

Tarih Okulu
Ocak-Nisan 2010
Sayı VI, 173-185.

ORTAÇAĞ İSLAM TOPLUMLARINDA “LÜKS GIDALAR”*

David WAİNES
Çeviren: İcan Bihter BARLAS**

Özet

Ortaçağ İslam dünyasında lüks gıda konusu on ile ondördüncü yüzyıl arasında yazılan mutfak ve perhiz metinlerine dayanmaktadır. Kaynaklarda daha çok şehirliilerin gündelik yaşamı yerine saray çevresindeki yöneticilerin yiyecekleri ele alınmıştır. Şehirli yüksek sınıf mutfaklarının özelliklerinin betimlenmesi aynı zamanda gıdaların diğer işlevleriyle de paralellik göstermektedir, örnek olarak “bitkilerle tedavi” iki kaynak materyal tipine de uymakta ve şehirli burjuva mutfağının kendine yeten doğasını yansıtmaktadır.

Anahtar Kelimeler: *Lüks Yiyecekler; Ortaçağ İslam toplumlari; mutfak-perhiz metinleri.*

Giriş

Basit sözlük anlamıyla ele alırsak lüks kelimesi “pahalı, zevkli ve gereksiz madde ya da eylem” anlamına gelmektedir, herhangi bir Ortaçağ kültüründe lüks yiyecek tüketimi ise kolaylıkla tanımlanabilecek bir kavramdır. Diğer yandan her tanımlamanın da toplumdan topluma değişen lüks fikrinin tarihi ve kültürel çeşitliliğini yansıtabildiği düşünülemez. Bahsi geçecek olan yorumların amacı Ortaçağ İslam toplumunda lüks yiyecek kavramına bir takdim yapmaktır. Denememizin metinsel kanıtları Arap edebiyatının ürünü olan iki benzer türe dayanmaktadır. Bu eserler mutfakla ilgili el yazmaları ve perhizle ilgili metinlerdir, perhizle ilgili metinler tıp alanı tarafından daha iyi

* David Waines, *World Archaeology*, Vol. 34, No. 3, Luxury Foods in Medieval Islamic Societies, (Feb., 2003), pp. 571-580.

** Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Ortaçağ Tarihi Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi.

gözlemlenebilecek olduğundan başka bir bölümdür. Genel olarak, mutfak ile ilgili el yazmaları bilgi sağlamak için tek kaynak durumundadır ve dönemin diğer medeniyetleriyle paralellik göstermez. Diğer yandan bu kaynaklar yaklaşık olarak onuncu ve ondördüncü yüzyıllar arasındaki dönemde yaşayan ve kendileri için lüks yiyeceklerin üretildiği aydın kesim, şehirli insanlar ve elit tabakanın hayatına giriş yapma imkanı da tanımaktadır. Bu materyaller sayesinde bir deneme yazılabilir ve bahsi geçen şehir ortamında lüks yiyecek tüketimini neyin oluşturduğu da anlaşılıp savunulabilir. Bilgiler bize özellikle kavramın ötesine geçmede yardımcı olur, lüks yiyecekler saray çevresinin tekelindedir ve kuşkusuz yiyecek sunumları ya da “aşağı damlama” etkisi (pazarlama) yoluyla burjuva sınıfı da bu durumdan etkilenecektir. Bahsi geçen kaynaklarda hükümdarların tüketim ayrıcalıkları değerlendirilerek konuya bakıldığından diğer kaynaklarda yer alan birtakım örnekleri değerlendirmek de yararlı olacaktır. Bahsi geçen konudan sonra mutfak ve perhiz yiyeceklerinin imalatı meselesiyle devam edilecektir.

Lüks Yiyecekler, Yiyecek Lüksü

Konumuza “Altın Bozkırlar” adlı eseri yazan ünlü tarihçi El-Mesûdî’yi (ö.956) ele alarak başlamalıyız. Kendisi Bağdat’da doğmuş Kahire’de ölmüştür, hayatı İran, Hindistan, Irak, Filistin ve Suriye topraklarını baştan aşağıya gezerek geçmiştir. Bahsi geçen eseri yiyeceklerle ilgili birçok hikâye içermektedir. Bu hikâyelerden birinde Binbir Gece Masalları’ndaki ünlü Abbasi halifesi Harun el-Reşid (ö. 809) bulunmaktadır. Bir gün Harun el-Reşid kardeşi İbrahim el-Mehdi (ö. 853) tarafından akşam yemeğine davet edilir, el-Mehdi ünlü bir şairdir ve yemek konusunda ustadır. Harun’a küçük ve ince balık parçalarının birleşimiyle balık şekli verilmiş bir yemek sunulur. Halife bu bir tabak yemeğin yüzelliden fazla balık dili kullanılarak yapıldığını öğrenince maliyetini sorar ve bu maliyete denk gelen bin gümüş dinarın fakirlere dağıtılmasını emreder. Bunu kardeşinin müsrifliğinin cezasını çekmesi için yaptığını söyler. Ayrıca hizmetçilere bir balığın hazırlanışından beş kat fazla maliyetle hazırlanmış olan bu balığı tabağından almalarını buyurur ve balığı yolda karşılaştığı ilk dilenciye verir.

İkinci hikâye ise bir başka halife el-Mütevekkil (ö. 861) ile ilgilidir. Halife bir gün saray mensupları ve şarkıcılarıyla Bağdad şehrini baştan başa saran su yollarından birinin kıyısında dinlenmektedir. Birden kayığındaki bulunan

akan suyun tadını seviyordu ya da sadece “hava atmak“ amacındaydı. Bu hikâyelerin altında yatan yöneticilerin “ihtiyaç” adı altında konumlarını kullanarak açtıkları masraf ve hayvan gücü ile insan organizasyonunun dikkate değer durumudur. Benzer bir diğer örnek ise, Babür İmparatorluğunun kurucusu Babür (ö. 1531) için verilir, o kendi hayatını anlatırken doğduğu yer olan Fergana vadisindeki meyveleri özlediğinden küçük bir orduyu sezonluk yiyecek isteklerini getirmeleri için Delhi’den Kabil’e yolladığını söyler. Güç, para ve onlara eşlik eden organizasyon kavramları bahsi geçen tüm örnekler için mevcuttur. Diğer kanıtlar ise önemini koruyan sosyo-politik piramidin en üstünden en altına kadar sosyal ilişkilerin durumuna rağmen sarayın dar çevresindeki lüks yemek tüketiminin sınırlanmadığı görünmektedir.

Zevk İçin Yemek: Şehrin Lüks Mutfağı

Ortaçağ İslam dünyasını karakterize eden en önemli şey, muhtemelen şehir özelliğidir; İslam hukuku ilk olarak şehirde yaşayan halk tabakasının işlerinin düşünülmesi gerektiğini söyler. Dimaşk ve Kordoba gibi eski şehir merkezleri erken Müslüman fetihlerinin etkisi altında yeni kiracılarına verilmiş ve daha da önemlisi önemli yığınların geliştirdiği yeni merkezler oluşturulmuştur: Irak’da Bağdad, Vasit ve Kûfe, Mısır’da Fustat ve Kahire, Kuzey Afrika’da Kayrevan ve Fez. Müslüman halk gibi Müslümanların egemenliği ya da varlığı da Peygamber Muhammed’in 632’de öldüğü yüzyılda dahil olmak üzere İber yarımadasından Büyük Çin Seddine kadar uzanmaktadır. Kent merkezlerindeki milletler topluluğu eski ticaret yolları boyunca şehirlerin aktif ticaret düğümleri haline gelmesini sağlamıştır. Bu durumun yarattığı sonuçlar, iki açıdan bizi ilgilendirmektedir. İlki Afrika ve Hindistan kökenli olan yiyecek ürünlerinin yayılmasının kolaylaşması, hatta desteklenmesidir. Andrew Watson’ın (1983) klasik ancak bir noktada da eski tarihli olan eseri, aralarında karpuz, ıspanak, patlıcan ve muzun da bulunduğu Ortadoğu’daki yiyecekleri incelemektedir. İkincisi ise, ki bu bizim açımızda sonuçlar arasından en önemlisidir, yüksek şehirli sınıfın Abbasi Halifeleri (750-950) döneminde başlayan Bağdad kökenli mutfak kültürünün batıya doğru yayılmasıdır, bu kültür zamanla Irak ve Arap geleneklerine de girmiştir. İşte bu nedenlerle bahsi geçen mutfak kültürü ve bu kültürün doğası ilgimizi çekmektedir.

Her ne kadar yüksek mutfak kültürünün ortaya çıkışı ile ilgili yazılı deliller yeterli olsa da, köken konusu az da olsa hala belirsizliğini korumaktadır.

Mutfak ile ilgili günümüze kadar gelen en eski el yazması onuncu yüzyıla ait olan İbn Sayyar el-Varrak'ın “Kitabu'l Tabih” adlı eseridir. Bu eser dokuzuncu yüzyılın başında Bağdad'da yer alan yüksek mutfak kültürü ile ilgili kanıtlar içermektedir. Eserin giriş bölümünde el-Varrak, ismini vermediği efendisinin kendisini kralların, halifelerin, efendilerin ve reislerin mutfaklarında pişen yemeklerin tariflerini toplamakla görevlendirdiğini söyler. Geçmişte Abbasi yöneticilerinden İbrahim el-Mehdi gibi daha birçok soylu için yemek sanatı bir hobiydi. El-Varrak eserine başka kişilerden aldığı seçilmiş derleme tarifleri de dahil etmiştir. Aynı zamanda, el-Varrak'ın derlemeleri bu etkinliklerin aristokrasi sınıfı arasında yayıldığına bir kanıttır. Bu durum ister şehirli ister köylü olsun halk tabakasına özgün yazılmamış denemeler dışında Arap geleneğinde mutfak tariflerinin yazılması alışkanlığı olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca bu durum büyük ihtimalle tarihte yer alan eski yüksek mutfak geleneğinin devam ettiğini ya da yeniden canlandığını göstermektedir. Tercüman Jean Bottero'ya (1995) göre, Babillilerin çivi yazısı metinleri M.Ö. onyedinci yüzyılda güney Mezopotamya tarihinin en eski yemek tariflerini” içerebilir. Bu çalışmada bulunan tariflerden bazıları Romalı Apicius'un eserindeki tariflerle aynı reçeteye sahiptir. Ancak aralarındaki fark pişirme şekillerindedir. Apicius'a göre, geleceğin yemek sanatının anahtarı tavuk ya da balık gibi ana malzemelere eşlik eden soslardan geçmektedir, Babillerin yemek sanatında ise sade yemekler için ana malzeme gerekli baharatlarla birlikte kaynayan suya atılır. Babillilerin tariflerinde malzeme listeleri bulunmamaktadır, ancak yemeklerin hazırlanma şekilleri detaylarıyla ve süreleriyle anlatılır. Bu tarz Arap mutfak külliyatına ve el-Varrak'ın tariflerine daha uygundur. Bottero'ya göre Babillilerin metinleri en azından M.Ö. 400 senesi ya da sonrasında ait bir mutfak kültürünün devamını içermektedir. Babilliler ve İslam kültürü arasında geçen binlerce yıllık aranın ortaya çıkarılması detaylı bir çalışmayı gerektirmektedir. Konuyla ilgili en akıllıca girişimi yapan Heleen Sancisi Weerdenburg (1995) M.Ö. 6. yüzyıl Ahamenid İmparatorluğu döneminde Persepolis İstihkâm Metinlerinde yer alan saraydaki yeme alışkanlıklarını Grek bakış açısı ile yorumlayıp karşılaştırmıştır. El-Varrak'ın derlemesinde, İran tarihiyle ilgili hikayelerde ve ünlü İranlı şahsiyetlerin söylediklerinde Abbasi mutfağı ile Sasani mutfağı arasındaki bağlantı, yemek tarifleri ve malzemelerde kendini gösterir.

El-Varrak, onuncu ve onüç-ondördüncü yüzyıla ait Irak, Suriye, Mısır, Fas ve İber yarımadası kökenli yarım düzine Arap yemek kitaplarından birinin

sahibidir. Bu eserler yüzlerce tarifi yer aldığı bir hazineyi içermektedirler ve bu hazine çağdaşı olan klasik Grek ve Çin de dahil ortaçağ medeniyetlerinin tümünden daha fazladır. El yazmasında yeralan betimleme özellikle saray mutfağı değil, hem ekonomik hem de yetki anlamında gücü ellerinde tutan şehirli aristokrasi sınıfının, din bilginlerinin, tüccarların ve asker komutanlarının evlerindeki mutfakları da içermektedir. Yemek kitaplarının yazıldığı yüzyıllarda İslam modeli ekonomik etkinliklere, lükse ve servete karşı olumlu bir tutuma sahiptir. Şu da bir gerçektir ki, bazı sofular ve tasavvufun bakış açılarına göre servet bir belâdır ve bazı filozoflar aşırı kazancın aşağılık bir tutku olduğu söylerler. Burjuvazi –bilimadamlarının tanımına göre ünlüler ve soylular-herşeye rağmen lüks mutfak kavramının tadını çıkarıyordu, saray yiyeceklerini taklit etmelerinin dışında, daha da önemlisi, bu durum onların evlerinin konumlarının alt tabakadaki insanların erişebileceğinin çok daha ötesinde olduğunun bir göstergesiydi. Peki bu mutfağın göze çarpan özelliklerinden bazıları nelerdir?

Denizcinin hazırladığı sirkeli yahni yemeğinin hikayesinde Halifenin istediği bu yemeğin içindeki malzemelere et dışında değinilmemiştir. Bu hem sirke hemde şekerin ayarında konulmasıyla oluşturulan tatlı ve ekşi bir tada sahiptir. Ayrıca içinde bir ya da birden fazla sebze ile birlikte bazı baharatlar da bulunmaktadır. El-Varrak bu yahni için birçok farklı tarif vermiştir, bunlardan birisi Sasani hükümdarı Anuşirvan'ın sarayına aittir. Bu tarifler iyi kalitede koyun, keçi, sığır, tavuk ya da diğer av kuşu etlerinden hazırlanmaktadır. Ayrıca yemeğe ilk olarak taze roka, kereviz, kişniş, sedef otu, turunçgil yaprağı konulur, bunların ardından, kurutulmuş, yani toz halinde kişniş ve sarımsak eklenir, sonra şeker, bal ve ekşimsi tadıyla sirke eklenerek safran ile ne olduğunu bulamadığımız “kashim” diye bir malzeme konulur.

Bu tarif bir saray mutfağı tarifidir, ancak Ortaçağ İslam burjuvazisi tarafından da kullanılmıştır. Malzemelerin çeşitliliği ve fiyatlarının dışında hazırlık aşaması büyük zaman ve hatırı sayılır bir işgücünün eseridir, çok büyük tencereler ve onlara uygun geniş yerlerde yemekler hazırlanır. Konulan her malzemenin fiyatı sarayın ve burjuvaların lüks anlayışlarına göre şekillenir. Bu yemeğin farklı ve daha sade şekilleri mutfakla ilgili bir başka kaynak olan *Kenz el-fewa'id fi tenwi el-mewaid*'de yer almaktadır, Mısır kökenli onüç-ondüzdüncü yüzyıla ait bu kaynağın yazarı belli değildir. Et kelimesi genellikle basitçe kuzu olarak anlaşılmaktadır, ki bu et Ortadoğu mutfağında ayrıcalık sahibidir; ya da istediğiniz herhangi bir et anlamına da geliyor olabilir. Tuz ve

tarçınla tatlandırılan ete daha sonra baharat karışımı eklenir, sebze olarak soğan, pırasa, sarımsak, havuç ve patlıcan konur, tatlımsı ve ekşimsi tadı için ise sirke, bal ve şeker kullanılır; kıyılmış badem ile birlikte konulan az miktarda pirinç koyuluğu sağlar, son olarak çeşitli üzüm çeşitleri, kuru incir ve yine kuru üzüm ilave edilir. Yemek en aşağı bir saatte pişer ve son olarak pişen sebzeler tencereden alınır, burada bahsi geçen süre yemeğin hazır olduğu zamandır. Yemeğin hazırlanması için iki farklı kap gerekmektedir. Süresine ve zahmetine karşılık en çok tercih edilen tarif az önce verdiğimiz ve tek bir etin kullanıldığı tariftir. Bahsi geçen eserde birde olağandışı olarak balık ve başka malzemelerle hazırlanan yahni tarifi bulunur. Bu malzemelerin içinde sirke ve bala ek olarak karabiber, hoş kokulu baharatlar, soğan, safran, susam yağı ve un bulunmaktadır. Denizci tek bir yemekle sonuca ulaşsa da bu yemek farklı etlerle de hazırlanabilir.

Bu durum bize burjuva mutfağının bir başka özelliğini göstermektedir: çeşitlilik. Çeşitlilik sadece farklı yemekleri değil, bir yemeğin farklı şekillerde de pişirilebileceğini ifade etmektedir. Tanınmış bir Berberi boyuna mensup olan İbn Razin et-Tucibi'nin eseri olan *Fadilat el-Khivan* bu noktada örnek verebileceğimiz Kuzey Afrika-İber kökenli bir onüçüncü yüzyıl kaynağıdır. Ekmek ve yemek üzerine olan başlangıç bölümünde ekmek kullanılarak yirmiyedi farklı şekilde yapılabilen *tharid* adlı geleneksel ve sade Arap yemeğinden bahsedilir. Kelimededen de anlaşılacağı gibi, yemek için ilk olarak parçalanmış ya da ufalanmış kuru ekmek gerekmektedir, ekmekler bir tencereye konulur. Bu yemek basit evlerin basit yiyeceğidir. Burjuva kaynaklarında ise bu yemek her bakımdan zengin bir gıdaya dönüştürülmüştür. Farklı mutfaklardaki hazırlık aşamalarını belirten Jack Goody (1982) yüksek yemek kültüründe mutfakların diğer bölgelerden ve sınıflardan etkilendiğini görmüştür. Aynı bölümde tuzlu ve tatlı hamur işlerinin hazırlanışı için kırk ayrı tarif yer almaktadır. Av hayvanlarıyla ilgili bölümde tavuk için kırk dokuz, güvercin için on dört, kumru, keklik ve yırtıcı kuşlar için de yine çeşitli tarifler verilmiştir. Aynı şekilde etle ilgili bölümde, koyun yemekleriyle ilgili kırk altı tarif bulunmaktadır, ayrıca bu bölümün alt başlıklarında diğer etlerle ilgili çeşitli tarifler de yer almaktadır. Tatlılar için ayrı bir bölüm ayrılmıştır. Başka bir önemli bölümde, diğer yemek kitaplarında da olan, turşu tarifleri ve soslar yer almıştır.

Kısaca göz attığımız mutfakla ilgili bu el yazmalarında yazarlar genel olarak şehirli burjuva mutfağından yararlanmışlardır. Bu evlerin sahipleri, gelenekleri gereği, gelen misafirleri aile üyelerine gösterdikleri kadar

misafirperverlikle karşılardı. Saray da misafirperverliğin merkeziydi. Tabii bir parça nezaketsizlik durumları da olurdu, hükümdar zenginliğini ve gücünü göstermek için saraydaki adamlarına müsrif ziyafetler verirdi, böylece uzun süre şehir ve şehirlerarası iletişimi sağlayabiliyordu.

Bugüne kadar adamakıllı araştırılmayan ve yine lükse ayna tutan başka mutfak kaynakları da vardır. Bu el yazmalarında mutfak kadar az sonra değineceğimiz geleneksel tedavi yöntemleri de yer almaktadır.

Dengeli Davranış: Sağlık İçin Yemek

El-Varrak'ın derlemesi Kenz ile aynı et-Tucibi'ye göre, daha dar kapsamlı olmasına rağmen, içinde günlük sofrada bulunan yemeklerin dışında tarifler de içermektedir. Her yansıma çağdaşları olan perhiz ile ilgili tıbbi bakış açısıyla bağlantılıdır. El-Varrak'ın başlangıç bölümlerinde, Grek perhiz geleneğinin etkilerinden bahsedilmektedir. Mesela, gençlere ve yaşlılara uyacak yemeklerle ilgili görüşler bulunmaktadır; etin dermanı ve kişiye göre iyilikleri ve zararları; evcil hayvanların çeşitli parçalarının doğası, balık, kuş yumurtası, tahıllar, sebzeler, süt ve peynir, yağlar, otlar ve baharatlar, meyveler ve buna benzer diğer şeyler. Tüm bu bilgiler yemeğin çeşidine göre asıl tariflerin önünde yer almaktadır. Kenz'de, bu bilgiler kitabın her yanına yayılmıştır.

Şüphesiz, perhizle ilgili bilgiler sadece hekimlerin tekelinde değildi; şehirli ve kültürlü sınıfın diğer sektör mensuplarıyla da paylaşılmıştı. Medikal mutfak geleneğinin teorik görünüşü, bu kültürün doğaya özgü yemek pişirmenin merkezi olan Orta Doğu'nun klasik Grek tıbbından miras kaldığını kanıtlamaktadır, ayrıca Orta Doğu mutfak kültürü Arap, Pers, Berberi, Hristiyan ve Museviler tarafından da açıkça desteklenmiştir. İslamiyet öncesi Ortadoğu mutfak geleneği hakkında bizim bildiklerimiz, ki buna İranlılar da dahildir, İslam zamanlarından gelen detaylı bilgilere göre hala oldukça eksiktir. Yeni bitki için ilginç bir örnek patlıcandır, patlıcan Hindistan'dan ve İslam döneminde İran'dan Arap toprakları ve Kuzey Afrika boyunca batıya doğru ilerlemiştir. Klasik Greko-Romen mutfağında bilinmemesine karşın mutfakla ilgili el yazmalarında genellikle yer almaktadır, içeriğindeki maddelerden ötürü bazı tıbbi görüşlere göre siyah safra üretirerek hastalığa yol açmaktadır. Doktorların endişesi, uygun olarak hazırlanması konusudur: sağlıklı kullanımı için sebze ikiye kesilir, tuzlanır ve sıcak suya bırakılır, ardından siyahlığı gidene kadar su değiştirilerek bu işlem tekrarlanır. Daha sonra haşlanılarak etle birlikte

pişirilebilir ya da kızartması yapılabilir. Kaynaklarda da bu işlem sıkça görülmektedir. Bu olay da, sebzeyle birlikte pişirme şekli de batıya doğru yayılmıştır.

Kaynaklarda yer alan günlük yemek tariflerinde özel perhize yönelik bilgiler not edilmiştir. Bu notların arasında Grek tıbbında da yer alan cinselle ilgili bilgiler de vardır, cinsel birleşme sözümona “doğal değildir,” yani vücudun sağlığını etkileyen bir dış etkidir ve bu yüzden kişinin sağlığı için genel perhize dahil edilmelidir. Örnek olarak, yumurta, soğan, yağ, sakız, tarçın ve bir çimdik tuz ile hazırlanan omletin cinsel iştahı arttırdığı söylenir. Kullanılabilecek başka bir malzeme de nammam’dır, bu bir çeşit nane ya da kekik’dır. Ayrıca bu ot oldukça popüler olan tarhanada da çeşni olarak kullanılır, diğer tariflerde ise tütsü ve koku olarak geçmektedir. Güzel kokusuyla hem evi sarar hem de kıyafetlerde insanları kokutur, bu da evsahibinin düzeni ve kişisel hijyeni ile ilgili kaniya varılmasını sağlar. Diğer tariflerdeki sabun ve diş macunu yapımı, ortaçağ şehir evinin düzenindeki konumu nedeniyle mutfak kaynaklarında önemli yer tutar.

Eğitilmiş bir seküler bakış açısına göre, perhizler bir doktorun görmesi ve ilaç vermesini gerektirmeyen durumlarda evdeki rahatsızlık ya da hastalıkla ilgilenmek içindir, bu profesyonellere bırakılması gereken modern ve kişiye özgü tedavi şeklidir. Doktorların bakış açısına göre ise, sağlam bir beslenme düzeninin ana noktası, tüketimdeki sınırlılık ve yenen yemeğin kalitesindeki denge olmalıdır. Ortak duygular, gelenekler ve deneyimler hem mutfak açısından hemde tıbbi açıdan birbirlerine katkıda bulunmaktadır. Bu ortaklık, mutfak kaynaklarının ortaya çıkışıyla örneklendirilebilir, bu kaynaklarda, evde yapılan, hatta ev sahibi tarafından hazırlanıp uygulanan ayrıca tıpçılar tarafından da onaylanan tedaviler (dermanlar) yer almaktadır.

Muzawwar adlı yemek bir örnektir. Kelime anlamı sahte ya da taklit olan bu yemek bir şeyin takliti, benzeri olabilir. *Muzawwar* yemeği büyük ihtimalle İslamın sağlıklı mutfak geleneğine Hristiyanlar aracılığıyla dahil olmuştur, çünkü Hristiyanlar bu yemeği et içermediği için oruç zamanlarında tüketirlerdi. Bu nedenle oruç tutulmayan günlerde de bu yemeğin benzerini ya da sahte etli yemekler yapmışlardır. Etli olarak bilinen yemeklerin yapayını yapmak tabii ki mümkündür, buna örnek olabilecek yemek yahni veya *madirah*’dır, bu yemekler yapılırken sadece eti çıkarmak yetmez, hayvansal yağların da susam ya da badem yağıyla değiştirilmesi gerekmektedir. Bu etsiz hazırlık İslam döneminde başka bir şekil almıştır. Vejetaryen pişirme şekli tıbbi kullanım için

benimsenmiştir. Bir tıp kaynağında *muzawwar* yemeği “hasta insan için hazırlanan etsiz yemek” olarak geçmektedir.

El Varrak iki *muzawwar* tarifi vermektedir, bu tarifler Hıristiyan hekim İbn Maseveyh'e (ö. 857) atfedilir, bu hekim büyük ihtimalle İslam perhiz geleneğine, bahsi geçen etsiz yemekleri şifa niyetine sokan kişilerden biridir. Kaynaklarda yer alan çeşitli hazırlanış şekillerinin ateşli insana iyi geldiği ya da safra sorunlarını çözdüğü söylenir. Su kabağı soğanla, taze baharatlar ve susam yağıyla pişer, sonra gül suyu ile birleştirilip, kereviz, ekşi üzüm suyu eklenip bir miktar şeker serpilerek malzemeler pişirilir. Tıbbi bakış açısına göre, bu ana malzemeler tutulup sakız kabağı, ki kendisi tabiatı gereği soğuktur, ateşi olanlar ve sarı safra çıkaranlar için yararlı olacaktır. Ispanak da *muzawwar* yemeklerin bir başka ana malzemesidir. Bazı hekimler bu sebzenin oldukça besleyici olduğunu, ayrıca bünyenin aşırı sıcak ya da soğuk olduğu durumlarda da işe yaradığını söylerler. Ispanak aynı zamanda etli yemeklerde de kullanılır, ancak etsiz çeşitlerinin sarı safra sorunun neden olduğu ateşe, iltihaplanmış karaciğere ya da hasta bir bünyeye iyi geldiği bilinmektedir. *Muzawwar* yemekler için nar tanesi de kullanılır, bu taneler taze veya kuru olarak metinlerde geçmektedir, nar tanesinin oldukça fazla yararı görülür: sadece ateşle başa çıkmaz, böbrek rahatsızlığına da iyi gelir, bozuk mide için ve özellikle sıkıntı ile kalp ağrısına yardımcı olur. Son olarak İber yarımadası kökenli Endülüsî'nin açılış kitabında yer alan *muzawwar* tariflerine değinmeliyiz, bu eserin amacı hasta olanlara tedavi imkanı da vermektir. Huici Miranda'nın yayınladığı kopyasında (1965), su kabağına balık şekli verilerek yapılan bir yemekten bahsedilmektedir, bu yemek canları balık çeken hastalar için hazırlanmıştır.

Perhiz metinleri aynı zamanda “iyileştirici özelliği olan gıdaların” da listesini içermektedir, ancak bu mutfak kaynaklarında bulunan ve evde tedaviye yönelik basit içeriklerdir. İyileştirici gıdaların sindirimden önce vücudu etkilediği açıktır, asıl mesele, önce bünyenin zayıf düşmesi ve bu gıdaların kullanılmasıdır. Sıradan gıdalarda ise, ki bununla genel anlamda yemek ve içmek kastedilmektedir, bu gıdaların kişinin özüne dönüşüne etkisi hemen ortaya çıkmaz, bedensel gelişime katkıda bulunur, ancak ilk olarak kişinin kendi bünyesindeki dengesizliklerin düzeltilmesi gerekmektedir.

Tedavi edici gıdalar, iyileştirici olarak kullanılmaya başlandığından beri, tam anlamıyla “lüks” olarak tabir edilemez ve bedensel sağlığın onarımı ve bakımı için kullanılır (Berry 1994:22). Belirtilmesi gereken bazı noktalar bulunmaktadır. İlk olarak, bu görüş Ortaçağın gıdaya bakışa açısını yansıtmaz.

Daha önce bahsettiğimiz “normal” ve “tedavi edici” gıdalar arasında ayrım yaparken, her iki türünde mide hastalıklarıyla alakalı olduğu bilinmelidir, Peygamberin hadisinde ifade edildiği gibi “her hastalığın kökeninde sindirim güçlüğü vardır.” Herkes tarafından onaylanan bu söz, farklı besin çeşitleri içinden uygun olanların seçilmesi ile ilgili bir görüştür. Mesela, saf bir malzemeye yapılmış ekmek çok pahalıdır, buğday unuyla ev sahibinin kendi fırınında pişmiş olan ekmek vakti olanlar için oldukça uygundur, iri taneli arpa ekmeği ise çalışanlar içindir. Ateşi düşürmek için yapılan *Muzawwar* yemek bir anomali olarak görülebilir. Halbuki burjuva metinlerinde önceden varsayılan etsiz yemekler bir seçenek olarak görülmektedir. Ardından tedavi edici gıdalar, mesela bal ve şeker ile karıştırılmış toz ilaçlar (macun), sindirim için yararlı ilaçlar ve bazı tozlar, şehirli olan ve boş vakti olan ev halkı için gruplar halinde hazırlanır ve ilerde kullanılması için depolanırdı. Diğey yandan sebze kökenli tatlı içecekler (şarap) günlük olarak hazırlanır. Bu durum burjuva ev ahalisinin ihtiyaçlarını çarşıdan alma konusunda ne kadar isteksiz olduklarının bir göstergesidir, çünkü malların kalitesine güvenilemeyeceğini düşünürler. Dahası, bu hazırlıkları çalışanlar yapar ve hazırlamak ve de depolamak için yerleri açarlar. İstenen yararlar tüketimle birlikte çoğalmaktadır. Mesela, macunlar ve benzer şekilde sindirime yardımcı karışımların cinsel gücü arttırdığı, spermleri çoğalttığı, arzuyu arttırdığı, sindirime etki ettiği, midedeki aşırı safrayı iyileştirdiği, idrar söktürücü ve regl düzenleyici olarak kullanıldığı bilinmektedir. Genel anlamda birinin sağlığındaki çoğalma, toplum yararına farklı tedavi yöntemlerinin ortaya çıkmasını sağlar. Diğey bir açıdan, evde yapılan tedavilerin yararı önceden kullanımlarına bağlıdır, yemekten önce ya da yemekle birlikte kullanılсын, bu bir yardım olarak veya yemek zevki olarak görülebilir. Ya da perhiz çalışmalarının lisanına göre, yemek kitaplarında da görüldüğü gibi, besinlerin yararları hakkında genel görüşler tedaviler şekillerine göre ayrılmakta ve herhangi bir hasardan kaçınılmalıdır. Ciddi olarak, “evde tedavi” tam olarak budur. Bunlar bir hekimin denetimi olmadan evde hazırlanır ve tüketilirler. Kesin olarak bunlar bizim modern görüş açımıza göre yapılan “tedavi yöntemleri” değildir, çünkü cerrahi müdahale ya da ilaç kullanımı yoktur.

Sonuç

Mutfak ile ilgili el yazmalarında ve perhiz metinlerinde İslam toplumlarında burjuva olan şehirli sınıfın ev hayatındaki merkez nokta işaret edilmektedir, sadece ev halkının günlük besin ihtiyaçları değil, küçük sorunlar için tedavi yöntemleri de ev içinde temin edilmektedir. Bu kapsamda, ortak tüketim ve kaynakların havuzda birleştirilip tüketilmesinden dolayı, dar gelirli veya daha fakir aileler kendi kendine yetemezken, burjuva evleri kendi kendine yetebilmektedir. Sonuç olarak, Ortaçağ İslam topluluklarında, nimetler ya da vücuda alınan gıdalar, hazırlandıkları ve tüketildikleri evlerin statüsüne uygun ve statüyü yansıtan birer lüks sembolü olarak kabul edilebilir.

BİBLİYOGRAFYA

The Babur-nama in English (Memoirs of Babur) 1969. trans. A. S. Beveridge. London: Luzac.

Berry, C. J. 1994. The Idea of Luxury: A Conceptual and Historical Investigation. Cambridge: Cambridge University press.

Bottero, Jean 1995. The most ancient recipes of all. In Food in Antiquity (eds J. Wilkins, D. Harvey and M. Dobson). Exeter: Exeter University Press, pp. 248-55.

Goody, J. 1982. Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology. Cambridge: Cambridge University Press.

Huici Miranda, A. (ed.) 1965. La cocina Hispano-Magrebi en la Espana Almohade. Madrid: Instituto de Estudios Islamicos.

Kanz al-fawa'id fi tanwi' al-mawa'id 1993. (eds M. Marin and D. Waines). Beirut and Stuttgart: Franz Steiner Verlag.

al-Mas'udi, Abu al-Hasan Ali b. al-Husayn. n.d. Muruj al-dhahab wa ma'adin al-jawhar, 4 vols. Baghdad.

Sancisi-Weerdenburg, H. 1995. Persian food: stereotypes and political identity. In Food in Antiquity (eds J. Wilkins, D. Harvey and M. Dobson). Exeter: Exeter University Press, pp. 286-302.

Ortaçağ İslam Toplumlarında “Lüks Gıdalar” / David Waines

Waines, D (ed.) 2002. *Patterns of Everyday Life*. Aldershot: Ashgate/Variorum.

Waines, D. and Marin, M. 1992. Muzawwar: counterfeit fare for fasts and fevers. *Der Islam*, 69: 289-301.

al-Warraq, Ibn Sayyar 1987. *Kitab al-Tabikh* (eds Kaj Ohrnberg and Sahban Mroueh). Helsinki.

Watson, A. 1983. *Agricultural Innovation in the Early Islamic world: The Diffusion of Crops and Farming Techniques 700-1100*. Cambridge: Cambridge University Press.