğümeçi aşı, kuşekmeği aşı, efelik dolması, kaldırayık kavurması, damar otu salatası, zılbit yaprağı dolması, kazıyak yoğurtlusı, zılbit kavurması, madımak, keşir yemekleri yapıldığı tespit edilmiştir (Tablo 3).

Karaca, Yıldırım ve Çakıcı (2015, s. 31) tarafından yapılan çalışmada, Girit mutfağında kullanılan labada otundan sarma yapıldığı bildirilmiştir. Aynı otun Sinop mutfağında “efelik” ismi ile bilindiği ve girit mutfağında olduğu gibi sarma yapılmak üzere kullanıldığı tespit edilmiştir (Tablo 3).

Güldemir ve Işık (2011, s. 11) çalışmalarında Nevşehir mutfağında madımak otunun yemeğinin bulgur, soğan, salça ile pişirilip sarımsaklı yoğurt ile servis edildiğini ifade etmişlerdir. Sinop mutfağında ise Nevşehir mutfağından

farklı olarak kıyma veya pastırma ilavesi yapılarak pişirildiği, yemeğin içinde bulgur olmadığı ve sarımsaklı yoğurt ile servis edilmediği tespit edilmiştir.

5. Sonuç

Dünya'nın önde gelen mutfaklarından birisi de Türk mutfağıdır. Türk mutfağının gelişmesinde ve çeşitlilik kazanmasında önemli bir konuma sahip olan Karadeniz mutfağı kendine özgü ürünleri ve pişirme teknikleriyle Türkiye'de gastronomi turizminin gelişiminde katkı sağlayan ender mutfaklardandır. Karadeniz mutfağının en önemli özelliklerinden birisi geçmişten günümüze kadar fazla değişiklik göstermeden gelebilmiş bir mutfak yapısı olmasıdır. Karadeniz toplumunda sofralarda tercih edilen ürünlere bakıldığı zaman geçmişten geldiği ve günümüzde halen tüketildiği bilinmektedir. Sinop mutfağı ise Karadeniz bölgesini temsil eden güzide mutfaklardandır. Gastronomi turizminin son yıllarda hızla geliştiği Türkiye'de yöresel yiyeceklere verilen önemin artmasıyla birlikte bu ürünlerin gastronomik bir ürüne dönüştürülmesi ve tanıtımının yapılması Türk mutfağı açısından oldukça önemli bir hale gelmiştir. Sinop ilinde geçmişte tüketimi sıklıkla yapılan günümüz de ise tüketimi olmayan veya unutulmaya yüz tutmuş yöresel lezzetlerini tespit etmek amacıyla bu çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda ki bulgular incelendiğinde Sinop ilinde et yemeklerinde; küçükbaş, büyükbaş, kümes ve av hayvanlarının sıklıkla tüketimi yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Sinop ilinde halk genellikle et ihtiyaçlarını kendi besledikleri hayvanlardan ve avladıkları hayvanlardan sağlamaktadırlar. Bölgede tüketilen et yemeklerine incelendiğinde av hayvanları ile yapılan yemeklere tavşan kavurması, ördek dolması, karatavuk kavurmasının sık tüketildiği görülmüştür. Et ilavesi ile yapılan baklagil yemeklerinde ise etli nohut, keşkek ve nohutlu tavuk yemeğinin sıklıkla tüketildiği gözlemlenmiştir. Sinop'ta öne çıkan bir diğer et ise balıktır. Bunun sonucunda ise balık bileke, balık yahnisi ve tuzlu balık gibi birçok yemeğin üretiminin yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bölgede yapılan ekmekler ve hamur işleri ürünlerinde ise farklı pişirme teknikleri kullanılarak yapılan ekmekler göze çarpmaktadır. Pişirme tekniği olarak fırın ekmeği, Boyabat pidesi, şekerli ekme, unlu basma gibi ekme çeşitleri fırında pişirilirken, sac ekmeği, saraylı ekmeği, köy ekmeği ise sacta pişirilen ekmekler arasındadır. Ekme yapımında genellikle buğday unu ve mısır unu kullanımının yaygın olduğu tespit edilmiştir. Karadeniz mutfağını temsil eden önemli ürünlerin başında otlar ve sebzeler gelmektedir. Sinop ilinde de keşir otu, madımak otu, zılbıt otu, kazıyak (kazayağı) otu, kaldırayık (kaldırık) otu, efelik (evelek, labada) otu, kuşekmeği otu, ebegümece otu, sirken otu yetişmektedir. Yetişen çeşitli otlardan sirken otu aşısı, ebegümece aşısı, kuşekmeği aşısı, efelik dolması, kaldırayık kavurması, damar otu salatası, zılbıt yaprağı dolması, kazıyak yoğurtlusu, zılbıt kavurması, madımak, keşir yemekleri yapıldığı tespit edilmiştir. Evlerde her gün tüketimi olan içine et ilavesi yapılarak tüketilen sebze yemekleri de bölgede tercih edilen yemekler arasındadır.

Yöresel lezzetlerin korunması ve tanıtımının yapılması destinasyon pazarlaması açısından önemli taşımaktadır. Kamu ve özel sektörün iş birliği içerisinde yöresel mutfağın geçmiş nesillerden günümüze aktarılması konusunda

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

çalışmalar yapılması yöre mutfağına değer katacaktır. Ayrıca yöresel yemeklere ait reçetelerin bölgede yetişmiş, belirli bir yaşın üzerinde bulunan kişilerle görüşülerek belirlenmesi ve gelecek nesillere aktarılması önem taşımaktadır. Elde edilen reçetelerin işletmelerde kullanımını teşvik etmek amacıyla çalışmalar yapılması gerekmektedir. Böylece bölge bilinirliği ve ekonomisine katkıda bulunulacağı düşünülmektedir. Yapılan çalışma Sinop mutfağının unutulmaya yüz tutmuş lezzetlerini ön plana çıkaran önemli bir çalışma olup gelecekte yapılacak çalışmalara kaynak niteliği taşımaktadır. Sinop ilinde ki yöresel lezzetler hakkında bu tür çalışmaların sayısı artırılarak gastronomi turizminin gelişmesine katkı sunulabilir.

6. Kaynakça

- Acar, Y. (2016). Gastronomi turizmi kapsamında Aksaray ili Güzelyurt (Gelveri) yöresel mutfağının unutulmaya yüz tutmuş tatlarının değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 4(1), 81-86.
- Aksoy, M. ve Sezgi, G. (2015). Gastronomi turizmi ve güneydoğu anadolu bölgesi gastronomik unsurları. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(3), 79-89.
- Albayrak, A. (2013). Farklı milletlerden turistlerin Türk mutfağına ilişkin görüşlerinin saptanması üzerine bir çalışma. *Journal Of Yaşar University*, 30(8), 5049- 5063.
- Alyakut, Ö. ve Üzümcü, P. T. (2017). Gastronomi turizmi bağlamında Kandıra beslenme kültürü ve unutulmaya yüz tutmuş lezzetleri Goncaaydın köyü örneği. *IV. Uluslararası Çoban Mustafa Paşa Kocaeli Tarihi ve Kültürü Sempozyumu*, 24-26.
- Aslan, Z., Güneren, E. ve Çoban, G. (2014). Destinasyon markalaşma sürecinde yöresel mutfağın rolü: Nevşehir örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(4), 3-13.
- Atabey, S. ve Işık, S. (2018). Mutfak kültürü ve yöresel yemeklerin yerel halk tarafından değerlendirilmesi: Fethiye örneği. *International Conference on Food Nutrition and Dietetics, Gastronomy Research*, 692-707.
- Aykut, M. (1987). Bazı Kayseri yemeklerinin besin değerleri ve protein kalitesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 16(2), 191-198.
- Başaran, B. (2017). Gastronomi turizmi kapsamında Rize yöresel lezzetlerinin değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 5(3), 135-149.
- Canbolat, E., Keleş, Y. ve Akbaş, Y. Z. (2016). Gastronomi turizmi kapsamında samsun mutfağına özgü turistik bir ürün: bafra. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 4(4), 75-87.
- Cengiz, A. (2013). *Sinop tarihi ve kültür envanteri*. Sinop:Sinop Valiliği Yayınları.
- Ceylan, U. ve Güven, Ö. Z. (2018). Yiyecek içecek işletmelerinin menü planlamasında Kütahya'nın yöresel yemeklerinin yeri üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(Special issue3), 451-459.
- Cömert, M. (2014). Turizm pazarlamasında yöresel mutfakların önemi ve Hatay mutfağı örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(1), 64-70.
- Demirel, H. ve Ayyıldız, S. (2017). Mutfak kültürü ve değişimi; Giresun ili örneği. *Journal Of Tourism And Gastronomy Studies*, 5(4), 280-298.

- Güldemir, O. ve Işık, N. (2011). Nevşehir mutfak kültürü ve yemekleri. *Uluslararası Nevşehir Tarih ve Kültür Sempozyumu*, 6, 16- 19.
- Güler, S. (2010). Türk mutfak kültürü ve yeme içme alışkanlıkları. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26/ S1, 24-30.
- Karaca, O. B., Yıldırım, O. ve Çakıcı, C. (2015). Gastronomi turizminde otlar, ot yemekleri ve sağlıkla ilişkisi üzerine bir değerlendirme. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(3), 27-42.
- Karaçar, E. ve Doğançılı, O. S. (2018). Gastronomik değerler kapsamında Sinop mutfağına özgü bir değer: nokul.
- Kılınç, O. ve Kılınç, U. (2018). Yöresel gastronomik değerlerin ürüne dönüşme düzeyi: Antalya il merkezi restoran menüleri üzerine bir inceleme. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(Special issue3), 394-410.
- Koca, N. ve Yazıcı, H. (2014). Coğrafi faktörlerin Türkiye ekmeği kültürü üzerindeki etkileri. *International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 9(8), 35-45.
- Kurnaz, A. ve İşlek, E. (2018). Yöresel yemeklerin restoranlar tarafından kullanımının değerlendirilmesi: Marmaris örneği. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 8(1), 50-59.
- Mil, B. ve Denk, E. (2015). Erzurum mutfağı yöresel ürünlerin otel restoran menülerinde kullanım düzeyi: Palandöken örneği. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 5(2), 1-7.
- Özdemir, F. ve Güngör, B. (2016). Kültürel bir değer olarak unutulmaya yüz tutmuş geleneksel Hatay yemekleri ve bu kültürel değerlerin korunması önerileri. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 4 (Special issue1), 190-199.
- Özel, G., Yıldız, F. ve Akbaba, M. (2017). Yöresel yemeklerin restoran menülerinde yer alma düzeyinin belirlenmesi: Kilis mutfağı örneği. *The Journal of Kesit Academy*, 3(11), 351-364.
- Sağır, A. (2012). Bir yemek sosyolojisi denemesi örneği olarak Tokat mutfağı. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 7(4), 2675-2695.
- Seçim, Y. ve Çoşan, D. (2019). Bartın Yöresel Yemek Alışkanlıklarının Tespit Edilmesi Üzerine Bir Araştırma. Doç.Dr.Sevcan Yıldız (Ed.), *Alternatif Turizm Araştırmaları İçinde* (s. 3-26). Ankara: İksad Publishing House.
- Seçim, Y. ve Şen, A. (2018). Konya mutfak kültürü üzerine nitel bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Science*, 5(32), 552-560.
- Serçeoğlu, N. (2014). Yöre halkının mutfak kültürünü tanıma durumunun tespit edilmesi: erzurum ili. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(4), 36-46.
- Seyitoğlu, F. ve Çalışkan, O. (2014). Turizm literatürün de Türk mutfağı üzerine yapılan araştırmaların değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(4), 23-35.
- Şanlıer, N. (2005). Yerli ve yabancı turistlerin Türk mutfağı hakkındaki görüşleri. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1), 213-227.

Sinop Yöresel Mutfağının Unutulmaya Yüz Tutmuş Tatlarının Değerlendirilmesi

- Şen, N. ve Silahşör, Y. (2018). Gastronomi turizmi kapsamında Erzincan ili yiyecek içecek işletmelerinde sunulan yöresel yemekler üzerine bir araştırma. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 414-429.
- Şengül, S. ve Türkay, O. (2015). Doğu Karadeniz mutfak kültürünün sürdürülebilirliği sorunlar ve çözüm önerileri, *Doğu Karadeniz Bölgesi Sürdürülebilir Turizm Kongresi Bildiri Kitabı*, 599-606.
- Yazar, A. (1992). *Her Yönüyle Sinop*, Sinop: Sinop Valiliği Yayınları.
- Yıldırım Saçılık, M., Çevik, S. ve Toptaş, A. (2018). Geçmişin mutfağından gelecekteki sofralara: Bandırma-Erdek yöresinin gastronomik mirası. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(1), 300-319.

Kaynak Kişiler

- Altıntaş, Selma 1979, Sinop/Ahmet Yeri Köyü
Bal, Hanife 1956, Sinop/Sarıkum Köyü
Bal, Hatice 1984, Sinop/Taşman Köyü
Bal, İsmail 1949, Sinop/Sarıkum Köyü
Bingöl, Sevim 1945, Sinop/Türkeli
Böke, Esra 1974, Sinop/Şamlıoğlu Köyü
Çelik, Ayşe 1956, Sinop/Erfelek Hasandere Köyü
Çevrici, Nedime 1945, Sinop/Boyabat Salar Köyü
Demirboğa, Fatma 1972, Sinop/Boyabat
Erdal, Melek 1964, Sinop/Durağan İncir Köyü
Genç, Huriye 1966, Sinop/Boyabat
Genç, Mehmet Tahir 1965, Sinop/Boyabat
Genç, Nuran 1962, Sinop/Boyabat Daylı Köyü
Genç, Sevda 1972, Sinop/Boyabat
Gökçeoğlu, Hatice 1961, Sinop/Boyabat
Göl, Sündüs 1940, Sinop/Sarıkum Köyü
Göl, Şehri 1961, Sinop/Abalı Köyü
Gören, Sıdika 1969, Sinop/Merkez
Kabaoğlu, Hayriye 1967, Sinop/Boyabat
Kastarcı, Esna 1974, Sinop/Saraydüzü
Kılıç, Keriman 1964, Sinop/Boyabat
Kılıç, Ramazan 1963, Sinop/Boyabat Kayaboğazı Köyü
Kocabaş, Fatmagül 1969, Sinop/Boyabat Karacaören Köyü
Kuru, Gülsün 1970, Sinop/Gerze
Oğuzgiray, Hadiye 1952, Sinop/Kabalı Köyü
Özdemir, Kamer 1953, Sinop/Sarıkum Köyü
Şahin, Nurşen 1936, Boyabat/Lala Köyü
Yurdağül, Necla 1963, Sinop/Durağan
Yürük, Halise 1946, Sinop/Boyabat
Yürük, Şükran 1955, Sinop/Boyabat