



Eski Mezopotamya ve Anadolu'da Mutfak Kültürü

Fatma Soğandereli*

ORCID: 0000-0003-3294-5001

Öz

İnsanoğlunun yaşamını idame ettirmesindeki ihtiyaçlar hiyerarşisinde ilk sırada gelen beslenme, insanlığın yaşamına, faaliyetlerine, aktivitelerine yön veren bir olgudur. İnsanlık ilk başlardan itibaren doğadaki kaynakları kullanarak karnını doyurmanın bir yolunu bulmuştur. Daha sonralarında ise gelişen teknikler ve yerleşik hayata geçişle birlikte kentleşme zamanlarında kendi yiyeceklerini ekip, yetiştirip, hasat etmiş ve tüketmeye başlamışlardır. Her toplum; yaşam bölgesine, yiyecek ve içecek kaynaklarına göre kendi sofralarını sunmuş ve mutfak kültürü olarak yansıtmıştır. Tahıl, et ve sebzeleri değişik baharatlar ve soslarla çeşitlendiren Mezopotamya ve Anadolu toplumlari, pişirme yöntemlerine de kendi yorumlarını katmışlardır. Mutfak kültürü bir bakıma da tarihsel süreçte dinsel ve toplumsal bir kimlik haline gelmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mezopotamya, Anadolu, Beslenme, Mutfak Kültürü, Yemek Tarifi

Gönderme Tarihi:29/04/2020

Kabul Tarihi:20/06/2020

* Yüksek Lisans Öğrencisi, Pamukkale Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Tarih Bölümü, E-Mail: fatmasogandereli@gmail.com

Culinary Culture in Ancient Mesopotamia and Anatolia

Fatma Soğandereli

ORCID: 0000-0003-3294-5001

Abstract

Nutrition, which comes first in the hierarchy of human needs to sustain life, is a phenomenon that directs the life, acts (operations) and activities of humanity. From the very beginning, humanity has found a way to feed itself by using resources from nature. Later on, with the developing techniques and the transition to settled life, the–humanity cultivated, grew, harvested and began to consume their own food during urbanization. Every society presented its own tables according to the food and beverage sources and the living area and reflected it as a culinary culture. Mesopotamian and Anatolian societies, which diversified cereals, meat and vegetables with different spices and sauces, also added their own comments to cooking methods. In a sense, culinary culture has become a religious and social identity in the historical process.

Keywords: Mesopotamia, Anatolia, Nutrition, Culinary Culture, Recipe

Received Date: 29/04/2020

Accepted Date: 20/06/2020

Кулинарная культура древней Месопотамии и Анатолии

Резюме

Питание занимает первое место в иерархии потребностей человека в поддержании жизни, является явлением, которое поддерживает жизнь и деятельность человечества. С самого начала человечество нашло способ прокормить себя, используя природные ресурсы. Позже, с развитием методов и переходом к оседлой жизни человечество выращивало, стало выращивать, собирать урожай и употреблять полученные ресурсы в пищу. Каждое общество; представил свои собственные таблицы в соответствии с источниками еды и напитков в жилой зоне и преподнесло это как кулинарную культуру. Месопотамские и анатолийские общества, которые диверсифицировали зерновые, мясо и овощи с различными специями и соусами, также добавили свои собственные комментарии к методам приготовления пищи. В некотором смысле кулинарная культура стала религиозной и социальной идентичностью в ходе исторического процесса.

Ключевые слова: Месопотамия, Анатолия, питание, кулинарная культура, рецепты.

Получено: 29/04/2020

Принято: 20/06/2020

Giriş

Mezopotamya ve Anadolu'da tarihin ilk başarından itibaren insanların temel amaçları karınlarını doyurmak olmuş ve beslenme insanın günlük faaliyetlerinde yer edinmiştir. Avcı ve toplayıcılıktan sonra, yerleşik hayatın başlangıcından itibaren tarımla birlikte temel geçim kaynakları haline gelen tahıl üretimi; uygarlık tarihinde dönüm noktasıdır. Yiyeceklerin üretimi aşamasından sonra, tüketimi için hazırlanması ve bazı ham maddelerin gerekli pişirme yöntemi ile mutfak kültürünün temeli ilk defa Mezopotamya topraklarında atılmıştır. Dicle ve Fırat nehirlerinin sunduğu doğal kaynaklar bölgenin Bereketli Hilal olarak anılmasında en önemli etkiye sahiptir. Anadolu da sahip olduğu iklim çeşitliliği ve bereketli topraklarında, tarihin ilk devirlerinden itibaren beslenme ve mutfak açısından pek çok arkeolojik kaynakları ile bilgiler sunmaktadır. Keza yazı ile tanıştıktan sonra da Anadolu mutfağı ile ilgili çıkarımlar yapabileceğimiz kayıtları miras bırakmışlardır. Beslenme ve mutfak kültürü konusunda araştırma yapan Jean Bottero Mezopotamya mutfağının incelenmesinde temel kaynak olarak kullanabileceğimiz; “*Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*” kitabıyla öne çıkmaktadır. Phyllis Pray Bober de “*Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak*” adlı kitabı ile ana kaynaklar arasındadır. Anadolu'da ise “*Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaşı Toplumlarda Mutfak Kültürü*” kitabı ile Ahmet Ünal mutfak kültürünü ortaya koymaya çalışmıştır. Bu kaynakların yanında bu çalışmada tarihi, antropoloji, mitoloji, gastronomi alanlarına ait kaynak kitap ve makalelerden yararlanılmıştır.

1.Eski Mezopotamya Mutfak Kültürü

Beslenme insanların en temel gereksinimlerinin birinci sırasında gelmesinin yanında, ulusal kimliğin ve kültürün belirlenmesinde farklılık gösteren en önemli öge konumundadır. İlkçağların başlarında, avcı ve toplayıcılık döneminde insanlar genellikle karın doyurma ve hayatta kalma mücadelesiyle hareket etmişlerdir. Kolay ulaşabileceği hayvanları avlamış ve doğadaki hazır bitki, meyve ve kökleri toplayarak

hayatlarını sürdürmüşlerdir.¹ İlkçağ insanları kendilerini korumak ve av hayvanı yakalamak için, çay ve dere kenarındaki çay taşını kırarak kendilerine sivri taştan alet yapıyorlardı.²

Ateşin kullanılmaya başlanmasıyla birlikte yemekler pişirilerek hazırlanmış ve çiğneme kolaylığı sağlamıştır. Bunun sonucunda da lezzet artırıcı yollar keşfedilmeye başlanmıştır. İlk başta yabancı bitkileri ehlileştirmeye başlamışlar ve bunun getirisi de yerleşik yaşama geçiş olmuştur. İnsanlık tarihindeki üretimle birlikte başlayan yerleşik yaşam şekli, Neolitik Çağ'ın en önemli özelliklerinden biridir. Günümüz kırsal ve kentsel yerleşim temelini atıldığı bu dönemde yemek yeme ihtiyacı sadece karın doyurmaktan çıkmış; değişik yiyecekleri bir araya getirme ve bir nevi sofraya hazırlama işlevinin de temelleri bu dönemde atılmıştır.³

İlk tarımın yapıldığı ve yerleşik yaşamın başladığı bereketli topraklar olan Mezopotamya, dünyadaki diğer mutfak kültürlerinin doğduğu bölgedir. Günümüz mutfak kültürlerinin oluşumunda da Mezopotamya mutfağı etkilidir.⁴(Ek 1)

Mezopotamya mutfağı, bir düzen içinde beslenme alışkanlıklarının ilk ortaya çıktığı yerdir. MÖ 3200'lerde yazının icadı ile birlikte mutfak kültürü alanında arkeolojik buluntulara, yemek tarifi kitabı gibi adlandırabileceğimiz pek çok yazılı tabletler eklenmiştir. Bu tabletlerde, ham besin maddelerini; kendi tadım isteklerine uygun şekilde karıştırıp, harmanlayıp pişirdikleri ve mutfak geleneklerini oluşturdukları yemekler ve yöntemleri anlatılmaktadır.⁵

Mezopotamya Bölgesi, Dicle ve Fırat Nehirlerinin sağladığı doğal kaynakları ile Bereketli Hilal adının hakkını vermiştir; öyle ki MÖ 3000'lerden önce başlayan geniş alandaki ticaretlerinde, hiçbir zaman gıda ithal etmeye gerek duymamıştır. Mezopotamyalıların günlük yemeklerini oluşturan besin maddeleri çok geniş bir listeye sahiptir:

“ Tahıllar, değişik bitkiler, meyveler özellikle hurmanın yanı sıra elma, armut, incir, nar, üzüm; soğan ve kök bitkileri; "yermantarı" ve mantar; baharatlar; büyükbaş ve özellikle küçükbaş hayvanların etleri, domuz; hem etleri hem de

¹ Ali Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, *Cahit Günbattı'ya Armağan Kitabı*, Ed. İ. Albayrak, H. Erol, M. Çayır, Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 2015, 120.

² Ahmet Uhri, *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, İstanbul: Ege Yayınları, 2011, 25.

³ Ertuğrul Düzgün ve Fügen Durlu Özkaya, “Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü”, *Journal of Tourism And Gastronomy Studies*, sy. 3/1 (2015): 42.

⁴ Düzgün ve Özkaya, “Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü”, 43.

⁵ Jean Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, çev. Adnan Kahiloğulları vdğr., Ankara: Dost Kitabevi, 2005, 68.

yumurtaları yenen kümes hayvanları daha sonraları yetiştirilen tavukgiller dışında ve av hayvanları; deniz ve tatlı su balıkları; kaplumbağalar, kabuklu hayvanlar ve böcekler arasından bilineni çekirgeler; süt, "tereyağı" ve diğer hayvansal (domuz yağı, vb.) ve bitkisel yağlar (susamyağı ve zeytinyağı); yemekleri tatlandırmak için kullanılan değişik ağaç şıraları ve arı balı; ayrıca, yemeklere keskin bir tat veren mineral ürünler (tuz, kül?).'⁶

Tahıllar, Mezopotamya'daki uygarlığın başlamasındaki en önemli role sahiptirler. Yazının mucidi Sumerlerden kalma tabletlerde buğdayın yer aldığı mitoslar bize yiyecek tarihi ile ilgili bilgiler verir. Kain ile Habil hikayesinin de kaynağı sayılan Dumuzi ile Enkimdu mitosu konu bakımından çoban ile çiftçi arasındaki rekabeti gösterir. Tanrıça İnanna (İştär) kendine koca seçmek ister adayları; çoban tanrı Dumuzi(Tammuz) ve çiftçi tanrı Enkimdu'dur. Çiftçi tanrı Enkimdu rakibini elemek ve yarıştan feragat etmesi için Dumuzi'ye çeşitli hediyeler vermek ister, bu hediyelerin içinde buğdayın adı da geçmektedir.⁷ Mezopotamya mitolojisinde önemli yere sahip Babil mitoslarından Adapa Mitosu da ölümsüzlük için "yaşam ekmeği" ve "yaşam suyu"nun Adapa'ya sunulduğunu anlatır.⁸

Ekmek yapabilmek için buğday çeşitli işlemlerden geçiriliyordu. Öncelikle buğdayın dışındaki sert kabuk ve kepeğin atılması gerekiyordu. Kavurarak dış kabuğun çıkmasını sağladılar. Bu işlem çanak çömlek kullanılmayan dönemlerde, ısıtılmış taşlar üzerinde daha sonraları ise ocaklarda çömlek içinde kavrulmuş yapılmıştır. Kalan buğday taneleri, dibekler ya da sürtme taşlarıyla öğütülüyordu. Elde edilen unun suyla karıştırılmasıyla oluşan hamur ile pide veya lavaş tarzı ekmekler pişirilmiştir.⁹ Ekmek pişirilmesinde Mezopotamyalılar *tinuru* adını verdikleri kilden yapılmış silindirik formdaki fırınları da kullanıyorlardı. Hamur bezeleri mayalanmadan, iyice ısıtılan bu fırının iç duvarına yapıştırılarak pişiriliyordu. Bu fırına günümüzde Doğu'da da rastlamaktayız; *tandır (tannur)* fırınının adı Mezopotamya'daki tinuru'dan gelmektedir. MÖ 3. Binyılın başlarında Mezopotamyalılar kubbeli fırınları icat etmişlerdir. Bu fırının

⁶ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 69.

⁷ Uhri, *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, 40

⁸ Şeyma Ay ve Kadriye Şahin, "Eski Yakındoğu'da Yemek Simgeselliği Üzerine Bir Değerlendirme", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, sy. 12 (2014): 345.

⁹ Uhri, *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, 39.

içinde pişirilen yemeklerin buharının sağladığı nemde; mayalanmış hamuru yavaş yavaş pişirerek kabarmış ekmeği üretiliyorlardı.¹⁰

Bazı araştırmacılara göre; biranın elde edilmesi süreci, ekmekten daha öncedir ve insanları topluca yaşamaya sevk eden uygarlığın temeli gibi görmektedirler. Aşağı Mezopotamya'nın tek başat tarım ürünü olan arpa tahılının; suda ve nemli ortamda ekşitilmesiyle elde edilen bira, Mezopotamya'da en çok tüketilen içecektir. Mezopotamya'da Babil döneminde, Hammurabi'nin krallığı zamanında Sumer ilahisi yazılmış bir belgede bira yapımının tarifi aktarılmıştır. Bira tanrıçası Ninkasi'nin övüldüğü bu ilahide, bira yapımının genellikle kadın uğraşısı olduğu çıkarılmaktadır. Tanrıça Ninkasi *babpir* adı verilen ezmesine, mayalanmasını hızlandırmak için; güzel kokulu bitki özleri (yaban şeker havucu) ile bal diye adlandırdıkları hurma pekmezi ilave ediyordu. Mezopotamya'da arıcılık yaygın değildi bal, daha çok Mısır'dan ithal ediliyordu, bundan dolayı bira yapımında doğal kaynakları olan ve yemekleri tatlandırmada kullandıkları hurma pekmezini kullanıyorlardı. Bira içenlerin tasvir edildiği çizimlerde, normal şartlarda biranın süzülmeden bir çubuk yardımıyla içildiği görülmektedir. Ur'da erken dönem Sumer buluntularında bulunan gümüşten, altından ve lacivert taşından yapılmış çubuklar, birayı içerken arpa kabuklarının ve bitki parçalarının ağıza gelmesini önüyordu.¹¹(Ek 2)

Mezopotamya'da yemeklerin en temel sebzeleri soğan, sarımsak ve pırasadır. Diğer sebzeler; marul, lahana, salatalık, turp, havuç, pancar, bezelye gibi sebzeler muhtemelen çorbalarda kullanılmıştır Baklagillerden ise mercimek, acıbakla, nohut, burçak, bezelye ve bakla neolitik dönemden beri bölgede izine rastlanan türlerdir.¹²

Günümüzde hemen hemen her yemeğin ana maddesi olan soğan, Sumerler zamanında da en çok kullanılan sebze özelliğindedir ki Sumerce **sum** ideogramıyla anılan soğanın pek çok çeşidinin adı çivi yazılı belgelerden öğrenilmektedir: **sum-babbar**: açık renkli soğan; **sum-Dilmun**: Dilmun soğanı; **sum.gam.gam**: nadir bir soğan türü; **sum.gaz**: parçalanmış soğan; **sum.gişimmar**: hurma palmyesi soğanı; **sum.gud**: ilkbahar soğanı; **sum-KUR**: dağ soğanı; **sum-sikil**: açık renkli soğana çok benzeyen bir soğan türü; **sum.şir.dili**: soğan ve sarımsak; **sum.d UTUL**: güneş soğanı, türü bilinen soğanlardır. Bunların yanında, **si₄-lum**, **sum.tu.da**, **sum.TU.LU**,

¹⁰ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 70.

¹¹ Phyllis Pray Bober, *Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak*, çev. Ülkün Tansel, İstanbul: Kitap Yayınevi, 2014, 90-91.

¹² Güveloğlu, "Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı", 121.

sum.za.ha.ti/din gibi adı geçen soğan türleri de III. Ur Dönemi metinlerinde geçmektedir, ancak henüz türü tespit edilememiştir.¹³

Mezopotamya’da diğer önemli içecek de Sumerce **GEŠTIN**, Akadça **karānum** olarak adlandırılan şaraptır. Şarap **habburu** ve **miz’u** gibi değişik terimlerle de anılmıştır. Belgelerde “şarap evi” anlamında **È.GEŠTIN (bit karanim)** ifadesinin olması şarabın modern zamanlardaki gibi üretilip; yıllanması için bekletildiği mahzenler olduğunu düşündürmektedir. Şarap üretiminden sorumlu “şarapçı başı” mesleği de **rab karāni/ rab kūtāti** terimiyle saray çalışanları listesinde geçmektedir.¹⁴ Şarap genel itibarıyla üst kesim zenginlerin içtiği ayrıcalıklı bir içecektir. Bunun sebebi Mezopotamya coğrafyasında üzüm yetiştirilememesidir. Şarap, Yukarı Mezopotamya, Doğu Akdeniz, Fırat üzerindeki Mari ve daha kuzey ve batıdaki Karkamış’tan yapılan dış alım belgelerinde "**sıradan**", "**sıradan kırmızı**" isimleriyle kaydedilmiştir.

Şarap, Hristiyanlık’ta olduğu gibi, birçok eskiçağ kavminin de kutsal içeceği şeklinde yorumlanmış, gençlik ve ebedi hayat sembolü olarak mitolojilerinde yer almıştır. Sumerli Gılgamış’ın mitolojisinde, tanrıça Siduri (peri), üzüm elde edilen “asma ağacı” olarak Gılgamış’ın karşısına çıkmaktadır. Gılgamış “Asmalı kadın” olarak tasvir edilen tanrıçanın ebediliğinden istemiştir. Dolayısıyla asma, Sumer toplumunda, “Hayat Bitkisi” olarak ölümsüzlüğü getiren bitki şeklinde algılanmıştır.¹⁵

Babil kralı II. Nabukadnezar’ın prizma kitabesinde de şarap ve şarap isimleri geçmektedir. Kendisini tanıtan ve öven unvan ve sıfatlarından söz ettikten sonra Esagil tapınağı ve Babil’in diğer tanrıları için verdiği ziyafet sofralarından bahseder. Marduk, Şarpanītu, Nabû ve Nanāya tanrıları, isimleri özellikle geçen tanrılardır. Bu ziyafet için çok fazla şarap getirtildiği, şaraplar için kurduğu cümlelerden anlaşılmaktadır; “Sayısız, nehrin suları gibi”. Kitabenin yemekle ilgili kısmı şöyledir;

“Sütun . i:.... 16-25) Esagil (tapınağı) ve Babil’in tanrıları için her gün besili ve mükemmel bir boğa ve iyi cins zuluhhu-ekmeğini temin ettim. Bataklığın en iyileri: Balıklar, kuşlar, yumurtalar. Bal, manda yağı, süt, iyi yağ, kurunnu-şarabı, šadû şarabı, en temiz/saf şarap, İzalla, Tu’immu, Şimiri, Hilbūnu,

¹³ Esmā Öz Kiriş, “Çivi Yazılı Belgeler ve Arkeolojik Malzemeler Işığında Sümer Mutfağına Genel Bir Bakış”, *Ortaoğu’ya Bakış* içinde, Ed. Victoria Bilge Yılmaz, Sayim Türkman, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2017, 6.

¹⁴ H. Hande Duymuş Florioti, “Asur Sarayında Beslenme: Yeni Asur Devri”, *Tarih Okulu Dergisi (TOD)*, sy. XXXIV (2018): 39.

¹⁵ Yusuf Kılıç ve Elvan Eser, “Eskiçağ Toplumlarının Mitolojisinde Ölümsüzlük Arayışı (Ölümsüzlük Sembolü Olarak Bazı Bitki, Su ve Hayvanlar)”, *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, sy. 13 (2017): 135.

Arnābānu, Sūhu, Bīt-Kubati ve Bītāti ülkelerinin şarabı. 26-28) Sayısız, nehrin suları gibi...Sütun.ii: 31-33) Her gün besili 1 gumāhu boğası, pasillu cinsi koyun, Borsippa tanrılarına ait ne varsa, bataklığın en iyileri: balık, vahşi kuşlar, yumurtalar. Tatlı bira, kurunnu- şarabı, temiz şarap, bal, manda yağı, süt, en iyi cins yağ. Bütün bunları bolca Nabû ve Nanāya için tedarik ettim."¹⁶

Mezopotamya'daki mutfak kültürünün en ilgi çekici kanıtları ise; Babillilerin Sumerce ve Akadça olarak çift dille yazdıkları ansiklopedik formdaki yazıtlardır. İki sütun halinde düzenlenmiş yazıtta, evrenin doğal ve yapay unsurları büyük kategoriler şeklinde sıralanmıştır. Sahih kopyası her biri 400 bölüme ayrılmış 24 levhadan oluşmaktadır. Bunların son iki tableti, 800 başlıktan oluşmakta ve tamamen "Beslenme" konusuyla ilgilidir. Ayrıca mutfak ve yeme içmeyle ilgili sözlükler, uygulama ve kaynakça metinleri eklenerek belgeler zenginleştirilmiş ve en iyi yemek listesi ortaya çıkmıştır. Jean Bottero bu belgelerden yola çıkarak; 18-20 çeşit peynir türüne sahip olduklarını, oldukça basit olan peynirleştirme (taze hamur) yöntemini kullansalar da birçok peynir çeşidinin olmasından dolayı çok geniş bir damak tadına sahip olduklarını ve karışık bir teknik kullandıklarını söylemektedir. **(Ek 3)** Çorba, Sumerce'de *tu* Akadça'da *ummaru* diye geçen yemek türü daha çok su ile pişirilen yemeklerdir. Çorba kataloğuna baktığımızda yüz kadar çorba çeşidine sahip oldukları görülmektedir. En temel ve başlıca besin maddesi olan ekmeğin kataloğunda; 300'e yakın ekmeğin çeşidi bulunmaktadır. Ekmeğin yapısına baktığımızda; değişik un çeşitleriyle mayalanmış ya da mayalanmamış; yağlı, sütlü, biralı; tatlı, çeşitli baharatlar ile kokulandırılmış; içi çeşitli meyvelerle doldurulmuş vb. türlerine sahiptir. Ekmeğin biçimine baktığımızda ise; çok büyükten çok küçük boyutlara, farklı kalınlıklarda yapılmış ekmeğin çeşitleri şekil bakımından çeşitli hayvan, kalp, baş, el, kulak ve hatta kadın göğsü gibi muziplik gösteren şekillerde ekmeğin yapılmışlardır.¹⁷ **(Ek 4-5)**

Mezopotamya'da hayvansal gıdaların başında et tüketimi ve balık geliyordu. Koyun, keçi, domuz, sığır et için beslenen hayvanlardı. Sığırın genellikle dini törenlerde kurban edilmesi dolayısıyla zengin ve seçkin sofralarında yenildiği bilinmektedir. Akarsulardan veya denizlerde balık tutulduğu çizimlerden anlaşılmaktadır. Hatta tanrılara balık eti de sunuluyordu, bunun için tapınaklarda balık temizliği, kurban

¹⁶ Esmā Öz, "Çivi Yazılı Kaynaklar Ve Arkeolojik Buluntular Işığında Mezopotamya'da Kral Sofraları ve Şölenler", *Turkish Studies*, sy.11/1 (2016): 118-119.

¹⁷ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 71.

edilmesi ve pişirilmesinden sorumlu tapınak görevlisi vardı. Çeşitli kabuklu deniz ürünlerinin de yer aldığı Mezopotamya mutfağında kuşlar da hem eti hem de yumurtası bakımından önemli besin kaynağıydı. Özellikle kaz ve ördekleri çiftliklerde besleyip yumurtasını üretiyorlardı.¹⁸

Diğer hayvansal gıda olan tereyağı ve süt üretimi için Ur'da bulunan Sumer dönemi çivi yazılı belgeye göre; Şulgi'nin saltanat yıllarında, bir ineğin günlük 5 litre tereyağ ve 7,5 litre peynir üretmesi gerekirdi.¹⁹ Burada verilen değerlerin günlük mü yada haftalık mı olduğu tartışmalıdır. Çünkü normal şartlarda bir günde bir inekten elde edilen tereyağı ve peynir miktarı daha azdır. Diğer bir görüşle de verilen litre ölçüsünün ne kadar doğru olduğundan pek emin olunamamaktadır.

Yemeklere değişik çeşniler vererek değişik tatlar yaratan baharatlar, Mezopotamya mutfağını değişik boyuta taşımıştır. Yemeklere katılan bu baharatlar ile yüzün üzerinde çorba ve yemek geliştirmişlerdir. Mezopotamya'daki bu gelişmişlik ve çeşitlilik, dünyanın birçok yerinde Neolitik dönemde bir yaşam izi bulunmazken; bereketli topraklarda zirai üretimin çoktan ürün zenginliği ile öne çıkmasından kaynaklanmaktadır. Böylece çivi yazılı yemek sözlükleri tabletlerinde adı okunabilen baharat çeşitleri; anason, kimyon, kişniş, nane, ardiç üzümü, kakule, çemen otu ve hardaldır. Hatta Mezopotamyalılar, günümüzde Arap ve Hint mutfağında kullanılan maydonozgillerden bir bitkinin sakızı olan şeytantsini (asafetida) bile biliyorlardı. Ayrıca baharatın tatlandırıcı özelliğinin yanı sıra ilaç yapımında hammadde olarak kullanılmış olabileceği de göz önünde tutulmalıdır.²⁰

Bir yemeğin tarifinde genellikle dört baharat vardı ve yemeğin; kıvamını, kokusunu ve tadını tamamlardı; *tereotu*, *seytantsi*, *küsküt?* ve *kimyon* bu baharatlar, hardalla kokulandırılmış altı litre suya atılarak kaynatılır, onlarla birlikte tadı bütünleyici nar suyu, acı badem, dut ya da hurma pekmezi ve sedefotu gibi çeşitli otlar da bir uyum içinde kullanılırdı, daha sonra sebze eklenir ve ilk hacminin altıda biri kalıncaya kadar kaynatılırdı.. En sonda bu yoğun kıvamlı suyun içine kurban etleri konularak pişirilirdi. Yoğun kıvam almış su, haşlama suyu değil ete tadını veren *sos*

¹⁸ Güveloğlu, "Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı", 121.

¹⁹ Öz Kiriş, "Çivi Yazılı Belgeler ve Arkeolojik Malzemeler Işığında Sümer Mutfağına Genel Bir Bakış", 11.

²⁰ Bober, *Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak*, 100.

işlevini görür ve lezzeti artırır. Mezopotamya yemeklerinin pişirilme sırası ve usulu genel yapıda böyledir.²¹

İnsanların beslenmesinde önemli yere sahip olan yağlar konusunda Mezopotamya'ya baktığımızda hem hayvansal hem de bitkisel yağları kullandıklarını görmekteyiz. Tereyağı sığağa dayanıksız olduğu için çökertilip sadeyağına dönüştürülerek kullanılıyordu.²²

Bitkisel yağ elde etmek amacıyla keten tohumu, keten otu ve yalancı safran kullandıkları bilinmesine rağmen, MÖ 3000'lerde yazılı belgelerde gördüğümüz susam Mezopotamya mutfağında yağ üretiminde önemli bir yere sahiptir. Sumer yazılı belgelerinde “şe-giş-i” sözcüğünün susam, “i-giş” sözcüğünün ise susam yağı olarak kullanıldığı düşünülmektedir. Akadça'da “**şamaşşammu**” denilen susam; Mısır hariç bütün Mezopotamya ve Doğu Akdeniz dillerine benzer seslerle geçmiştir. Susamın yemeklerde kullanılmasının yanında, yanıcı özelliğiyle aydınlatmada, sabun, krem ve parfüm, tütsü gibi dezenfektan yapımında da kullanılması önemini artırmıştır. Nitekim MÖ 668-626 yılları arasında hükümdarlık yapan Asur kralı Asurbanipal dönemine ait yazıtlarda susamyağının, diğer tarım ürünlerinden dört kat daha değerli olduğu belirtilmektedir.²³

Zeytinyağı, Mezopotamya'nın kuzey ve batısında bulunan Suriye, Ürdün Vadisi ve Doğu Akdeniz civarında, Neolitik dönemlerde evcileştirilmiş zeytinden üretiliyordu, zeytinyağının ilk elde edilme amacı aydınlatma için kandillerde yakıt olarak kullanılmasıdır. Yağın ikincil yararı yemeklerde kullanılması olmuştur. Yazının kullanıldığı dönemlerden itibaren zeytin ve zeytinyağına yazılı belgelerde rastlanılmaktadır. Akadça'da “**zeirtum/zertum**” olarak bilinen zeytin, İbranice'ye “zeta” veya “zai”, Arapça'ya ise “zaitun” olarak geçmiştir. Kültürel sürekliliğe dayanarak Yunanca'da alfabenin son harfi olan *zeta* olarak okunan Z harfi, Mezopotamya kökenlidir ve ölümsüzlük simgesi olarak anılan bu harf, zeytinin ölmez ağaç olarak uzun yıllar yaşamasından nitelendirilmiştir.²⁴

Mezopotamya mutfağının en önemli yemek tarifi tabletleri, günümüzde Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunan Yale Üniversitesi'ndeki Akadça çivi yazılı 3 tablettir. MÖ 1700'lere tarihlenen bu tabletler öncelikle ilaç reçetesi olarak düşünülmüş ancak, Bottero ve arkadaşlarının incelemeleriyle bu tabletlerde; Mezopotamya mutfağının

²¹ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 73.

²² Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, 122.

²³ Uhri, *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, 366-368.

²⁴ Uhri, *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, 401.

zenginliği ve ustalığının anlatıldığı ortaya konulmuştur. Bu tabletlerin biri(53 satırdan oluşur) kırık ve bozuk olduğu için okunamamıştır. En iyi korunan tablet 75 satırdır ve 25 formülden oluşmaktadır. İki yada dört satırdan oluşan formüllerin 21'i ete, 4'ü sebzeyle dayanmaktadır. Anlatım; temel malzemeler ile yapılacak işlemlerden oluşan, bir aşçı anlatımı niteliğindedir. Diğer tablet de 200 satırdan oluşup en ayrıntılı tarif anlatımına sahiptir. Ancak bazı kısımları zarar görmüştür.²⁵

Yemek tariflerine baktığımızda yemeğin pişirilme usulü ve içine katılan ana besin maddesi yemeğin adını oluşturuyordu. Genellikle kazan(hafif pişirme) veya tencere(uzun pişirme) içinde pişirilen yemeklerde değişmeyen besinler su ve yağdır. Farklılık verenler ise çeşitli et, sebze ve baharatların eklenmesidir. Yemek isimleri, suda pişirilmesi ve sunuluş şekli bakımından “haşlama” adıyla anılmıştır. Et haşlaması, oğlak haşlaması, güvercin haşlaması vb. Çivi yazılı tabletlerde bu durum yemek isminin başına getirilen “me” ön ekinden (su, sıvı, sos) anlaşılmaktadır.

Yemek tarifi anlatımlarından en ilgi çeken tarif “**Oğlak haşlaması/Oğlak göveci**”dir. “Başın, ayakların ve kuyruğun [kaba koyulmadan önce] aleve tutulması gerekir. Bunun için et gerekmektedir. Su hazırlanır. İçine yağ ve, havanda hep birden dövülmüş soğan, **samidu**, pırasa, sarımsak, kan ve taze peynir(?) koyulur. Ayrıca, eşit miktarda has **shuhutinnu** eklenir.” Adını nihai işlemde aldığı düşünülen (“kıyrıntılı”) bir başka “haşlama” için, kuşkusuz yemeğe koyu bir kıvam versin diye, (ilk?) pişirme bittikten sonra ve “[tencereyi ateşten] çıkarmadan önce, ufalanmış ve elekten geçirilmiş tahıl küspesi kıyrıntıları serpilir”.²⁶

Diğer bir tarif “**Et haşlaması**”dır; tabletin bazı bölümleri kırık olsa da tarif şöyledir; su hazırlanır, sonra içine yağ konulur, havanda dövülen sarımsak, pırasa ve has **shuhutinnu** eklenir. Hayvanın sakatat grubundan hazırlanan başka bir yemek tarifi ise daha zengin bir karışıma sahiptir ve yemeğin ismi “**Kızıl haşlama**” olarak anılır. Bu yemekte et yerine; yağ, takım ciğer, işkembe ve ince bağırsak suya atılır. Bunun üzerine havanda birlikte dövülen tuz, öğütülmüş malt, soğan, **samidu**, kimyon, kişniş, pırasa ve **surummu** eklenir. Et, pişmeden önce kurban edilen hayvanın kanı içinde bekletilmesi gerekir ve daha sonra kaynatılan karışıma katılır. Karışık bir işlem olmasına karşın tarifler kısa ve öz anlatımlıdır. Yemek, katılan malzemelerin miktarı ve pişirme süreleri

²⁵ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 74.

²⁶ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 77.

belirtilmediği için belirtilen hususlar kişinin isteğine bırakılmıştır.²⁷ Bu tariflerdeki samidu, shuhutinnu ve surummu gibi katkı maddelerinin ne olduğu kesin olarak bilinmese de sarımsak türünde oldukları düşünülmektedir. Güvercin, taru kuşu, kippu kuşu etiyile hazırlanan haşlama yemekler de et haşlaması tarifiyle aynı şekilde pişirilen yemek çeşitleridir.

Bober, 49 satırlık en uzun yemek tarifi olan, **küçük kuşların etleriyle yapılan göveç tarifinin** aşamalarını şöyle özetliyor: *“Önce kuşların kafalarını ve ayaklarını ayırın, karınlarını yarıp kursak, yürek ve ciğerlerini çıkarın. Kursaklarını yarıp temizledikten sonra yıkayın, kuşları yassıltın (?). "Bir kazan hazırlayıp kuşları, taşlıkları, yürekleri vb. içine attıktan sonra ateşe koyun." (Burada Bottero'dan ayrılıyorum ve öyle sanıyorum ki, bu ilk ateşe koyma işlemi, büyük olasılıkla, yağlı tencerede etleri hafifçe kızartmak içindir). İkinci aşamada ateşe, içinde su ve "çırpılmış" süt (tereyağı ya da peynir?) bulunan başka bir tencere konur. Kazandaki et suyunu çekerken harçlar ayıklanır, kalanı tuzlanır ve sütün kaynadığı ikinci tencereye, yağ ve ayıklanmış sedefotuyla birlikte katılır. Süt kaynayınca, kıyılmış soğan, pırasa, sarmısak ve samidu ile birlikte biraz daha su eklenir. Metnin burasında bir uyarı geliyor: "Soğanda ölçüyü kaçırmayın." Tencere tıkrıdaya dursun, bir sonraki adım dövülmüş tahılı suda yıkayıp yumuşaması için sütte beklettikten sonra yeterince süt ve yağ katarak yumuşak bir hamur yoğurmaktır, hamura samidu, pırasa, sarmısak ile sikku olduğu sanılan bir "tuzlu tatlandırıcı" katılır, sikku, balık ya da kabuklu deniz hayvanlarından hazırlanmış, mayalı bir sostur. Bu sos, ileride Yunanistan ve Roma'da göreceğimiz bir sosun atasıdır. Hamur kısa süreyle ateşe konur, ardından ikiye bölünür. Tablet burası öylesine bozulmuştur ki, bu hamur parçalarından biriyle ne yapılacağı belli değildir, anlaşıldığı kadarıyla yalnızca mayasız, yassı ekme yapılırdı ondan. Öteki parça -biraz kabarması için olsa gerek- içinde süt bulunan bir tencereye yerleştirilir. Bu ikinci hamur, (sayısı hiçbir yerde belirtilmeyen) kuşların hepsini alacak büyüklükte bir tepsiye, kıyılarından hafifçe taşacak biçimde serilir. Tepsi, ... kilden yapılmış bir tandır-burada adı tinuru olmuştur- üzerine konarak pişmeye bırakılır. Pişince, üzerine soğangillerden başka bitkiler serpilerek tadı geliştirilir, kuşlar bir düzene göre yerleştirilerek iç organlarıyla süslenir, sos eklenir ve üstü örtülerek sofraya gönderilir.”²⁸*

²⁷ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer'den Kutsal Kitap'a*, 76.

²⁸ Bober, *Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak*, 105.

Yemek tariflerinden sonra bu yemeği yapan aşçıların, ustaların nasıl adlandırıldıklarına geçerek; öncelikle Sumerler’de **Nuhatimmu** adı verilen profesyonel erkek aşçıbaşılar bulunmaktadır.²⁹ Mutfak sorumlusuna, yaptığı işin sanat ve estetik yönünü vurgulayan, Akadça “güzelleştirici” anlamına gelen, **mubannu** denilmiştir.³⁰

Yeni Asur Sarayı’na ait Çivi yazılı belgelerde mutfak personeli diyebileceğimiz, aşçı ve özel görevlilerin unvan ve görevleri geçmektedir:

Rab muhatimmu: Baş aşçı

Rab karkadinni: Baş pastacı

Rab āpie: Baş fırıncı/ekmekçi

Rab sirāsê: Baş biracı

Rab şahiti: Baş yağ yapıcı

Rab šamni: Baş yağcı

Rab karāni: Baş şarapçı

Rab zamri: Baş meyveci

Rab raqqûti: Baş baharatçı

Rab karmi / Rab karmāni: Baş tahılcı³¹

2. Eski Anadolu Mutfak Kültürü

Anadolu, üç tarafı denizlerle çevrili olması dolayısıyla, Eskiçağ tarihçileri ve filologlar tarafından coğrafi olarak Asya kıtasına benzetilmiş ve “Küçük Asya” tabirini almıştır.³²

Anadolu stratejik ve jeopolitik konuma sahip olduğu için eski çağlardan bu zamana birçok kavmin istilalarına uğramıştır. Eski doğu ve eski batı medeniyetlerinin kesiştiği yerde bulunan ve Mezopotamya, Suriye ve Doğu Akdeniz’e hâkim konumda olan Anadolu, pek çok medeniyete beşiklik etmiş, doğu-batı kültürlerinin kaynaştığı bir bölge olmuştur.³³

Anadolu, iklimi, yeryüzü şekilleri, akarsu kaynakları ile insanların yaşamına elverişli topraklardır. Akdeniz, Karadeniz ve Karasal iklimin hâkim olduğu Anadolu’da

²⁹ Eren Yalçın ve Melek Yaman, “Yazılı Kaynaklara Göre Sümer Mutfağının Günümüze Yansımaları”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, sy. 67 (2019): 537.

³⁰ Bottero, *Eski Yakındoğu Sümer’den Kutsal Kitap’a*, 72.

³¹ Duymuş Florioti, “Asur Sarayında Beslenme: Yeni Asur Devri”, 30.

³² Veli Sevin, *Anadolu’nun Tarihi Coğrafyası I*, Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 2001, 2.

³³ Gürkan Gökçek ve Oğuzhan Abacı, *Anadolu’nun Eskiçağ Tarihi*, İstanbul: Değişim Yayınları, 2019, 11.

insanların sosyo-ekonomik hayatları bir bakıma iklim şartlarına ve jeolojik yapıya uygun olmuştur. Öyle ki ovalık alanda yaşayanlar çiftçilikle uğraşmışlar, dağlık bölgede yaşayanlar ise hayvancılıkla geçimlerini sürdürmüşlerdir.³⁴

Anadolu tarihinin yazısız olan Tarih Öncesi (prehistorik) dönemlerine ait arkeolojik buluntular, bize o çağ insanının sosyal hayatıyla ilgili çıkarımlar yapabilmemize olanak sağlar. Mezopotamya ve Mısır gibi medeniyetlerde yazı MÖ 4. Binyılda keşfedilmesine rağmen, Anadolu'nun yazı ile tanışıp tarihi devirlere girmesi MÖ 2. Binyılın başlarında Asur Ticaret Kolonileri sayesinde olmuştur. Anadolu'nun mutfak kültürüyle ilgili en kesin bilgileri de yazının yayılışından sonra kayıt altına alınmış belgelerden öğrenebilmekteyiz.

İnsanoğlunun yaşamında sağlığını devam ettirebilmesindeki en önemli ihtiyaç olan beslenme, Anadolu'da da tarihin ilk devirlerinde besinini doğadan elde eden avcılık ile başlamıştır.³⁵ Bu dönemde insanlar avcılık ve toplayıcılık ile karnı doyurduklarından besin üretimi yapmadıkları için üretici değil, tüketici konumdaydılar. Hayvan avlamak için ok uçları, çakmak taşından kesici av aletleri ve dikiş dikmek için kemik veya tahtadan iğneler yapmışlardır. Mağara resimlerinde avladıkları hayvanların resimlerini çizip, bir nevi minnetlerini sunarak onları onurlandırdıkları bir ritüeli gerçekleştirmişlerdir. Kadınların toplayıcılıkla, erkeklerin avcılıkla uğraştığı bu dönemde, korunma, üreme ve beslenme gibi ihtiyaçlar insanları ortak yaşamda birleştirmiş; böylece konuşma ve teşkilatlanma ortaya çıkmıştır.³⁶

Anadolu mutfak kültürünü araştırmaya en erken günümüzden 12.000 yıl öncesinden başlanabilir. Çünkü Paleolitik ve Mezolitik çağ sonrası Genç Buzul döneminin sona ermesiyle iklimsel dönüşümler başlamış; Anadolu'nun farklı coğrafyalarında avcı ve toplayıcılar, yerel düzene geçmiş, daha sonrasında yabancı bitkilerin evcilleştirilmesi ile çiftçiliğe ve yerleşik düzene geçiş başlamıştır. Anadolu'nun girdiği bu Holosen (tamamen yeni) çağda insan toplulukları genellikle büyük alüvyal havzalarda, geniş akarsu vadilerinde, kapalı düzlükler ve kıyı ovalarında yaşam alanlarını oluşturmuşlardır.³⁷

³⁴ Füzüzan Kınal, *Eski Anadolu Tarihi*, Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, , 1991, 8.

³⁵ Yusuf Kılıç ve H. Hande Duymuş, "M.Ö. II. Binyılda Anadolu'da Besin Maddeleri(Hitit Öncesi Toplumlarında ve Hititlerde)", *Prof. Dr. Yavuz Ercan'a Armağan*, Ankara: Turhan Kitapevi, (2008): 335.

³⁶ Yusuf Kılıç, "Anadolu'nun İlk Kentleri", *I. Uluslararası Sosyal Bilimler Araştırmaları Kongresi Bildirileri*, Ed. Hasan Kara, Denizli: Pamukkale Üniversitesi E-Yayımları 2,(2015): 121.

³⁷ Ahmet Uhri, *Anadolu'nun Mutfak Kökenleri*, İstanbul: Ege Yayınları, 2016, 29.

Anadolu'nun Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgeleri besin üretimi bakımından diğer bölgelere göre daha erken bir gelişim göstermiştir. Neolitik dönemin en önemli yerleşim yerleri olan Çayönü, Hallan Çemi, Göbeklitepe, Çatalhöyük kazılarında yapılan incelemelerde buğday, arpa, çavdar, mercimek, nohut gibi baklagillerin örnekleri ele geçmiştir. Ayrıca buralarda koyun, keçi, domuz gibi hayvanların kemik yığınlarının bulunması besicilik yapıldığının kanıtıdır.³⁸

Anadolu insanları zamanla birçok çeşitte hayvan ve bitkiyi evcilleştirip besin listesine ekleyerek çok çeşitli yemekler geliştirmiştir. MÖ 7 bin yıllarında kilden yaptıkları çanak ve çömlekler ile sulu yemekleri yapabilmeleri kolaylaşmış ve yaygınlaşmıştır. Ayrıca kilden yaptıkları büyük küpler içinde besinlerini daha uzun süre saklayabilmişlerdir. Kilden yaptıkları kerpiç ve tuğla ile daha korunaklı ve sağlam ev yapmışlar; evlerinde ocak yakacak ayrı yerler yapmaları da kolaylığın yanında, bize bir mutfak alanını göstermesi bakımından önemlidir.³⁹

Anadolu'da Kültepe Tabletleri'ne baktığımızda, Asurlu tüccarlar ile yerli Anadolu halkı arasındaki ilişkiler hakkında ticari bilgilerin kaydedildiği görülmektedir. Bunun yanı sıra Anadolu yerli halkının sosyal, siyasi ve iktisadi yaşamı da tabletlere yansımıştır. Mutfak kültürünü açıkça belirten tabletler olmasa da tabletlerde yeme-içme eylemlerine ve besin maddelerine rastlamak mümkündür. “**akalum**” yemek yeme, “**şatu**” içmek, “**emesum**” acıkmak gibi fiiller bazen mecaz anlamlı bazen de gerçek anlamlı kullanılmıştır. Asur Ticaret Kolonileri (MÖ 1774-1719) döneminde de temel besin maddelerinin tarım ürünleri olduğu açıktır. Buğday, arpa, soğan, üzüm vb. ürünler yerli halkın üretimindeydi. Yine tarım üretimi ve ticaretinin yerli halkın himayesinde olduğunu metinlerden anlaşılmaktadır. Borç senetlerinde geçen ödeme vadesi için zirai tabirleri kullanmışlardır. Buğday “**uttatum**”, arpa “**şe'um**”, “**arşatum**” arpanın değişik bir türü olarak en sık geçen zirai ürünlerdir. “**haşlatum**” tabirinin ise bulgur olduğu düşünülmektedir. Yaşam alanlarının içinde bulunan öğütme taşları un ve bulgur gibi işlemleri yaptıklarını göstermektedir. Nitekim “**alahinum**” değirmenci, değirmenci başı anlamında “**rabi alahinim**”, tahıl ambarı amiri anlamında “**rabi**

³⁸ Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, 127.

³⁹ Galip Akın ve Esra Balıkçı, “Anadolu'nun Gizemli İmparatorluğu Hititlerde Beslenme ve Mutfak Kültürü”, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, sy. 6/3 (2018): 276.

še'im" ve pazar amiri anlamında "rabi mahirim" vs. mesleki sözcükler yerli halkın şahıs isimleriyle anılıyordu.⁴⁰

Kültepe Tabletleri'nde geçen ekmeğe, bira, et, şarap, yağ, bal, soğan, bulgur, arpa, buğday, koyun, sığır gibi çok çeşitli yiyecekler ve mutfak gereçleri olan tencere, odun vb. nesnelere, Koloni Çağı Anadolu'sunun beslenme ve mutfak kültürü hakkında bilgi edinmemizi sağlamaktadır.

Anadolu'da Mezopotamya'da olduğu gibi bira yapımında yine kadınlar ön plandadır. Usur-ša-İstar arşivinde bulunan belgeye göre; "Še'um'u satın alınız ki, o kadın çimlendirilmiş arpayı ve bira mayasını yapacak" ifadeleri še'um'un arpa olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan Şu-İstar adlı tüccarın karısı Azu'ya yazmış olduğu Kt 92/k 488 nolu mektubun 9-15. satırlarında "15 še'el'lik gümüş ile 20 çuval še'um (arpa) satın al ve sana bırakılmış olan uttatum (hububat)'dan 10 çuval bappirum (bira mayası) olsun. 10 naruqqum(çuval) da buglum(maya) olsun" şeklinde talimat vermektedir. Görüleceği üzere burada 15 şe'el gümüş karşılığında 20 çuval še'um satın alınması ve hububattan 10 çuval bira mayası ve 10 çuval da maya yapılması istenmektedir.⁴¹

Anadolu mutfak kültürünü yazılı belgelerden inceleyebileceğimiz dönem Hititlerin Anadolu'da merkezi bir devlet kurdukları dönemdir. MÖ 1750 yıllarında Orta Anadolu'ya yerleşen Hititler; Boğazköy/ Hattuşa'yı başkent yapıp, Anadolu beyliklerini birer birer idaresi altına almış ve Anadolu'nun ilk merkezi devlet yapısını kurmuşlardır. Hint- Avrupalı bir dile sahip bu kavmin, Anadolu'ya nereden geldikleri hakkında dört görüş mevcuttur. Birinci görüşe göre, Boğazlar üzerinden Anadolu'ya gelmişlerdir. İkinci görüşte onların Kafkaslar üzerinden geldiklerini savunulur. Üçüncü görüşte Kuzey Suriye'de bir müddet kalıp sonra Anadolu'ya geçiş yapıkları yolundadır. Dördüncü görüşe göre ise Hititlerin Anadolu'nun yerli halklarından oldukları görüşüdür. Bu görüşü dayanak olarak Ekrem Memiş Anadolu'nun diğer halkları olan Hatti, Hurri, Luvi kavimlerinin dillerinden Hititçe'ye pek çok kelime geçişinin olduğunu, dolayısıyla bunun çok uzun zamanda gerçekleşebileceğini savunmuştur.⁴²

Hitit yazılı kaynaklarında iki tür yazı şeklinin kullanıldığı görülmektedir. Hititler'in çivi yazısını kendilerinden önce Anadolu'da ticaret yapan Asurluların

⁴⁰ İrfan Albayrak, "Kültepe Metinlerinde Geçen Besin Maddeleri", *IV. Kayseri ve Yöresi Tarih Sempozyumu Bildirisi*, Kayseri: Kayseri ve Yöresi Tarih Araştırmaları Merkezi Yayın 6, (2003): 60-61.

⁴¹ Kılıç ve Duymuş, "M.Ö. II. Binyılda Anadolu'da Besin Maddeleri(Hitit Öncesi Toplumlarında ve Hititlerde)", 342.

⁴² Ekrem Memiş, *Eskiçağ Türkiye Tarihi*, Bursa: Ekin Yayınevi, 2015, 45.

yazısını değil, Eski Babil çivi yazısı kullandıkları bilinmektedir. Arşiv ve resmî belgelerde çivi yazısı kullanılırken; kayalara, kabartmalara, taş steller üzerine yazılmış kitabelerde, kral ve şahıs mühürleri üzerindeki lejandlar, bazı madeni kaplar ya da mızrak ucu gibi silahlar ile az da olsa çanak-çömlek üzerinde, halkın daha kolay anlaması bakımından hiyeroglif yazısını kullandıklarını görmekteyiz.⁴³

Hitit devletinde ekonomi genel olarak tarıma dayanmaktadır. Sıradan vatandaşın gündelik yaşamı da toprağın ekip biçmesi üzerine konumlanmıştır. Metinlerden isimleri tespit edildiği üzere öncelikle, tahıl, arpa, buğday gibi hububatlar ve birçok baklagiller yetiştirilmekteydi. Bunun yanında üzüm bağları ve incirlikler vardı; yağı için zeytinin de yetiştirildiği biniyordu. Günlük beslenmede ve özellikle bayram törenlerinde ve ritüellerde, ekmek, şarap ya da biranın kurban olarak da sunulması, ziraatta geniş yer tutan ürünlerin neler olduğu hakkında aydınlatıcıdır. Tarımdan sonra üretimin ikinci ayağı hayvancılık olmuştur. Sığır, domuz, eşek, at gibi büyükbaş hayvanların yanında koyun ve keçi gibi küçükbaş hayvanlar da yetiştiriliyordu. Hitit çivi yazılı metinlerden arıcılığın da yapıldığı anlaşılmaktadır.⁴⁴

Hititler’de tarım ve hayvancılığın önemi, kanunlarına yansımından da açıkça görülmektedir. “*Hitit kanunları, toplumsal hayatın hukuk kurallarının uygulanışı çerçevesinde yansıyan kesitini sunması bakımından önemlidir. Bu kanunlarda, toplumun iktisadi durumunu yansıtan pek çok konu iki seri halinde dile getirilmiştir. Her seri 100 maddeden oluşmaktadır. Giriş cümleleri bu serileri tanımlamak için kullanılmıştır: Serinin, “eğer bir adam” ile başlayan ilk 100 maddesi cürümleri, “eğer bir üzüm bağı” ile başlayan diğer 100 maddelik seri ise genellikle tarım ve hayvancılıkla ilgili konuları içerir.*”⁴⁵

Hitit çivi yazılı vesikalarda “bayram, tören” sözcüğü Sumerce ideogram EZEN ile ifade edilmektedir. Hititçede ise; şiyamana kelimesine karşılık gelmektedir. Hitit arşivlerinde “bayram ritüelleri” içeriğinde olan, oldukça fazla sayıda belge bulunmaktadır. Bu belgelerde, kutlamalar sırasında yapılacak olan bütün eylemler en ince ayrıntılarına kadar anlatılmıştır. Bazılarında ise yapılacak bütün işlemler gün gün

⁴³ Metin Alparslan, *Hititolojiye Giriş*, İstanbul: Türk Eskiçağ Bilimleri Enstitüsü, 2009, 88.

⁴⁴ Fatma Sevinç, “Hititlerin Anadolu’da Kurdukları Ekonomik ve Sosyal Sistem”, *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, sy. 17 (2008): 17.

⁴⁵ Esmâ Reyhan, “Hititlerde Gündelik Hayata Dair İktisadi İlişkiler”, *Tarih Araştırmaları Dergisi*, sy. 47 (2010): 65– 66.

kaydedilmiştir. Bu özelliği ile bayram metinlerini, önceden hazırlanmış ve törenin nasıl yapılacağına dair bilgiler içeren matbu belgeler olarak yorumlamak mümkündür.⁴⁶

Hitit yazılı kaynaklarında mutfak kültürü konusunda bilgi edinebileceğimiz metinlerden en önemlisi bayram törenlerini anlatan metinlerdir. Hititler tanrılarını antropomorf, yani insan şeklinde düşündükleri için, kendi yiyecek ve içeceklerinin aynısından tanrılarına sunuyorlardı. Bu kurban sunulmasının yanında, bayram töreninde yüksek kesimli memurlar ve tapınak görevlileri ziyafete katılıp tanrıya sunulanlardan kalan etleri, yiyecekleri yiyor ve bolca içiyorlardı. Bu bayramlardan AN.TAH.SUM^{SAR} “Çiğdem Bayramı” 38 gün sürüyordu. Bayramın yemekle ilgili sahneleri bize bilgi vermesi bakımından önemlidir: “(Kral) oturur. Yemek yeneceği ilan edilir. İçki kurbanı sunulmaz. Kral Savaş Tanrısı'nın dini yapısından dışarı çıkar. İki saray görevlisi (ve) bir muhafız askeri kralın önünde yürürler. Kral konuta girer. Ama isterse dışarı da çıkabilir. Kral nasıl isterse öyle yapar; bunun bir önemi yoktur. Savaş Tanrısı'nın dini yapısını süpürürler. Boğa, İnek, koyun ve keçinin çiğ etlerinden sunağın önüne, (yani) tanrının huzuruna koyarlar. Kurban içkisi olarak şarapla doldurulmuş iki adet sahanı etlerin sağına ve soluna yerleştirirler. Bunu takiben talişa- ilahisini terennüm ederler. **Aşçılar pişirilmiş kuyruk yağını şaramna- ekmeğinin üzerinde gezdirirler. Münadiler iki adet uzun koltuk getirirler. Kral sarayda resmi elbiselerini (önceden) giymiştir. Muhafız askerlerinin avlusu açılmıştır. Rükün, saray beyleri ve muhafız askerleri orada karşı karşıya yerlerini alırlar. Kral çifti saraydan gelir; iki saray beyi ile bir muhafız askeri kralın önünden koşar. Rükün, saray beyleri, muhafız askerleri kralı takip ederler. Cambazlar kralın arkasında davul, zil, tambur çalarlar. Ortaklar dans ederek ve harp(?) çalarak kralın yanında yerlerini alırlar. Diğer cambazlar kırmızı elbiseler giymişlerdir. Onlar da kralın yanında yerlerini alırlar ve ellerini yukarı kaldırıp yerlerinde dönerek dans ederler, ellerini çırpırlar.”⁴⁷ (Ek 6-7) Eğlence eşliğinde yapılan bu bayram ritüeli ile hem tanrılarını hoşnut ediyorlar hem de güzelce karınlarını doyuruyorlardı. Ancak aşağı sınıf ne bayram törenine ne de ziyafete katılıyordu. Bu yüzden onların beslenmesiyle ilgili hiçbir bilgi geçmemektedir.**

Hititlerin hayatında en önemli gıdalar “**ekmek ve su**”dur. Ekmek Sumerce ideogramıyla NINDA, su watar sözcüğüyle anılıyordu. Bu yiyecekler önemini I. Hattuşili'nin Vasiyetnamesi'nden geçen cümleden alıyordu. Hattuşili'nin : **NINDA-an-**

⁴⁶ Esmâ Reyhan, “Hitit Kültür Dünyasında Bayram Ritüelleri”, *Turkish Studies*, sy. 11/16 (2016): 93.

⁴⁷ Ahmet Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, İstanbul: Homer Kitabevi, 2007, 55-56-57.

ez-za-at-te-ni wa-tar-ra e-ku-te-ni “ekmek yiyeceksiniz, su da içeceksiniz” cümlesi, emrinde olan kişiler için verdiği öğütler arasındadır, ayrıca Hitit dilinin çözülmesini sağlayan cümledir.⁴⁸

Ekmek yapılması için gerekli olan unun, buğdaydan öğütülmesi işi, Hitit ailesinde genellikle kadınların işidir. Buğdayı ezip un elde ettikleri DUG.NA ARÁ isimli taş kapları kazılarda pek çok çeşidiyle çıkarılmıştır.(**Ek 8**) Bunun dışında LÚNINDA.DÜ.DÜ adı verilen fırıncılar ve ekmekçiler de vardı. Hititlerde buğday öğütülmesi için değirmenler de vardı. Bu değirmenlerde esir körlerin çalıştırıldığı, Maşat mektubundan öğrenilmektedir.⁴⁹ Tapınak veya sarayın neolitik dönemden kalma bazalt ve volkan taşından yapılmış değirmenlerinde çalışan bu köleler, bu zor işe katlanmalarını sağlamak ve kaçmalarını önlemek amacıyla kör ediliyorlardı.⁵⁰

Çeşitli tahıllardan elde edilen unu; su, tuz ve maya ile yoğurup; uygun biçimde mayalandırarak hazırlanan hamuru değişik usullerde pişirerek ekmek elde ediyorlardı. Hititlerde ekmek kutsal bir yiyecekti. Nitekim tanrılara sunulan kurban sunularının arasında ekmek olmadan ayinlerini gerçekleştiriyorlardı. Dini ve bayram törenlerinde tanrıya sunmak için yaptıkları ekmekler özel şekillerde yapılıyordu.⁵¹(**Ek 9**)

Hititlerin çivi yazılı metinlerinde yaklaşık 180 tane çeşitli ekmek ismi geçmektedir. Ekmeklerin bu çeşitliliği, şeklinin farklı olmasından; geometrik şekillerde, büyüklük, ağırlık, nerede yapıldığına göre; içeriğine eklenen maddeler ve yapılaş tekniğine göre değişikliklerden kaynaklanmaktadır. Şekillerine göre ekmekler:

“İnce ekmek” (NINDA.SIG) =yufka;

“Kalın ekmek” (NINDA.KUR₄.RA)= somun, kurban ekmeği;

“Küçük ekmek” =çörek, yarım ay şeklinde (NINDA.ARMANI) = ay çöreği, kulak, diş şeklinde, üzüm salkımı şeklinde, koyun insan figürü şeklinde, kayık ve tekerlek, ısırma ekmek şeklinde ekmekler;

“Taze ekmek” (NINDA.GIBIL), sıcak ekmek, bayat ekmek, beyaz ekmek, ıslak ekmek; İçeriğine göre ekmekler :

“Ballı ekmek” (NINDA.LÁL), “Yağlı ekmek” (NINDA.İ.E.DÉ.A)=börek, “Tatlı ekmek” (NINDA.KU₇)=bir tür pasta, acı ekmek, narlı ekmek, buğday, çavdar, arpa

⁴⁸ Sedat Alp, *Hitit Güneşi*, Ankara: Tübitak Popüler Bilim Kitapları, 2011, 46.

⁴⁹ Alp, *Hitit Güneşi*, 46.

⁵⁰ Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, 147-150.

⁵¹ Semra Akar Şahingöz, Burcu Ayşenur Akbulut, Emrah Örgün, “Hititler Döneminde Beslenme ve Mutfak Kültürü”, *III. Uluslararası Halk Kültürü Sempozyumu Bildirisi*, Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, (2015): 394.

ekmeği, susamlı bezelyeli, biralı ekmeğ, mayalı ve mayasız ekmeğ, bira ekmeği, hıyarlı ekmeğ;

Kullanım yerine göre ekmeğler:

“Yolculuk ya da yolculuk ekmeği” (NINDA.KASKAL), asker ekmeği(tayın), kurban ekmeği;

“Diş ekmeği” (NINDA.ZU₉) = uzun süre dayanıklı, diş dokunacak kadar sert olan bir nevi peksimet niteliğindedir, uzak ormanlara kereste kesmeye giden orman işçilerinin yolluk veya azık ekmeği.⁵²

Ekmeğin bir değişik sınıflandırılma şekli ise coğrafi bölgelerin adının anılmasıyla oluşmuştur ve ekmeğin o bölgeye has olduğunu göstermektedir. Bu tür ekmeğ isimleri: NINDA alattari/ URU Alatra (Batı Anadolu’da), NINDA alinassi/HUR.SAG Alinna (Niğde civarında), NINDA hi u aşı u ala/URU Hi u ašaša (Kayseri civarında) vb.dir.⁵³

Alacahöyük ve Boğazköy arasında yer alan Eskiypar’da bulunan kült kasesi içindeki objelerle, Hitit tapınağı kült salonu anlatılmaktadır. Güneş diskli başlığıyla kasenin iç duvarına oturan tanrıça ve ona sunulan sunak(ZAG.GA.RA, Hititçesi *iştanana*) üzerinde kurban ekmeği ya da kalın ekmeğ NINDA.KUR₄.RA, Hititçesi NINDA harši ve Hititlerin en çok kullandıkları libasyon kabı gaga ağızlı testi kasenin içinde bulunan kült objeleridir.(Ek 10)⁵⁴

Hitit metinlerinde arıcılık ve bal hakkında pek çok bilgiye rastlanmaktadır. Yemeklerde ve içeceklerde tatlandırıcı bir besin maddesi olarak kullanılan bal; tanrı sunularında, büyü ritüellerinde, mitolojik eserlerde ve hukuki yazıtlarda çokça geçmektedir. Hitit kanunlarınının 181. maddesine göre; “**1 zipitanni LÁL (1 zipitanni bal) = 1 şekel gümüş**” şeklinde ibare ile balın fiyatı belirlenmiştir.⁵⁵ Hitit çivi yazılı metinlerinde geçen GEŠTİN.LÁL “ballı/tatlı şarap”, KAS.LÁL “ballı/tatlı bira” ifadelerinden şarap ve bira gibi içeceklerini balla tatlandırıdıkları anlaşılmaktadır. Hititlerin sosyal yaşamlarında ve ritüellerinde önemli yere sahip şarap ve bira, tanrılara sunulmak için en iyi üzüm bağından ve arpa tarlalarından toplanarak üretiliyordu.⁵⁶ Şarap ve biranın en iyileri Tanrıya sıvı kurban sunma yani libasyon ritüellerinde gaga

⁵² Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaşı Toplumlarda Mutfak Kültürü*, 143-144.

⁵³ Güngör Karauğuz, *Hititler Döneminde Anadolu'da Ekmeğ*, İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları, 2006, 50.

⁵⁴ Alp, *Hitit Güneşi*, 48.

⁵⁵ Hüseyin Üreten, “Eski Anadolu’da Arı ve Bal”, *History Studies*, sy. 3/3 (2011): 367.

⁵⁶ Üreten, “Eski Anadolu’da Arı ve Bal”, 373.

ağızlı testiler ile sunuluyordu.(Ek 11)⁵⁷ Çünkü tanrılar, güzel yiyecek ve içeceklerle hoşnut edilirse, o yıl iyi hasat olacağı inancı vardı.

Anadolu'da yemeklere lezzet katması bakımından baharatlar da kullanılıyordu. Çivi yazılı belgelerde en çok geçen baharatlar; kamunum “kimyon”, kisibirritu(m) “(kişniş otu) kişniş” yemeklere tat veren, bir çeşit baharat olarak sıklıkla kullanılan bitki çeşididir. Kişniş Hitit mutfağında hamurun üzerine serpilmiş ve ekmekle birlikte yenilmiştir. Bir diğeri ise kudimmum “bir çeşit kekik”tir.⁵⁸ Sumerce U.TIN.TIR olan çemen ve çörek otu Hititçe'ye kappani- olarak geçmiştir. Çörek otunun hem beyaz (BARBAR) hem de siyah (GE6) türü bir aile kavgasında Maştigga Ayini'nde bahsedilmektedir.⁵⁹

Hititlerin gıda maddeleri arasında süt ve süt ürünleri de geçmekteydi. Hitit metinlerinde süt GA işaretiyle, peynir ise GA.KIN.AG ile gösteriliyordu. “Sütün türleri arasında GA.KALA.GA “Koyun sütü”, ”yoğurt”(?), GA EM ŠU “ekşimiş süt”, GA.KU₇ “tatlı süt” bulunuyordu.”⁶⁰

Hititler birçok meyve çeşitlerini de biliyorlardı. Metinlerinde geçen en önemli meyve üzüm(GIŠGEŠTİN), şarap yapımında kullanılıyordu. Diğer meyveler ise elma(GIŠHAŠHUR), kayısı (GIŠHAŠHUR KUR.RA), incir (GIŠPEŠ), muşmula (GIŠŠENNUR), hurma (GIŠZURUM), zeytin (GIŠSERDU), nar (GIŠNU.UR.MA) vb.dir. Nar, Hattuş'a Hurriler ve Kizzuwatnalılar vasıtasıyla gelmiştir. Metinlerde geçen GIŠŠAMAMA'nın ise ceviz, fındık, antep fıstığı, badem gibi kabuklu meyve olduğu düşünülmektedir.⁶¹

Hitit mutfağında pişirme usullerine baktığımızda; kızartma, haşlama, kaynatma, ızgara yapma gibi birçok şekilde yemek yaptıklarını görmekteyiz. Hititlerin genellikle yemekleri et ile gelişmiş ve çoğu ateş üzerinde ızgara yapılarak pişirilmiştir. Bir tarife göre; tanrıya kurban edilen yaban keçisinin ciğer, yürek ve boyun kısmının etinden şiş kebabı yapılmasıdır. Diğer bir tarifte kurban hayvanının 9 uzvundan alınan parça etlerle şiş kebabı yapılır ve şişte pişirilen yağlı etler *šaramna* ekmeğinin üzerine konularak servis yapılır. Aynı şekilde yağlı ekmek tarifi şöyledir; bir şişe sadece yağ takılır, ayrı

⁵⁷ Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, 130.

⁵⁸ Albayrak, “Kültepe Metinlerinde Geçen Besin Maddeleri”, 65.

⁵⁹ Kılıç ve Duymuş, “M.Ö. II. Binyılda Anadolu'da Besin Maddeleri(Hitit Öncesi Toplumlarında ve Hititlerde)”, 348.

⁶⁰ Alp, *Hitit Güneşi*, 48.

⁶¹ Kılıç ve Duymuş, “M.Ö. II. Binyılda Anadolu'da Besin Maddeleri(Hitit Öncesi Toplumlarında ve Hititlerde)”, 349-350.

bir şişe şaramna ekmeği takılır eriyen yağlar ekmekler üzerine akar ve yağlı ekmekler elde edilerek tüketilmeye hazırdır. Görüldüğü üzere ızgara çeşitleri metinlerde önemli yer tutmaktadır. Etler genellikle koyun yağıyla pişirilmiş, lezzet artırmak için üzerlerine zeytinyağı ve bal karışımı sos dökülmüştür. Şarap yemeği dedikleri yemeklerinde de eti şarapla yumuşatıp lezzetlendirmişlerdir. Bu bilgilere göre; yemeklerin şarapla marine edilmesi ve yemeklere bal katılması Roma mutfağından daha önce Hititlerde uygulanan bir yöntem olduğu ortaya çıkmaktadır.⁶²

2.1. Hitit Yemek Tarifleri

Ahmet Ünal'ın kitaplarında hep değindiği üzere Hitit metinlerinde; modern anlamda bire bir ölçü ile yemek tarifi veren bir tablet bulunmamaktadır. Kullanılan malzemeler tam olarak bilinmemekte, ayrıca bu malzemelerin kullanım miktarı, nasıl ve ne kadar pişirilmesi gerektiği tam olarak belirtilmediği için tarifler eksiktir.

Narlı Koyun Budu : En ayrıntılı tarif olan bu etli yemeğin hazırlanışı iki şekilde de olabilmektedir. Birinci hazırlama şekli;

“Sivri bir bıçak veya şişle eti 12. Cm. derinliğinde delin ve içine bolca mayhoş nar taneleri sokun. Nar bulamazsanız üzüm koruğu veya hatta can eriği bile alabilirsiniz. Deliklerin içine soyulmuş sarımsak, ince doğranmış kuyruk yağı, yürek ve ciğer sokmayı da unutmayın. Bal, kırmızı şarap, yağ ve lapayı genişçe bir kabın içinde çırpın. İçine defne yaprağı, kekik, nane gibi güzel kokulu yapraklardan koyun. Koyun budunu bulamacın içine bir kez daldırdıktan sonra çıkarın ve üzerine iri öğütülmüş kaya tuzu serpin ve süzülmesi için bir kenara bırakın.”

İkinci hazırlama şekli;

“Gene koyun budunu alın ama bu kez kemiğini ayıklayarak keskin bir bıçakla yayvan şekilde iyice açın. Üstüne yukarıdaki malzemeleri serin; bu kez içine daha fazla “Hitit otu” koyabilirsiniz. Rule haline getirdikten sonra iplikle sarın veya kürdanla tutuşturun. Bir kez bulamacın içine daldırıp çıkarın, üzerine kaya tuzu serpin ve gene süzülmesi için bir kenara koyun. Etler pişirmeye hazırdır. Üzeri kapatılabilen büyücek bir kaba yerleştirin ve fırına verin.” Narlı koyun budunun tercihen bu iki farklı hazırlanış şekline sonra fırında kızartılarak pişirildiği görülmektedir. Ahmet Ünal'ın aktardığı bu tarifte geçen “Hitit otu” tabiriyle Anadolu'nun sahip olduğu bitki çeşitliliği dolayısıyla; istenilen bitkilerin, istenilen miktarda katılabileceği anlatılmaktadır.⁶³

⁶² Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaşı Topumlarda Mutfak Kültürü*, 137- 138.

⁶³ Ahmet Ünal, *Büyük Şölen Eski Anadolu'nun 3500 Yıllık Yemek ve İçkileri*, Ankara: Bilgin Kültür Sanat Yayınları, 2019, 323-324.

Et haşlaması : Hititlerde et tüketiminin sadece ızgara olmadığı da kesindir. Arkeolojik kazılarda çıkan kap şekilleri de bunu doğrulamaktadır.(**Ek 12**) Çömlek tencerenin içinde uyluk kemiği, gerdan, kaburga, kol veya döş etlerinden atılır. Bol kemikli olması bakımından içine hatta kaval kemikleri de konulur. Sebze olarak soğan, pırasa, sarımsak, havuç vb. bitkiler, tuz ve baharatlar eklenerek açık alevde haşlanarak pişirilir. Et ve suyu ayrılarak servis yapılır; suyu çorba olarak içilir.⁶⁴

Çorbalar : Hititler nohut, bakla, bezelye gibi çeşitli sebze ve baklagillerden oluşan çok geniş bir çorba listesine sahiptiler. Nohut çorbası, mercimek çorbası, bezelye çorbası, fasulye yemekleri ve başka türlülere Hitit çivi yazılı vesikalarında rastlanmaktadır.⁶⁵ Buğday, arpa, ırmık ve bulgur kullanılarak yapılmış lapa, bulamaçlar, gangati-çorbası, içine soğan ve sebze katılan çorbalar da yapılıyordu. Metinlerde 9 adet türünün ismi geçmektedir, ancak tarifleri eksik verilmiştir. Bu yemekler; lapa, sebze, bezelye, meyveli un, meyve suyu, ballı un ve tatlı peynirden yapılmış olan türlülerdir.⁶⁶ Çeşitli sebze ve baharatlardan hazırlanan çorbaya; geyik etinin suyu ve geyiğin karaciğer, yürek ve dalağı eklenmesiyle elde edilen güzel kokulu ve bol malzemeli çorba kral çorbası olarak geçmektedir.⁶⁷ Başka bir metinde ise sulu süttten yapılmış halantiya-bulamacı “kraliyet yemeği” olarak tanıtılıyor.⁶⁸

⁶⁴ Ünal, *Büyük Şölen Eski Anadolu'nun 3500 Yıllık Yemek ve İçkileri*, 324.

⁶⁵ Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, 129.

⁶⁶ Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, 151.

⁶⁷ Ünal, *Büyük Şölen Eski Anadolu'nun 3500 Yıllık Yemek ve İçkileri*, 327.

⁶⁸ Ünal, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, 151.

Sonuç

İnsan yaşamının en önemli gereksinimi olan beslenme, Latince (Nutrition-Nutrisyon) kelimesinden türemiş olan nourishment kelimesiyle bilinmektedir. Sağlıklı bir beden için besinlerin tüketimi çok önemlidir. Coğrafya ve iklimin sağladığı koşullar neticesinde insan; beslenmesini doğadan karşılamıştır. Bu bakımdan İbn-i Haldun'un da dediği gibi "Coğrafya Kaderdir" sözü bunu özetlemektedir.

Tarihin ilk dönemlerinde avcı ve toplayıcılıkla uğraşan insanlar, ilk icatları olan taş aletlerini karınlarını doyurma amacıyla üretmişlerdir. Çay taşlarından elde edilen bu sivri uçlu kesici aletlerle vahşi hayvanlardan kendilerini koruyabilmişlerdir. Mağaralarda yaşamlarını sürdürmüşler ve mağara duvarlarına avladıkları av hayvanlarının resimlerini çizerek bir nevi mesaj bırakmışlardır. Neolitik hayata geçişle birlikte yerleşik yaşam insan hayatının dönüm noktası olan tarımsal üretimin başlangıcı olmuştur. İlk önceleri doğada bulunan yabani buğday, arpa gibi bitkileri ehlileştirmişlerdir.

İlk defa tarımın yapıldığı ve yerleşik yaşam şekline geçildiği yer, Bereketli Hilal olarak adlandırılan Mezopotamya bölgesi olmuştur. Mezopotamya bu bakımdan beslenmenin öne çıktığı yer olarak diğer mutfak kültürlerine öncülük etmiştir. Mezopotamya mutfak kültürü; Dicle ve Fırat nehirlerinin sağladığı alüvyonlu topraklarda yapılan tarımla üretilmiş pek çok bitki ve yetiştirilen hayvanların etlerinden yapılan yemeklerle çok geniş bir yemek listesine sahiptir. Burada yemeğin yapılış ve sofrada sunuluş biçimleriyle kendine has mutfak kültürü özelliklerini geliştirmiştir.

Arkeolojik bulguların yanında MÖ 3200'lerde yazının da bulunmasıyla, yazılı kaynaklarla desteklenen bilgiler sayesinde besin maddeleri ve yemek tarifleri ortaya çıkarılmıştır. En önemli besin maddesi doyurucu özelliği ile buğday tahılından elde edilen ekmektir. 300'e yakın ekmek çeşidi olan Mezopotamyalılar, ekmeklerini pişirmek için *tinuru* adı verilen tandır fırını icat etmişlerdir. Bunun yanında içecek olarak arpanın suda bekletilmesiyle doyurucu ve enerji veren içecek olan birayı keşfetmişlerdir.

Birçok sebze sahip olan Mezopotamya mutfağı, en çok soğan, sarımsak ve pırasa üçlüsünü kullanmayı tercih etmiştir. Et tüketiminde büyük ve küçük baş hayvanların

dışında kuş ve balık türlerini de sofralarına taşımışlardır. Yemeklerin pişirilmesi ve yumuşaması bakımından önemli besin olan yağlar, öncelikle hayvansal yağlardan sağlanmış, daha sonra ise bitkisel yağlar kullanılmıştır. Yağların kullanım amacı ilk başta aydınlatma iken sonra yemeklere taşınmıştır. Susamyağı Sumerlerden itibaren bilinen bir yağdı, zeytinyağı ise dışardan ithal ediliyordu. Baharatlarla birlikte değişik lezzetlere ulaşan yemek tarifleri mutfakta usta olduklarının göstergesiydi.

MÖ 1700'lerden kalma yemek tarifleri günümüzde Yale Üniversitesi'nde incelenmektedir. Ayrıntılı yemek tariflerinde; tencere içinde haşlama usulü pişirilen etli, sebze yemek tarifleri bulunmaktadır. Oğlak haşlaması, koyun haşlaması, et haşlaması, kuş etleriyle yapılan haşlama vb. yemek isimlerinden de görüldüğü üzere gelişmiş bir mutfaka sahiptiler. Öyle ki yemek yapmanın bir sanat ürünü olduğunu vurgulamak amacıyla mutfak sorumlusuna mubannu "güzelleştirici" ismini vermişlerdir.

Anadolu mutfak kültürüne baktığımızda, mağara yaşamının etkili olduğu göçebe avcı ve toplayıcı zaman olan Paleolitik- Mezolitik dönemlerden sonra, neolitik dönemde tarımla birlikte yerleşik yaşama geçiş görülmüştür. İlk yerleşimlerin ve tarımın görüldüğü Güneydoğu Anadolu'da kömürleşmiş buğday tanesi kalıntıları üretimi kanıtlamaktadır. İnsanlar arası iletişim arttıkça ve ticaretin de başlamasıyla kentsel yaşam şekline geçilmiştir.

MÖ 2. Binyılın başında Asur Ticaret Kolonileri sayesinde yazı ile tanışan Anadolu, bu sayede tarihi devirlere de girmiştir. Mutfak kültürü hakkında arkeolojik kaynaklara yazılı belgeler de eklenmiştir. Nitekim Kültepe tabletlerinden yeme- içme gibi terimler ile mutfakta kullanılan besin maddelerinin isimlerini öğrenmek mümkün olmuştur. Ayrıca borç senetlerinde geçen vade tabirlerinde tarihleme usulü olarak tarımı yapılan ürünlerin zirai tarihleri kullanılması bakımından Anadolu'da yetiştirilen üzüm, buğday, arpa, palamut vb. tarım ürünleri hakkında bilgi edinilmiştir.

Anadolu'nun MÖ 2. Binyıl kavimlerinden olan Hitiler, Boğazköy/Hattuşaş'da bulunan çivi yazılı arşivleri ile mutfak kültürleri hakkında pek çok bilgiyi bize sunmaktadır. Temel geçim kaynakları tarım ve hayvancılıktır, hatta tarım ile ilgilenmeleri hukuk kurallarına bile yansımıştır. Hitit metinlerinde birebir ölçülü, anlatımlı yemek tarifi yoktur. Daha çok bayram törenlerinde ve ritüellerinde, kendileri gibi insan şeklinde düşündükleri tanrılarını hoşnut edebilmek adına yaptıkları kurban sunularını anlatmışlardır. Bu sunularda kendi yedikleri ve içtikleri yiyeceklerden bırakmaları dolayısıyla, Hititlerin beslenme ve mutfak kültürü ulaşabilir olmuştur.

Hititler, 170'den fazla bayrama sahiptiler, bu bayramların içinde en ayrıntılı olarak anlatılan 38 gün süren AN.TAH.SUM^{SAR} bayramıdır. Kralın yaptığı tören geçidi, tanrı sunağına yapılan kurban sunuları ve sonrasında üst düzey kesimin bu sunağa bırakılan yiyeceklerle bir güzel ziyafet çektiği anlatılmaktadır.

Hititlerde de en önemli besin ekmektir. Ekmek olmadan tanrıya hiçbir sunu yapılmadığı onun kutsallığını da göstermektedir. Tahıllardan elde edilen un ve diğer katkı malzemeleriyle, değişik şekillerde 180 çeşit ekmeğe sahiptiler.

Bal, Anadolu'da üretimi yapılan besin maddesiydi. Ürünleri tatlandırmada ve özellikle tanrıya sunulan kutsal içecek olan şaraba bal katılarak "ballı şarap" GEŠTİN.LÁL yapılması, ilk defa Hititlerde görülmüştür.

Çeşitli baharat ve sebzeleri bilen Hititler, sulu yemek olan çorba ve türlerini yapmayı biliyorlardı. Geyik eti ve suyu ile hazırlanan çorbanın kraliyet çorbası olduğu da yazılı metinlerden öğrenilmektedir.

Hititlerin yemek pişirme usullerinde, genellikle ateşte ızgara üzerinde et pişirilmesi ile karşılaşmaktadır. Etlerin ve koyun yağlarının şişe takılarak pişirildiği, sonrasında ekmek arasına sandviç şeklinde ya da üzerine çıkarılarak servis edildiği bilinmektedir. Fırın ve tencerede pişirme ile yapılan meyve sebze et karışımı yemekleri oldukça ilginçtir. Buna örnek olarak narlı koyun budu iki şekilde hazırlanma şekli ile öne çıkar. Aslında nar, Orta Anadolu'ya Hurri ve Kizzuwatnalılar tarafından getirildiği için Hititlerin din, sanat vb. konularda olduğu gibi yemek konusunda da Hurri ve diğer Anadolu kavimleri etkisinde kaldıklarını göstermektedir.

Kaynaklar

AKAR ŞAHİNGÖZ, S., AKBULUT ve B. A., ÖRGÜN, E., “Hititler Döneminde Beslenme ve Mutfak Kültürü”, *III. Uluslararası Halk Kültürü Sempozyumu Bildirisi*, Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, (2015): 389-395.

AKIN, Galip ve BALIKÇI, E., “Anadolu’nun Gizemli İmparatorluğu Hititlerde Beslenme ve Mutfak Kültürü”, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, sy. 63 (2018): 275-284.

ALBAYRAK, İ., “Kültepe Metinlerinde Geçen Besin Maddeleri”, *IV. Kayseri ve Yöresi Tarih Sempozyumu Bildirisi*, Kayseri: Kayseri ve Yöresi Tarih Araştırmaları Merkezi Yayın 6, (2003): 59-66.

ALP, S., *Hitit Güneşi*, Ankara: Tübitak Popüler Bilim Kitapları, 2011.

ALPARSLAN, M., *Hititolojiye Giriş*, İstanbul: Türk Eskiçağ Bilimleri Enstitüsü, 2009.

AY, Ş., ŞAHİN, K., “Eski Yakındoğu’da Yemek Simgeselliği Üzerine Bir Değerlendirme”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, sy. 12 (2014): 331-358.

BOBER, P. P., *Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak*, çev. Ülkün Tansel, İstanbul: Kitap Yayınevi, 2014.

BOTTERO, J., *Eski Yakındoğu Sümer’den Kutsal Kitap’a*, çev. Adnan Kahiloğulları vdğr., Ankara: Dost Kitabevi, 2005.

DUYMUŞ FLORİOTİ, H. H., “Asur Sarayında Beslenme: Yeni Asur Devri”, *Tarih Okulu Dergisi (TOD)*, sy. XXXIV (2018): 25-42.

DÜZGÜN, E., DURLU ÖZKAYA, F., “Mezopotamya’dan Günümüze Mutfak Kültürü”, *Journal of Tourism And Gastronomy Studies*, sy. 3/1 (2015): 41-47.

GÖKÇEK, G., ABACI, O., *Anadolu’nun Eskiçağ Tarihi*, İstanbul: Değişim Yayınları, 2019.

GÜVELOĞLU, A., “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, *Cahit Günbattı’ya Armağan Kitabı*, Ed. İ. Albayrak, H. Erol, M. Çayır, Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, (2015): 119-134.

KARAUĞUZ, G., *Hititler Döneminde Anadolu’da Ekmek*, İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları, 2006.

KILIÇ, Y. ve DUYMUŞ, H. H., “M.Ö. II. Binyılda Anadolu’da Besin Maddeleri(Hitit Öncesi Toplumlarda ve Hititlerde)”, *Prof. Dr. Yavuz Ercan’a Armağan Kitabı*, Ankara: Turhan Kitapevi, (2008): 335-354.

KILIÇ, Y., “Anadolu’nun İlk Kentleri”, *I. Uluslararası Sosyal Bilimler Araştırmaları Kongresi Bildirileri*, Ed. Hasan Kara, Denizli: Pamukkale Üniversitesi E-Yayınları 2, (2015): 116-136.

KILIÇ, Y. ve ESER, E., “Eskiçağ Toplumlarının Mitolojisinde Ölümsüzlük Arayışı (Ölümsüzlük Sembolü Olarak Bazı Bitki, Su ve Hayvanlar)”, *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi* 4, sy. XIII (2017):122-156.

KINAL, F., *Eski Anadolu Tarihi*, Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1991.

MEMİŞ, Ekrem, *Eskiçağ Türkiye Tarihi*, Bursa: Ekin Yayınevi, 2015.

ÖZ, E., “Çivi Yazılı Kaynaklar Ve Arkeolojik Buluntular Işığında Mezopotamya’da Kral Sofraları ve Şölenler”, *Turkish Studies*, sy. 11/1 (2016): 109-130.

ÖZ KİRİŞ, E., “Çivi Yazılı Belgeler ve Arkeolojik Malzemeler Işığında Sümer Mutfağına Genel Bir Bakış”, *Ortadoğu’ya Bakış* içinde, Ed. Victoria Bilge Yılmaz, Sayim Türkman, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, (2017): 1-19.

REYHAN, E., “Hititlerde Gündelik Hayata Dair İktisadi İlişkiler”, *Tarih Araştırmaları Dergisi*, sy. 47 (2010): 65-82.

REYHAN, E., “Hitit Kültür Dünyasında Bayram Ritüelleri”, *Turkish Studies*, sy. 11/16 (2016): 89-114.

SEVİN, V., *Anadolu’nun Tarihi Coğrafyası 1*, Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 2001.

SEVİNÇ, F., “Hititlerin Anadolu’da Kurdukları Ekonomik ve Sosyal Sistem”, *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, sy. 17 (2008): 11-32.

UHRİ, A., *Boğaz Derdi Tarım Ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, İstanbul: Ege Yayınları, 2011.

UHRİ, A., *Anadolu’nun Mutfak Kökenleri*, İstanbul: Ege Yayınları, 2016.

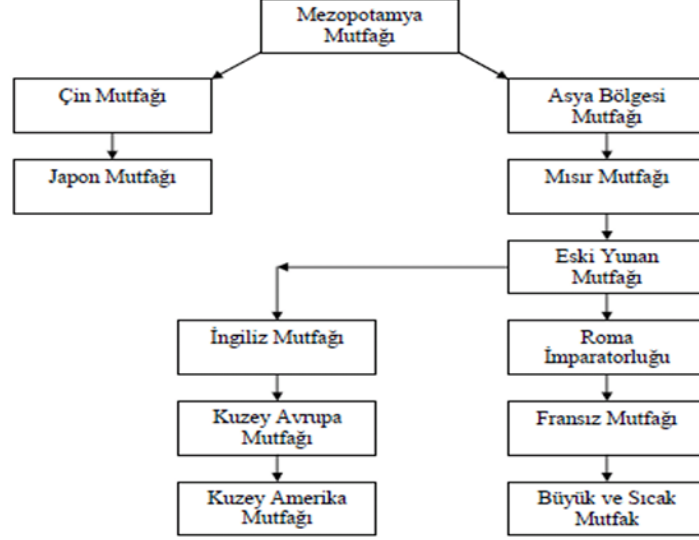
ÜNAL, A., *Anadolu’nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, İstanbul: Homer Kitabevi, 2007.

ÜNAL, A., *Büyük Şölen Eski Anadolu’nun 3500 Yıllık Yemek ve İçkileri*, Ankara: Bilgin Kültür Sanat Yayınları, 2019.

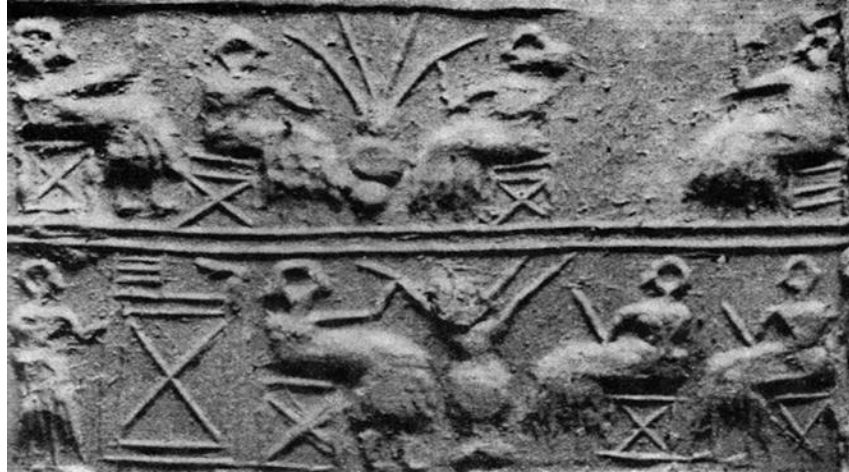
ÜRETEN, H., “Eski Anadolu’da Arı ve Bal”, *History Studies*, sy. 3/3 (2011): 363-382.

YALÇIN, E. ve YAMAN, M., “Yazılı Kaynaklara Göre Sümer Mutfağının Günümüze Yansımaları”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi* 12, sy. 67 (2019): 536-542.

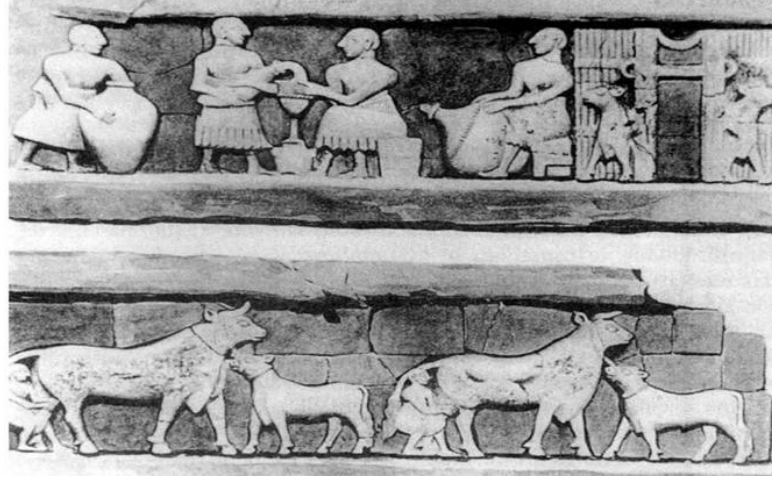
Ekler



Ek 1: Mezopotamya mutfağının kaynaklık ettiği mutfaklar. (Düzgün ve Durlu Özkaya, “Mezopotamya’dan Günümüze Mutfak Kültürü”, 43.)



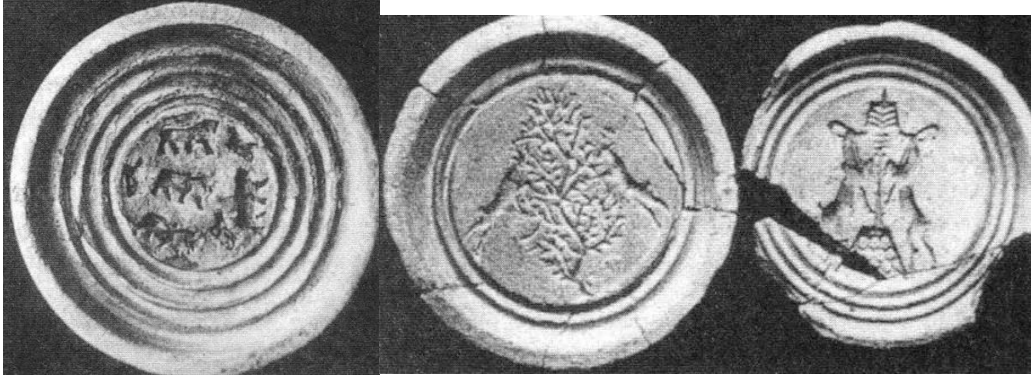
Ek 2: MÖ 3. Binyıl Ur kentinde kral mezarlarından çıkan Şölen içinde çubuklarla bira tüketiminin resmedildiği, silindir biçimli Sumer mührü. (Bober, Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak, 91.)



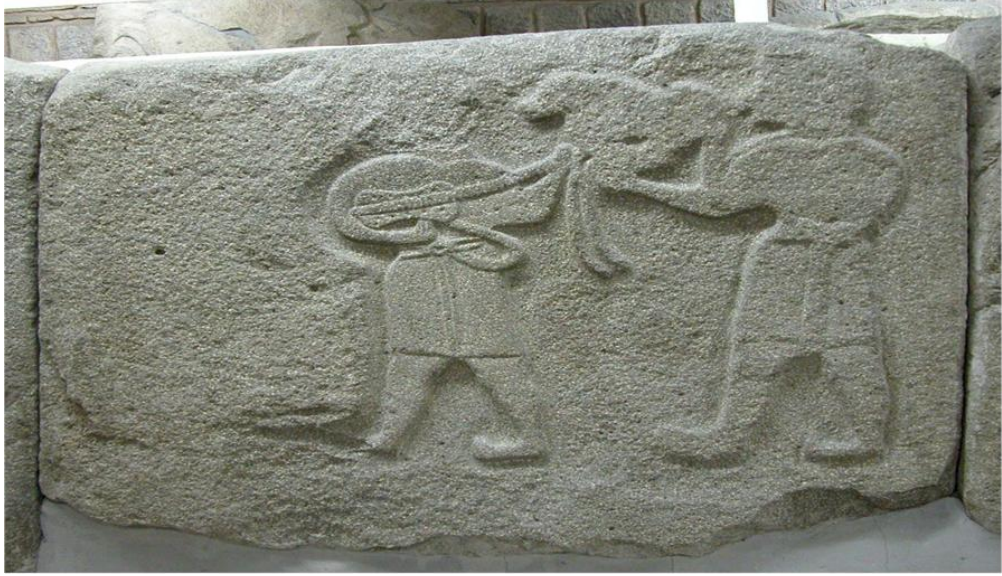
Ek 3 : Mezopotamya'da Sumer kabartmalarında süt sağımı ve peynir yapma şekilleri. Tel el-Ubeyd, MÖ 2900-2650. Bağdat Müzesi. (Bober, Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak, 99.)



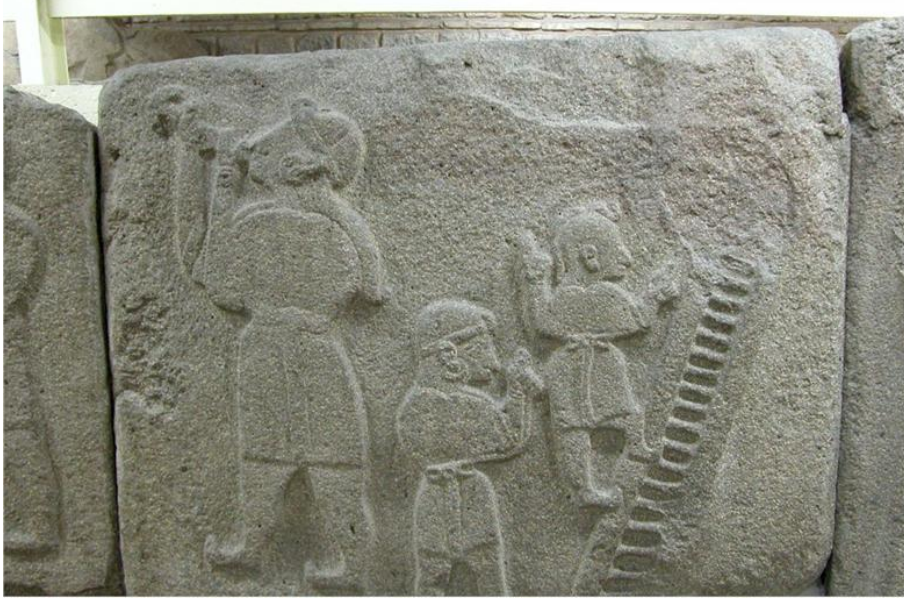
Ek 4 : MÖ 1780 yıllarında Mari Krallığı'ndaki Eski Babil Sarayı'nın 77. nolu odasından, çıkarılmış pişmiş topraktan ekmek kalıpları, özellikle sağ üstteki balık şekilli kalıplar ilgi çekicidir. (Bober, Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak, 93.)



Ek 5 : *Mari Sarayı'nda büyük baş hayvan motifli kalıplar. (Bober, Antikçağ ve Ortaçağda Sanat, Kültür ve Mutfak, 93.)*



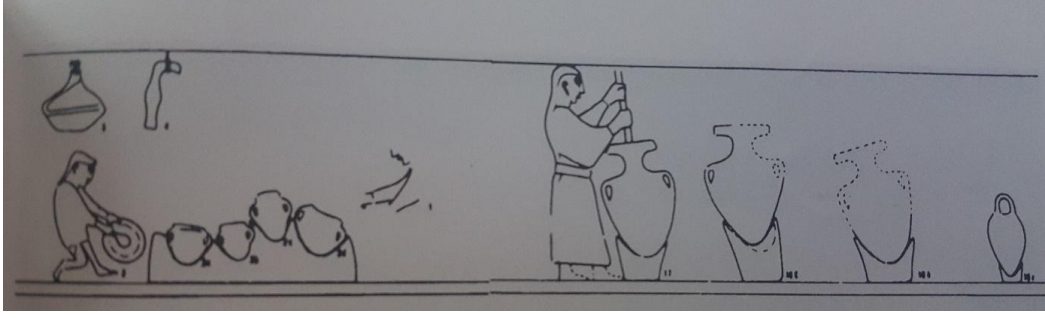
Ek 6 : *Alacahöyük ortostatlarında betimlenen kurban sunusu sahnesi, önde saz çalan kişi arkada ise tanrıya hayvan sunan diğer kişinin betimlenmesi. (<https://www.hittitemonuments.com/alacahoyuk/> (21.05. 2020))*



Ek 7 : *Alacahöyük ortostatında bayram ritüelinde hokkabaz gösterisi.*
(<https://www.hittitemonuments.com/alacahoyuk/> (21.05. 2020))



Ek 8 : *Çayönü Tepesi 'nde bulunan tahıl öğütme taşı. (Alp, Hitit Güneşi, 48.)*



Ek 9 : İnandıktepe vazosunun üstten dördüncü kabartmasında yer alan mutfak sahnesinde taş bir kabın üstünde taştan bir topuz ile buğday ezme işlemi. (Alp, Hitit Güneşi, 47.)



Ek 10 : Eskiyaapar Hitit İmparatorluk dönemi kült kasesi, (Alp, Hitit Güneşi, 49.)



Ek 11 : Libasyon ritüelinde kullanılan gaga ağızlı testiler. Alacahöyük Müzesi. (Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”, 131.)



Ek 12 : Hititlerin yemek pişirme kaplarından örnekler. Alacahöyük Müzesi. (Güveloğlu, “Eski Doğu Toplumlarında Beslenme Ve Damak Tadı”,129.)