

SAFRANBOLU'DA YÖRESEL BİR LEZZET: PERUHI A LOCAL TASTE IN SAFRANBOLU: PERUHI

Dr. Öğr. Üyesi İrfan YURT

Karabük Üniversitesi, Safranbolu Turizm Fakültesi

irfanyurt@karabuk.edu.tr

ORCID ID: 0000-0001-6568-5328,

Beril BAYRAKLI

Karabük Üniversitesi, Safranbolu Turizm Fakültesi

berilbayrakli@gmail.com

ORCID ID: 0000-0001-9249-8237

Öz

Çalışmada Batı Karadeniz Bölgesi'nde yer alan Karabük'ün ilçesi Safranbolu'ya özgü yöresel yemek "peruhi" incelenmiştir. Peruhi yemeğinin tarihi çok eskilere dayanmaktadır ve günümüzde severek tüketilmeye devam edilen bir lezzettir. Peruhi yemeği yöresel lezzet olarak araştırmalarda örnek olarak işlenmiş fakat hakkında akademik açıdan reçetelendirmeye dönük detaylı bir araştırma yapılmamıştır.

Bu çalışma ile kökeni çok eskilere dayanan Peruhi yemeğini tanıtmak, gelecek nesillere aktarabilmek ve unutulmamasını sağlamak amaçlanmıştır. Araştırma nitel veri toplama yöntemi olan görüşme tekniğiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma Karabük ili Safranbolu ilçesi tarihi çarşı bölgesinde faaliyet gösteren 8 işletme çalışanı ile yüz yüze görüşülerek gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan peruhi yemeğinin tarihçesi, yapısal özelliği, hazırlık aşaması, standart reçetesi, pişirilmesi, servis edilmesi, dikkat edilmesi gereken noktaları, çeşitleri, tüketim yapan kitle, farklı isimleri ve farklı tüketim yerleri hakkında bilgi toplanmıştır. Elde edilen veriler sonucunda peruhi yemeğinin açık bir şekilde tanımlanabileceği standart reçete oluşturulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Safranbolu, Peruhi, Yöresel Yemek, Yöresel Mutfak, Beslenme, Mutfak

Abstract

In the study, the local dish "peruhi", which is unique to Safranbolu, the town of Karabük in the Western Black Sea Region, was examined. The history of Peruhi food dates back to ancient times and it is a delicacy that continues to be consumed fondly today. Peruhi food has been treated as an example in researches as a local taste, but there has not been a detailed research about it in terms of academic prescribing.

With this study, it is aimed to introduce the Peruhi dish, which has its origins in ancient times, to transfer it to future generations and to ensure that it is not forgotten. The research was carried out with the interview technique, which is a qualitative data collection method. The research was carried out by face-to-face interviews with 8

business employees operating in the historical bazaar region of Safranbolu district of Karabük province. Information was collected from the participants about the history, structural feature, preparation stage, standard recipe, cooking, serving, points to be considered, types, consuming mass, different names and different consumption places of the Peruhi dish. As a result of the data obtained, a standard recipe was created in which peruhi food can be clearly defined.

Key words: Safranbolu, Peruhi, Regional Food, Regional Cuisine, Nutrition, Cuisine

Giriş

Bir toplumun sahip olduğu coğrafi özellikler, kültürel yapı, sosyal yapı, ekonomik faaliyetler, iklim özellikleri ve yetiştirilen bitkiler gibi etmenler yeme içme faaliyetinde etkili olmaktadır. Yemek yemek insanların hayatını devam ettirmede, her türlü aktiviteye yerine getirmede çok önemli bir noktaya sahiptir (Güler, 2010; Akın, Özkoçak ve Gültekin, 2015). İnsanlığın varoluşu itibarıyla beslenme kavramına ağırlık verilmiştir. Özellikle Türk toplumunda yeme ve içme faaliyetleri sosyal yapıda her zaman önemli bir nokta olarak görülmüştür (Yetiş, 2020). Yeme-içme ihtiyacı toplumların bir uğraşı olarak da karşımıza çıkmaktadır. Bu uğraş sayesinde toplumlarda gelişmeler sağlanmış ve çeşitlilik olmuştur (Bozok ve Kahraman, 2015). Toplumların kültürel temelini oluşturmada mutfak önemli bir yer tutmaktadır (Altunbasan, Yay ve Erdem, 2017). Mutfak kavramı Arapça 'matbah' kelimesinden dilimize geçmiştir. Matbah kelimesi geçmişten günümüze mutfak olarak değişmiş ve 'pişirilen yer, aş damı ve pişirme yeri' anlamlarında kullanılmıştır (Artun, 2012, s.419: Hatipoğlu ve Batman, 2014). Mutfak insanların beslenmesini sağlayan yiyecek-içecekler, bu yiyecek ve içeceklerin hazırlanma şekilleri, pişirilmeleri, korunmaları ve bu işlemleri için ihtiyaç olan araç gereç ve teknikler kullanılarak uygulandığı bir alandır şeklinde tanımlamak mümkündür (Seyitoğlu ve Çalışkan, 2014). Her toplumun kendisine ait yöresel mutfak bulunmaktadır. Yöresel mutfak, yöreye özgü olan ürünler ve yöreye özgü geleneklerin ilişkisiyle ortaya çıkan, yöre halkının kendine özgü usulleri ile pişirilerek sunulduğu ve dini ya da milli duygular ile tasarlanan yiyecek ve içeceklerin tamamıdır (Şengül ve Türkay, 2016). Bir yörenin sahip olduğu mutfakın kültür ile iç içe olduğu, yemeklerin yapılış şekillerinin ve lezzetlerinin yöre kültürünü ve yöreyi tanıtabileceği bilinmektedir (Şengül ve Türkay, 2016). Bu sayede yöreye özgü yemekler tüketilip tercih edilerek ün kazanmış ve tanınmış olurlar (Serçeoğlu, 2014). Bu noktada araştırmanın konusu peruhi yemeğidir. Peruhi yemeği benliğini koruyan ve sınırları dışına çıkmayan Safranbolu mutfakına ait yöresel bir yemektir. Peruhi bir nevi mantı olarak nitelendirilebilmektedir. Mantı yemeğiyle arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Orijinal peruhinin içerisine torba yoğurdu ile nane konulmakta ve tereyağı sosu ile servis edilmektedir. Peruhi yemeğinin yapımında un, yumurta, tuz ve su kullanılmaktadır. Bu malzemelerin yoğurulmasıyla birlikte ele yapışmayan sert kıvamlı bir hamur elde edilir. Hamur oklava yardımıyla orta incelikte açılarak kare şeklinde kesilir. Kesilen hamurların içerisine torba yoğurdu ve nane karışımında oluşan iç harç ilave edilir ve muska şeklinde üçgen kapatılır. Kaynayan suya atılan hamurlar bir süre pişirilerek tabağa alınır ve üzerine tereyağı sosu dökülerek servis edilir. Safranbolu'ya ait olan bu yöresel lezzetin

unutulmaması, gelecek nesillere aktarılması ve literatürde konu ile alakalı bir araştırma olmadığı için önemlilik taşıdığı düşünülmektedir.

1.Kavramsal Çerçeve

1.1. Beslenme

İnsanlığın varoluşu itibariyle beslenme kavramına ağırlık verilmiştir. Özellikle Türk toplumunda yeme ve içme faaliyetleri sosyal yapıda her zaman önemli bir nokta olarak görülmüştür (Yetiş, 2020). Yeme-içme ihtiyacı toplumların bir uğraşı olarak da karşımıza çıkmaktadır. Bu uğraş sayesinde toplumlarda gelişmeler sağlanmış ve çeşitlenmiştir (Bozok ve Kahraman, 2015).

Canlıların birinci ihtiyaçları beslenmektir. Dolayısıyla doğumdan ölüme kadar beslenmek zorunda olmak, ilk çağlardan beri yemekle ilgili birtakım kurallar geliştirilmesini sağlamıştır. Ayrıca yemek yeme eylemi hem biyolojik hem kültürel hem de psikolojik bir sürecin ürünüdür. İnsanoğlu var olduğu günden beri beslenmeye büyük önem vermiştir (Işık, Kılıçarslan, Güldemir vd.). Çünkü insanın yaşamını devam ettirebilmesi için ihtiyaç duyduğu en önemli şey yemekdir (Önçel, 2015). İnsanlığın evriminde beslenme biçiminin önemli rol oynadığı bilinmektedir. Canlının çevresiyle olan ilişkisinde yiyecek arama, gıda tüketimi ve gıdaların biyolojik süreçlerdeki kullanımı gibi faktörler öncelik kazanmıştır (Durlu, Özkaya, 2015).

Bir kültürün sahip olduğu maddi unsurların başında yemek bulunmaktadır. Toplumların kültürel özellikleri yemeklerin hazırlanması, pişirilmesi ve servisi aşamalarında farklılıkların ortaya çıkmasında temel sebeptir. Yemek kültüründe karşılaşılan söz konusu farklılıklar, mutfak olarak adlandırılmaktadır (Saçılık, 2020). Her insanın, her toplumun yaşayış şekline, yaşadığı kültüre göre belirli bir yeme içme alışkanlığı bulunmaktadır. Yiyecek ve içeceğin temelini insan emeği oluşturduğundan bu yönüyle bir kültür konusu olabilmektedir. Türklerin de kültürlerine bağlı olarak ortaya çıkarttıkları beslenme gelenekleri bulunmaktadır. (Erdek, 2011).

1.2. Mutfak

Mutfak, Arapça 'matbah' kelimesinden dilimize geçmiştir. Matbah kelimesi geçmişten günümüze mutfak olarak değişmiş ve 'pişirilen yer, aş damı ve pişirme yeri' anlamlarında kullanılmıştır. Türkler, Uygurlar zamanından itibaren 'aşlık', 'aş evi', 'aş taamı', 'aş ocağı' gibi kelimeleri mutfak yerine kullanmaktaydılar (Artun, 2012, s.419: Hatipoğlu ve Batman, 2014).

Mutfak, fiziki olarak yiyeceklerin hazırlığının yapıldığı, pişirildiği, muhafaza edildiği, servisinin yapıldığı ve gerekli ekipmanların depolandığı bir alandır. Mutfak, insan hayatının temel yapısından biridir. Geçmişten günümüze farklı yapı ve şekillere evrilerek günlük hayatta yerini almıştır. İnsanoğlunun ateşi keşfetmesiyle birlikte mutfak tarihi başlamıştır (Ayyıldız, 2019).

Mutfağın tarihine bakılacak olursa, insanlığın var olmaya başladığı dönemlerden beri yemek ihtiyacı zorunlu bir faaliyet olarak kabul edilmektedir. Yemek yeme ihtiyacını karşılamak için de mutfak kavramı farklı evrelerden geçerek gelişim göstermiştir. İlk çağlarda insanlar yalnızca hayatta kalabilmek için herhangi bir bilgi olmadan yemek ihtiyaçlarını karşılamaktaydılar. Sonrasında ateşin bulunmasıyla birlikte yiyeceklerin lezzetini arttıracaklarının ve pişirip kolay bir şekilde sindirebileceklerinin farkına vardılar (Düzgün ve Özkaya, 2015) ve gıdaları daha lezzetli bir şekilde pişirerek yemek ihtiyaçlarını karşıladılar (Ayyıldız, 2019). İleriki dönemlerde yerleşik yaşama geçilmesiyle birlikte yemek yemek yalnızca bir ihtiyaç olarak görülmemiştir. Artık hazırlanan yemeklerle sofraya kurmaya ve sofrada farklı çeşitteki yemekleri bir arada tatma geleneğini benimseye başlamışlardır. Geçmişten günümüze mutfak, her dönemde gelişim göstermiş ve gelişmiştir (Düzgün ve Özkaya, 2015).

1.3. Yöresel Mutfak

Yöresel mutfak kavramı yöreye özgü kültür ve ürünlerin birleşimiyle oluşan, yöre halkının sahip olduğu milli ve dini özellikleri çerçevesinde şekil alan, özgün pişirme ve sunum farklılıklarına sahip bir mutfak olarak tanımlanabilmektedir (Saçılık, 2020).

Yöresel mutfak, bölgenin sahip olduğu kültür ve kimliğin bir ifadesi olarak adlandırılabilir. Yöresel mutfaklar yöreye özgü ürünlerden oluşmaktadır ve bu ürünler yemeklerde doğal halleri ile kullanılmaktadır. Yörede bulunmayan veya yörede yetiştirilmeyen ürünler bu mutfakta yer almamakta ve kullanılmamaktadır. Mutfağın oluşumunda yörenin sahip olduğu iklim özellikleri, hayvancılık faaliyetleri, üretimi yapılan gıda ürünleri gibi faaliyetler belirgin olmaktadır. Bunlara ek olarak yöre halkının inançları da yemek tariflerini, pişirme tekniklerini ve sunumu etkilemektedir (Akdemir ve Selçuk, 2018).

Hemen hemen her ülkenin mutfağında yöreye özgü yiyecek ve içecek kültürü bulunmaktadır. Her ülkenin sahip olduğu yemek kültürü; bulunduğu coğrafyaya, geleneklere ve inanç şekillerine göre şekillenerek yöreyi yansıtan yöresel mutfağı oluşturmaktadır. Dünyada bulunan ender mutfaklardan sayılan Türk mutfağını önemli kılan özelliklerinden bir tanesi yörelerde yaşayan Türk halkının meydana getirdiği ve kendi özelliklerinin yansımalarından oluşan yöresel mutfaklardır (Yavuz ve Özkanlı, 2019).

Yöresel mutfak, bir bölgenin veya yörenin sahip olduğu yiyecek ve içeceklerin yanı sıra bölgede bu yiyecek ve içeceklerin hazırlanması, pişirilmesi, tüketilmesi, saklanması ve servis edilmesine ilişkin yöntemleri, kullanılan araç ve gereçleri, mutfağın konumunu, mimarisini, yemek törenlerini ve bu çerçevede geliştirilen inanç ve uygulamaları ifade eden bir tanımdır (Altundağ, 2018).

1.4. Yöresel Yemek

Yöresel yemek olarak adlandırılan lezzetler, ortaya çıktıkları ve tanındıkları bölgelerde gelenek haline gelmiş, kültüre yerleşmiş ve yöre halkı tarafından diğer yemeklere nazaran üstün tutulan yiyeceklerdir (Demircan, Dalgın ve Coşkun, 2021). Her bölgenin

sahip olduğu yöresel yemeklerin diğer yemeklerden üstün tutulmasında bölgenin geçmiş yaşantısında yaşamış olduğu bir olaya dayandığı belirtilmektedir (Büyüksalvarcı, Şapıcılar ve Yılmaz, 2016). Tanıma ek olarak yöreyi ziyaret eden insanlar tarafından, bölgenin kendine has niteliğine katkı sağlama noktasında dikkat çekici bir unsurdur. Yöresel yemeklerin ortaya çıkışında coğrafi konum, üretim şekli, tarihsel gelişmeler, ekonomik ve kültürel ilişkiler, inançlar gibi pek çok faktör etkili olabilmektedir (Demircan, Dalgın ve Coşkun, 2021).

Yöresel yemeklerin yöreye özgü teknik ve kendilerine özgü sunumlarıyla servis edilmesi, yöresel mutfağı diğer mutfaklardan ayıran en önemli özelliğdir. Ayrıca bu özelliğiyle birlikte yöresel yemekler ve yöresel yemek servisi yapan işletmeler turistler açısından merak unsuru oluşturduğu için daha çok tercih edilmektedir (Erdem, Mızrak ve Kemer, 2018). Yöresel ürünlerin daha sağlıklı ve daha güvenilir olması sebebiyle satın alma isteği uyandırmaktadır (Erdem, Mızrak ve Kemer, 2018). Bu sayede yöre halkı ve bölge kalkınarak sürdürülebilirliğini devam ettirebilir. Ayrıca yöresel mutfakların restoranların menülerinde yer verilmesi, kültürel kimliğin unutulmaması ve yeni neslin bu mutfakları benimsemesine fayda sağlamaktadır (Saçılı, 2020).

1.5. Safranbolu Mutfağı

Paleolitik zamana kadar uzanan bir geçmişe sahip olan Safranbolu, birçok medeniyete ev sahipliği yapmış önemli bir Osmanlı kentidir. Tarihi süreç boyunca kendi kimliğini özenle saklayarak koruyan Safranbolu, kısıtlı yemek çeşitliliğine sahip olmasının yanı sıra zengin malzemelerle değerleri ve lezzetli bir mutfağa sahiptir (Altundağ, 2018). Safranbolu mutfağı iki farklı grupta sınıflandırılmaktadır. Bunların birincisi Safranbolu'da 10. yy itibarıyla varlığını sürdüren Türkmenlerin yemekleri, ikincisi ise Anadolu'nun sahip olduğu yerli halk mutfağıdır (Canbulat, 2017).

Safranbolu mutfağına ait olan bazı yöresel yemeklerin arasında gözleme, kuyu kebabı, bükme, yayım, göbü, kara mancar, katlaç, peruhi, su böreği, etli yaprak dolması, ev baklavası, safranlı zerde, safranlı aşure, haluşka ve lokum yer almaktadır (Yıldız, 2007).

Safranbolu'nun mutfak kültürü genel olarak hamur işleri ve tatlılardan oluşmaktadır. Osmanlı döneminde birlikte yaşayan Türkler ve Rumlar aralarında kültür ve yemek alışverişi yapmışlardır. Bu lezzetlerin başında peruhi ilk akla gelen yemeklerdendir. Peruhi de bir çeşit Rum mantısıdır. Türklere miras olarak kalmıştır ve etkisi hala farklı yörelerde de sürmektedir. Peruhi muska şeklinde katlanmaktadır ve bol tereyağı ile servis edilir. Yöresel bir lezzet olan peruhi genellikle pazar günleri öğle yemeğine ve akşam yemeğinde tüketilmek için yapılır. Peruhi yapılışı zahmetli olduğu için kalabalıkta yapılan bir yemektir. Kesme ve iç harç doldurma esnasında yardımlaşma şeklinde yapılır. Peruhi özellikle pazar günü dedelerin, babaların, aile büyüklerinin evde olduğu zaman tüketilmektedir (Safranbolu Kültür ve Turizm Vakfı, 2018).

2.Yöntem

2.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Peruhi, Safranbolu’nun geleneksel yöntemlerle yıllardır yapılan bir hamur işi yemeğidir. Tarihi çarşıda hemen hemen bütün turistik yiyecek işletmelerinde, yöresel restoranlarında servisi yapılan bir lezzettir. Bu çalışmanın amacı peruhi yemeğinin yöre halkının yardımı ile standart reçetesinin oluşturularak pişirme tekniklerinde görülen bozulmaların ve bazı bireylerin peruhi yemeğini kendi yorumları ile yapmaya çalışmaları sonucu yapılaşındaki bozulmaların engellenerek gelecek nesillere doğru bir şekilde aktarabilmek ve unutulmamasını sağlamaktır. Bu çalışma ile Peruhi yemeğinin atalarımızdan yöreye miras kalan orijinal halinin yöre halkından elde edilen bilgilerle ortaya çıkartılarak standart reçetesinin ortaya koyulması planlanmıştır. Bu kapsamda peruhi yemeğinin Standart Reçetesi oluşturulurken; yemeğin pişirme araçlarını ve tekniklerini, yemekte kullanılan malzeme türlerini, yemeğin hangi gruba ait olduğunu, yiyeceğin maliyetini, hazırlık ve pişirme süresini, gramajı hakkında en ince ayrıntısına kadar incelenmiştir. Bu oluşturulan reçete ile tat, görünüm, lezzet gibi özelliklerin sürdürülebilir kılınması yöresel mutfakların devamında önemli bir rol üstlenmektedir. Daha önce peruhi yemeği üzerine bu denli akademik bir çalışmanın olmaması ve ileride yöresel bir lezzet olan peruhinin coğrafi işaret almasında öncülük edilebilirliği açısından bu çalışma önemlidir.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırma verilerinin direkt olarak katılımcıların görüşleri ile elde edilmesinin amaçlanması çalışmanın nitel araştırma ile gerçekleştirilmesini gerekli kılmıştır. Ayrıca araştırma kapsamında yer alan katılımcıların sınırlı sayıda olması nicel yöntemlerin tercih edilmesine uygun görülmemiştir. Çalışma UNESCO Kültür miras şehri olan eski Safranbolu çarşısındaki peruhi yemeği yapan işletmelerle Mart–Haziran 2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini Safranbolu ilçesinde peruhi yemeği yapan işletme personeli oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Aracı ve Verilerin Toplanması

Nitel veri toplama yöntemi ile gerçekleştirilen bu çalışma, yarı yapılandırılmış mülakat yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Nitel vaka çalışmasının en temel özelliği, bir veya daha fazla durumu derinlemesine incelemektir. Nitel veri analizi, araştırması yapılan veriyle ilgili anlam yüklemek ve veri setinde neyin temsil edildiğine dair açıklamalar geliştirmek amacıyla yapılan bir yorumlama ve sınıflandırma sürecidir (Çelik, Başer Baykal ve Kılıç Memur, 2020). Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan yarı yapılandırılmış mülakat formu Kaya ve Seçim tarafından 2021 tarihinde yapmış oldukları çalışma sorularından yararlanılarak ve araştırmacılar tarafından ilgili literatür incelenerek hazırlanmıştır. Nitel araştırmalarda araştırmanın güvenilirlik ve geçerliliğine yönelik sonuçların doğruluğu, yetkinlik ve inanılabilirliği ifadelerini kullanmak daha uygun olmaktadır (Başkale, 2016). Başkale (2016) üçgenleme tekniğini “iki ya da daha fazla veri toplama yönteminin (örneğin, görüşmeler ve gözlemler) ya da

iki ya da daha fazla veri kaynağının (örneğin, farklı grup üyeleriyle bireysel görüşmeler) sonuçlarının karşılaştırılması” olarak tanımlamıştır. Bu kapsamda araştırmada güvenilirlik ve geçerliliğin sağlanması için veri kaynaklı üçgenleme tekniği kullanılmıştır. Katılımcıların peruhi hakkında verdikleri bilgiler karşılaştırılmıştır, veriler arasındaki tutarlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Peruhi yemeği hakkında bilgi sahibi olan katılımcılar ile yapılan mülakat görüşmesinde verilerin kaybolmaması ve daha sonra verilerin analizi yapılırken kullanılacak olması adına ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Her katılımcıya birer kod verilerek sırasıyla K1, K2...olarak adlandırılmışlardır. Ses kayıt cihazı kullanılacağı katılımcılara bildirilerek görüşmeler sonunda elde edilen veriler çalışmaya aktarılmadan önce kendilerine yazıya dönüştürülmüş formatlarının gönderileceği belirtilmiştir. Bu şekilde katılımcıların çekingenlik, baskı, tedirginlik göstermelerinin önüne geçilmiştir. Daha sonra ses kayıtları bilgisayar ortamında yazılı hale getirilmiştir. Katılımcıların mülakat verilerini incelemeleri sağlanarak verilerin eksiksiz olması, yapılan görüşme çıktılarındaki güvenin sağlanması ve analizin yeterliliği katılımcı onayı sonucunda çalışmaya aktarılmıştır. Literatür incelemesi neticesinde alanında uzman kişilerin görüşleri dikkate alınarak yenilenen mülakat sorularının ilk bölümünde katılımcı yöneticilerin demografik özelliklerini (adı soyadı, doğum tarihi, kuruluştaki hizmet süresi, mesleği) saptamak adına 4 tanımlayıcı soru yer almaktadır. Mülakatın ikinci bölümünde ise peruhi yemeği hakkında genel bilgilerin edinilmesi için Araştırma Karabük ili Safranbolu ilçesi tarihi çarşı bölgesinde faaliyet gösteren 8 işletme çalışanına yöneltilen 12 soru yer almaktadır. Katılımcılara yöneltilen sorular aşağıda yer almaktadır:

1. Peruhi yemeğinin tarihçesi hakkında bilginiz var mı?
2. Peruhi yemeğinin yapısal özelliği nasıl olmalıdır? Peruhi yemeğinin yapımında kullanılan ve içine koyulan malzemeler hakkında bilgi verir misiniz?
3. Peruhi yemeğinin standart reçetesi var mı? Size göre nasıl olmalıdır?
4. Peruhi yemeğinin hazırlanması ve pişirilmesinde kullanılan yakıt ve ekipmanlar nelerdir?
5. Peruhi yemeğini hazırlarken dikkat edilmesi gereken en önemli nokta nedir?
6. Peruhi yemeği nasıl servis edilmelidir?
7. Peruhi yemeği kaç farklı çeşitte yapılmaktadır? En çok hangi çeşidine talep olmaktadır?
8. Peruhi yemeği hangi öğün/öğünlerde tüketilmektedir?
9. Peruhi yemeğini en çok hangi kitle tercih etmektedir?
10. Peruhi yemeği Karabük/Safranbolu dışında da tüketilmekte midir? Tüketiliyorsa nereler?
11. Peruhi yemeğinin başka isimleri de bulunmakta mıdır?
12. Peruhi yemeği bir mantı mıdır?

Araştırma verilerinin analiz edilmesinde betimsel ve içerik analiz yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz; görüşme gerçekleştirilen katılımcıların görüşlerini dikkatli bir şekilde aktarabilmek için doğrudan alıntılar kullanıldığı, elde bulunan verilerin önceden belirlenen temalar esas alınarak özetlenip yorumlandığı ve görüşme

sonunda elde edilen sonuçların sebep-sonuç ilişkisi kapsamında yorumlandığı analiz tekniğidir (Altunay, Oral ve Yalçınkaya, 2014). İçerik analizi nitel veri analizinin son basamağı ve betimsel analizin daha derin daha kapsamlı bir halidir. Betimsel analiz ile anlamlandırdığımız veriyi son aşamada karşılaştırmalı olarak araştırmacının kendi yorumlarını da dahil ederek yorumlamasıdır. İçerik analizinde güvenilirliğin saptanması için katılımcıların sorulara verdikleri yanıtların tutarlılığına bakılmaktadır (Günbayı, 2019).

3. BULGULAR

Araştırma Safranbolu ili kapsamında 1 otel işletmecisi, 2 esnaf, 2 lokanta işletmecisi, 1 kafe işletmecisi, 2 restoran çalışanı olmak üzere toplan 8 kişinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Özellikler

Katılımcı Kodu	Katılımcı Adı / Soyadı	Doğum Tarihi	Mesleği	Peruhi Yapımındaki Tecrübesi
K1	O.G.	1980	Esnaf	16 sene
K2	S. G.	1987	Otel İşletmecisi	10 sene
K3	B.C.	1975	Restoran Çalışanı	4 sene
K4	N.Y.	1975	Esnaf	15 sene
K5	S.V.	2002	Restoran Çalışanı / Öğrenci	2 sene
K6	H.Y.	1966	Restoran İşletmecisi	13 sene
K7	N. K.	1967	Restoran İşletmecisi	20 sene
K8	Ö.S.	1977	Kafe İşletmecisi	10 sene

Katılımcıların vermiş oldukları ifadeler kapsamında peruhi yemeğinin tarihçesi, yapısal özelliği, iç harcında kullanılan malzemeleri, standart reçetesinin var olup olmadığı, hazırlık ve pişirme aşamalarında kullanılan ekipmanları, hazırlık aşamasında dikkat edilmesi gereken noktaları, servis edilmesi, kaç farklı çeşidi olduğu, hangi öğünlerde ve hangi kitle tarafından tüketildiği, Safranbolu çevresi dışında tüketilip tüketilmediği, başka isimlerinin varlığı ve mantı olarak adlandırılıp adlandırılmadığı konularında bilgilere ulaşılmıştır. Bu bilgiler başlıklar altında sunulmuştur.

3.1. Peruhinin Tarihçesi

Peruhi yemeğinin tarihçesine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda değerlendirdiğimizde peruhi yemeği tarih olarak çok geçmişe uzanan net olarak tarihi bilinmeyen asırlık bir lezzettir. Günümüze kadar genel olarak babaanne ve anneanne gibi büyüklerimizin yaptığı yöresel bir yemek olarak yapılmıştır. Fakat günümüzde özellikle Safranbolu eski çarşıda konak ve yiyecek içecek işletmelerinde de yapılmaktadır. Ayrıca bazı kaynaklarda peruhi yemeğinin Rumlardan miras kaldığı söylenmektedir. Bu bilgi katılımcılardan aldığımız yanıtlarla da örtüştüğü görülmektedir.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğinin tarihçesi hakkında bilginiz var mı?” sorusu yöneltilmiş ve cevaplar alınmıştır. Verilen cevaplar birbirleri ile benzerlik göstermektedir. Katılımcılar genel olarak peruhi yemeğinin tarihçesi hakkında çok fazla bilgiye sahip olmadıklarını ama anneanneleri, babaanneleri ve ataları tarafından bu yemeğin hazırlanıp tüketildiğini, Osmanlıdan miras kalan bir lezzet olduğunu ifade etmişlerdir. Diğer katılımcılara ek olarak (K7) “Peruhi yemeğinin tarihçesi hakkında çok bilgim yok. Ben 54 yaşındayım ve kendimi bildim bileli her ramazan ayında sahurda peruhi yemeğini hazırlayıp pişirirdik ve ertesi güne kadar tok tutsun diye yerdik. Peruhi kulağa Türkçe değilmiş gibi gelmektedir. Sanırım 1926 yılında Safranbolu'da mübadele ile Kıran köyünde Rumlar yaşamışlar. Peruhi yemeğinin onlardan kaldığını düşünüyorum” şeklinde belirtmiştir.

3.2. Peruhinin Yapısal Özelliği ve İçerisine Konulan Malzemeler

Peruhi yemeğinin yapısal özelliği ve içerisine konulan malzemelere yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda değerlendirdiğimizde peruhi yemeği; yoğurulacak hamurun tuz, un, yumurta kullanılarak elde edildiği ve sert kıvamlı bir hamur olduğu ve iç harç için kullanılması gereken malzemeler katı kıvamı sağlayacak torba yoğurdu kullanıldığı, lezzetlendirmesi için bol miktarda kuru nane ile karıştırıldığı görülmektedir. Literatür taraması ve katılımcılardan alınan yanıtların örtüştüğü görülmektedir.

Tüm katılımcılara, “Peruhi yemeğinin yapısal özelliği nasıl olmalıdır? Peruhi yemeğinin yapımında kullanılan ve içine koyulan malzemeler hakkında bilgi verir misiniz?” soruları yöneltilmiştir. Katılımcıların vermiş oldukları cevaplar benzerlik göstermektedir. Verilen ifadelerle bakılarak peruhi yemeğinin elde edilebilmesi için yumurta, tuz ve su kullanılarak mantı hamuru kıvamında bir elde edilmelidir. Çünkü peruhi yemeği mantıgiller grubunda yer almaktadır. Hazırlanan hamur pezi şeklinde ayrılarak açılmalıdır. Bu noktada hamurun ne çok ince ne çok kalın açılmaması gerekmektedir. Aksi takdirde hamur pişme esnasında eriyebilir veya çığ kalabilir. Açılan hamur masada açılarak kare parçalar halinde kesilmeli ve içerisine torba yoğurdu ve nane karıştırılarak elde edilen iç harç eklenmelidir. Sonrasında hamur parçaları muska şeklinde kapatılmalıdır. Pişirmek için tencerede sıcak su hazırlanır ve 10-15 dakikada pişirilir. Pişen hamurlar süzdürülerek tabağa konulur. Üzerine kızdırılmış tereyağı ve nane ilave edilerek servis edilir.

3.3. Peruhinin Standart Reçetesi

Standart Reçetesi oluşturulurken; yemeğin pişirme araçlarını ve tekniklerini, yemekte kullanılan malzeme türlerini, yemeğin hangi gruba ait olduğunu, yiyeceğin maliyetini, hazırlık ve pişirme süresini, gramajı hakkında en ince ayrıntısına kadar literatür taraması ve katılımcılardan elde edilen bilgilerden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda yöre halkı tarafından kullanılan malzemelerin standart olduğu fakat ölçü bakımından standart bir tarifin olmadığı görülmüştür. Araştırma kapsamında ulaşılan tariflerin tekrardan derlenip denenmesiyle standart bir reçete oluşturulmuştur.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğinin standart reçetesi var mı? Size göre nasıl olmalıdır?” soruları yöneltilmiştir. Katılımcıların vermiş oldukları cevaplar arasında benzerlikler ve farklılıklar bulunmaktadır. Benzer olan cevaplar göz önünde bulundurulduğunda peruhi yemeğine ait standart bir reçete olduğu ifade edilmiştir. Standart reçete kapsamında hamur için gerekli olan malzemelerin kaliteli olması ve yeterli miktarlarda kullanılmış olması gerekmektedir. Açılıp kesilecek olan hamurların orta incelikte olması istenmektedir. Ayrıca Safranbolu peruhisinin yapımı esnasında kesilen karelerin boyutu Safranbolulular için çok önem arz etmektedir. Son olarak iç harçta kullanılacak olan malzemelerin torba yoğurdu ve nane kullanılarak elde edilmesi çok önemlidir. Katılımcılar arasında farklı cevaplar veren K4 ve K5; peruhi yemeğinin standart bir reçetesi bulunmadığını yemeği yapan kişinin el lezzeti ve istekleri doğrultusunda yemeğin şekillendiğini ifade etmişlerdir.

3.4. Peruhi Yemeğinin Hazırlanmasında ve Pişirilmesinde Kullanılan Yakıt ve Ekipmanlar

Peruhi yemeğinin hazırlık aşamasında kullanılacak ekipmanları oklava, sofrta ve hamur kesici aletlerine ihtiyaç duyulmuştur. Pişirme aşamasında odun ocak ve aygaz tercih edilebilmekte ancak sıcak su içerisinde piştiği için her türlü ısı yöntemi yardımıyla da pişirilebilir. Peruhi yemeğinin pişirilmesinde eski tip odun ocaklarının kullanılması lezzet ve görünüm açısından daha uygun olduğu görülmektedir.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğinin hazırlanması ve pişirilmesinde kullanılan yakıt ve ekipmanlar nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen cevaplara bakıldığında bazı cevaplar arasında benzerlik bulunduğu kanaat getirilmiştir. Benzerlik gösteren cevaplar göz önünde bulundurulduğunda peruhi yemeğinin hazırlanması aşamasında sofrta, oklava, hamur keseceği ve yastaağaç olarak adlandırılan aletler kullanılmaktadır. Ayrıca hamurun açılması için muhakkak oklavanın gerekli olduğunu merdane kullanılarak açılmadığı belirtilmiştir. Peruhi yemeğinin pişirilmesi esnasında daha önceki dönemlerde ocak kullanıldığı fakat sonraki dönemlerde aygaz ya da doğalgaz kullanılarak kaynamış suda pişirildiği ifade edilmektedir. Pişirme esnasında kullanılacak olan ısı yönteminin olanaklara göre değişiklik gösterebileceğine kanaat getirilmiştir.

3.5. Peruhi Yemeğini Hazırlarken Dikkat Edilmesi Gereken En Önemli Nokta

Peruhi yemeğini hazırlarken dikkat edilmesine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda değerlendirdiğimizde peruhi yemeği hamurunun çok pişmemesi ve elde edilen hamurun çok kalın olmaması gerektiği sonucuna varılmıştır.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğini hazırlarken dikkat edilmesi gereken en önemli nokta nedir?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen cevaplar kendi aralarında benzerdir. İfadelere bakıldığında peruhi yemeğinin hazırlık aşamasında dikkat edilecek en önemli noktaların; hamurun çok pişmemesinin gerekli olduğu aksi takdirde hamurun açılacağı, yoğurulan hamurun kulak memesi kıvamında olması, açılacak olan hamurun çok kalın

olmaması gerektiği, iç harç olarak kullanılacak yoğurdun çok cıvık ve çok katı olmaması gerektiği ifade edilmiştir.

3.6. Peruhinin Servis Edilmesi

Peruhi yemeğini servis edilmesine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda peruhi yemeği için pişirilen hamurların süzdürülerek düz bir servis tabağına konduğu ve üzerine kızmış tereyağı ile kuru nane eklendiği sonucuna varılmıştır.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeği nasıl servis edilmelidir?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen cevaplar arasında tutarlı bir benzerlik bulunmaktadır. Katılımcıların vermiş oldukları ifadelerle bakılarak peruhi yemeğinin hamur işi grubunda yer aldığı göz önünde bulundurularak sıcak ve hızlı bir şekilde tüketilmesi gerektiği belirtilmiştir. Süzdürülen hamurlar her müşteri için ayrı ayrı olacak şekilde servis tabaklarına konularak üzerine bol miktarda kızdırılmış tereyağı ve kuru nane eklenerek servis edilir. Farklı cevaplar incelendiğinde; K2; ev ortamında hazırlanan peruhi yemeğinin borcamlarda bol tereyağı ve nane ilave edilerek servis edildiğini, K4; eski dönemlerde tepsi kullanılarak servis edildiğini, K7; Safranbolu halkının hafif sulu olacak şekilde tüketmeyi sevdiğini bu nedenle çukur tabak kullanılarak servis edildiğini, K8; ise eski dönemlerde bakır taslar kullanılarak servis edildiğini ifade etmektedir.

3.7. Peruhinin Farklı Çeşitlerde Yapılması ve En Çok Tercih Edilen Çeşidi

Peruhi yemeğinin farklı çeşitlerde yapılması ve en çok tercih edilen çeşidine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda değerlendirdiğimizde peruhi yemeğinin tek çeşitte yapılmaktadır ve kendine özgü bir lezzeti vardır.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeği kaç farklı çeşitte yapılmaktadır? En çok talep hangi çeşidine olmaktadır?” soruları yöneltilmiştir. Verilen ifadeler göz önünde bulundurulduğunda genel olarak peruhi yemeğinin tek çeşitte yapıldığı, bu çeşitte kullanılan iç harcın torba yoğurdu ve nane kullanılarak elde edildiği ve üzerine kızmış tereyağı ve kuru nane ilave edilerek servis edildiği belirtilmektedir. K1; müşterilerin istekleri doğrultusunda servis aşamasında yoğurt sosu eklendiğini ifade etmektedir. K2, K5 ve K8; Safranbolu’da tek çeşit peruhi yapıldığını fakat köylerde ya da yakın bölgelerde iç harcında kullanılan torba yoğurdu ve kuru nane yerine farklı malzemeler kullanıldığını ifade etmektedir.

3.8. Peruhinin Öğün Olarak Tüketildiği Zamanlar

Peruhi yemeği öğle ve akşam öğünlerinde özellikle tüm hane halkının evde olduğu kalabalık zamanlarda tüketildiği söylenilebilir. Ayrıca hamur işi kategorisinde ve yağlı bir yemek olduğu için öğle ve akşam öğünlerinde tüketilmesinin daha uygun olacağı (Safranbolu Kültür ve Turizm Vakfı, 2018) söylenebilir.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeği hangi öğün/öğünlerde tüketilmektedir?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen ifadeler benzerlik göstermektedir. Bu doğrultuda peruhi yemeği hamur işi olarak gruplandırıldığı için ağır bir yemek olduğu için daha çok öğle ve isteğe göre akşam öğünlerinde tüketilirse daha uygun olacağı ifade edilmiştir. Ayrıca (K4) “Genellikle akşam öğününde, beş çayında ve misafir sofralarında, kalabalık ortamlarda daha fazla tüketilmektedir” şeklinde yanıtlamıştır.

3.9. Peruhiyi En Çok Tüketen Kitle

Peruhi yemeğini en çok tüketen kitleye yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda peruhi yemeğini her yaş grubunda bulunan kişiler tarafından tüketilebileceği, herhangi bir sınırlama yapılmasının uygun olmayacağı sonucuna varılmıştır. Her yaş grubunca tüketilmektedir.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğini en çok hangi kitle tercih etmektedir?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen ifadeler birbirleri ile benzerlik göstermektedir. Bu doğrultuda peruhi yemeğinin tüketen kitlenin sınırlandırılmasının uygun olmadığını fakat anneannelerimizin ve dedelerimizin içerisinde bulunduğu 50-70 yaş aralığındaki yaşlı kesimin severek tükettikleri ifade edilmiştir. Buna nazaran 50-70 yaş aralığında olan veya olmayan tüm insanlar tarafından sevilerek tüketilen bir yemektir. K1 ve K3; Safranbolu’ya gelen misafirlerin gerek internet platformlarında gerek ilde gezerken denk gelerek merak ettiği için tükettiği belirtilmiştir.

3.10. Peruhi Yemeğinin Karabük/Safranbolu İlleri Dışında Tüketildiği Yerler

Peruhi yemeğinin hangi illerde tüketildiğine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda peruhi yemeği Safranbolu dışında Kastamonu, Bartın ve Zonguldak gibi yakın çevrelerde de tüketilmektedir. Kastamonu’da peruhi “kaypak” olarak bilinmektedir (Mutfak Tüyoları, 2019).

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeği Karabük/Safranbolu dışında tüketilmekte midir? Tüketiliyorsa nereler?” soruları yöneltilmiştir. Benzerlik gösteren cevaplara bakıldığında Anadolu kültürüne ait bir yemek olduğu için Safranbolu ve çevresinde bulunan Kastamonu, Zonguldak, Bartın ve Çaycuma gibi birçok yerde bilinip tüketildiği ifade edilmiştir. K2, K5 ve K7; bu konu hakkında bilgi sahibi olmadıklarını fakat pek çok yerde tüketilebilecek bir yemek olduğunu belirtmişlerdir.

3.11. Peruhi Yemeğinin Bilinen Diğer İsimleri

Peruhi yemeğinin diğer isimlerine yönelik literatür taraması ve katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda peruhinin diğer isimleri muska, kaypak, peruhi, peruşke, peruşka ve piruska olarak kullanılabilirdiği görülmektedir. Katılımcıların cevapları ile örtüşmektedir.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeğinin başka isimleri de bulunmakta mıdır?” sorusu yöneltilmiştir. Benzerlik gösteren cevaplarda peruhi yemeğinin peruhi ismi dışında peruşke, peruşka ve piruska olarak adlandırıldığı söylenmektedir. K1; kulaklı mantı

olarak adlandırıldığını, K3; çene çarpan, kulaklı makarna ve kömüş dili olarak bilindiğini, K6; kaypak olarak adlandırıldığını K7; pirihor ve piruh olarak bilindiğini ifade etmektedir.

3.12 Peruhi Yemeği Mantı Mıdır?

Yapı ve kullanılan malzeme açısından değerlendirildiğinde peruhi yemeğinin mantı olup olmadığı noktasında peruhi yemeğinin bir mantı olduğunu ifade edebiliriz.

Tüm katılımcılara “Peruhi yemeği bir mantı mıdır?” sorusu yöneltilmiştir. Verilen cevaplar arasında benzerlik bulunmaktadır. İfadelere bakıldığında peruhi yemeğinin mantıgillerden olduğunu ve iç harçta kıyma yerine yoğurt ve nane kullanıldığını bu sebeple mantının peynirli bir versiyonu olarak adlandırılabilceğini ifade etmişlerdir.

Sonuç ve Değerlendirme

Bir bölgenin yöresel mutfağı o bölgeye özgü olan; yiyecek-içeceklerden, pişirme tekniklerinden, mutfak ekipmanlarından, gelenek-göreneklerden ve sofrada adabı gibi faktörlerden oluşmaktadır. Her bölgenin iklimi, coğrafi özellikleri, ekonomi faaliyetleri, tüketimi ve üretimi yapılan yiyecekleri gibi faktörler farklılık göstermektedir. Bu sayede her yerin kendisine özgü mutfağı şekillenebilmektedir.

Kendi sınırları içerisinde konumlanan ve az malzemeye sahip olsa dahi 100 çeşitten fazla yemeğiyle birlikte zengin bir mutfak çeşitliliğine sahip olan Safranbolu mutfağının kökeni eskilere dayanmaktadır. Peruhi yemeği de zengin mutfağın bir parçası olan yöresel bir yemektir. Peruhi yemeği Safranbolu ve çevresinde tüketimi yapılan, farklı farklı isimlerde de bilinen bir hamur işidir. Peruhi yemeğinin geçmişi hakkında kesin bir bilgiye sahip olunmasa bile Safranbolu mutfağında çok uzun yıllar boyunca tüketimi yapıldığı bilinmektedir.

Peruhi yemeği, un, yumurta, tuz ve su kullanılarak hazırlanan sert yapılı hamurun oklava yardımıyla açılıp 5 cm boyutlarda kare şeklinde kesilerek, içerisine torba yoğurdu olarak adlandırılan köy süzme yoğurdu ve kuru nane karıştırılarak elde edilen iç harcın eklenip muska şeklinde kapatılmasıyla elde edilen hamurların ocak üzerinde kaynayan suda pişirilerek üzerine kızgın yağ ve nane gezdirilmesiyle servis edilen yöresel bir yemektir.

Peruhi yemeğinin yapımında tam olarak standart bir reçete bulunmamasıyla birlikte yemeği yapan her insanın kendisine ait bir tarifi bulunmaktadır ve bu doğrultuda yemek hazırlanır. Fakat püf noktaları genellikle aynıdır. Hazırlama aşamasında un, tuz, yumurta ve su eklenerek yoğurulan hamur pezi olarak parça parça ayrılır. Hamurun lezzetli ve kıvamlı olmasını sağlamak için önerilen yöntem her pezi için birer yumurta eklenerek açılması gerektirir. Açılan hamurun ortalama 2 mm kalınlığında olması gerekmektedir. Çok ince ya da çok kalın bir hamur elde edilmesi istenen bir durum değildir. Hamur açılarak 5 cm büyüklüğünde eşit kare parçalar kesilir. İç harç eklenerek üçgen muska halinde kapatılma işlemi yapılır. Pişirme işleminde tencere ve sıcak su kullanılmaktadır. Günümüzde genel olarak doğalgaz ya da aygaz kullanılarak pişirildiği belirtilmektedir. Fakat doğru olan ve lezzetini veren ocakta eski usullerde

pişirme yöntemidir. Pişme işleminde dikkat edilmesi gereken husus; hamurların sıcak su içerisinde çok fazla pişmesini engellemektir. Hamurlar uzun süre sıcak su içerisinde bırakılırsa hamurun yapısal özelliği değişir ve iç harçta kullanılan naneli yoğurt hamurun içinden pişme suyuna karışır. Bu durumda lezzetin bozulmasına sebep olur. Yeterince pişen hamurlar süzek yardımıyla sudan ayrıştırılmalı ve tabağa konulmalıdır. Sonrasında üzerine kızgın yağ ve nane dökülerek servis edilmelidir.

Peruhi yemeğinin bilinen tek çeşidi bulunmaktadır. Harici bir peruhide yalnızca iç harç değiştirilerek ya da sos olarak salça kullanılmasıyla servis edilmesi farklılık gösterebilmektedir.

Peruhi yemeğinin her öğünde her yaş grubundan insan tarafından tüketilebileceği belirtilebilir. Ancak hamur işi kategorisinde yer aldığı için genel olarak kahvaltı/gündüz öğünlerinde tüketimine çok sık rastlanmamaktadır. Daha çok öğle ve akşam öğünlerinde tüketilir.

Peruhi, Safranbolu ili dışında da tüketilmekte ve farklı isimlerde anılmaktadır. Fakat peruhi yemeği il yöresel lokantaları dışında çok fazla hazırlanmamaktadır ve geri planda kalmaktadır. Bu da yöresel yemeklerin unutulmasına yol açabilmektedir. Çünkü yeni nesil için bu yemek çok fazla tüketim seçeneği arasında bulunmamaktadır. Yöresel bir yemek olan Peruhi'nin unutulmaması ve devamlılığının sağlanabilmesi için bazı öneriler sunulabilmektedir. Bu öneriler arasında:

- Peruhi yemeğinin yalnızca yöresel lokantalarda değil restoran vb. işletmelerde de sunulan yemekler arasında yer alabilir.
- Safranbolu turizm açısından potansiyele sahip bir bölgedir. Bu nedenle tıpkı eski çarşıda halka servis edilen lokum gibi bir tanıtım standı oluşturabilir ve insanların tadım yapması sağlanabilir.
- Daha çok tanınabilmesi adına işletmelerde sıcak meze ikramı şeklinde servis edilebilir.
- Bölgede gerçekleştirilen yöresel ürün festivalleri vb. etkinliklerde peruhi yemeğinin yapımında başarılı olan ustalar getirilerek uygulama şeklinde yapımı gösterilip tadım yaptırılabilir.
- Peruhi yemeğinin tüketildiği çevre illerde sınırlı kalınmayıp diğer bölgelere de geçilerek tanıtımının yapılması.
- Akademik olarak peruhi yemeği hakkında herhangi bir çalışma yapılmamıştır yalnızca bazı makalelerde isim olarak geçmektedir.
- Peruhi yemeğin unutulmaması adına yapım aşamasından servisine kadar hemen görsel hem yazılı hem de sesli kayıt tutularak kayıtlar belgeler halinde saklanmalıdır.

Aşağıda çalışmamız kapsamında ortaya çıkartılan "Peruhi" yemeği reçetesi oluşturulmuştur.

Tablo 2: Peruhi yemeği reçetesi.

YEMEK REÇETESİ

8 Porsiyon

Reçete Adı : PERUHİ	Yemek Grup No:....
Porsiyon Ölçüsü : 300 gr	Hazırlık Süresi : 50 dk
Porsiyon Ölçü Aracı : Mutfak Tartısı	Piştirme Süresi : 20 dk
Piştirme Kabı ve Aracı : Tencere ve Kevgir	Total Ağırlık (kg) : 2.400 kg
Piştirme Tekniği : Haşlama	Porsiyon Maliyeti : 4 TL

İçindekiler	Brüt Miktar (gr)	Net Miktar (gr)	Ortalama Ölçü	Yapılışı	Süre	Notlar
S.yoğurt Nane Tuz Yumurta	150 gr	150 gr	1.5 b. 1 yk 1 çk 1 adet	Süzme yoğurdun içerisine tuz eklenerek karıştırılır. Bol kuru nane ilave edilerek karıştırılmaya devam edilir. Yumurta kırılır çırpılarak karışıma ilave edilir İç harç dinlenmeye bırakılır ve hamur yapımına geçilir.	5 dk	Peruhi yemeği suda haşlanma işlemiyle pişirileceği için iç harç hazırlanırken yoğurda bir miktar tuz eklenmelidir.
Un Yumurta Tuz Su	400 gr	400 gr	4sb. 2 adet 1 tk 1barda k	Un, tuz ve yumurta bir kap içerisinde karıştırılır. Azar azar su eklenerek kulak memesi yumuşaklığında hamur elde edilir. Hamur iki bezeye ayrılır. Bezelerin üzeri örtüyle kapatılır ve dinlendirilir. Yaslı ağaç üzerine un serpiştirilerek pazıların altı ve üstü un olacak şekilde unlama işlemi yapılır ve mantı hamuru kalınlığında oklava yardımıyla pazılar açılır. Yuvarlak yer sofrası üzerine açılan pazılar konularak kare kare şeritler halinde kesilir. Kesilen parçaların içerisine tam ortasına konumlanacak şekilde, hazırlanan iç harçlar eklenir. Hamurun bir ucundan diğer ucuna üçgen şeklinde kenarlarına bastırılarak kapatılır.	5 dk 10 dk 15 dk 15 dk	Hamura “sulu olursa un koy koyu olursa su koy” Pazılar en az 5 dk örtü arasında dinlenmiş olursa daha iyi açılır. Torba yoğurdu harcı koyulduktan sonra üçgen şekle getirilen hamurumuzun en uç kenarlarından bastırılır çünkü içerisinde az boşluk hava kalması lazım yoğurdun iyi pişmesi ve sert sert olmaması için.
Su				Odun ateşi ocak kazanında kaynamış olan suya perohiler atılır. Suya atıldığında üstte durmaları gerekmektedir bu sayede birbirlerine yapışması engellenir.	15 dk	
Tereyağı			2 yk	Pişen perohileri sudan süzülerek tabaklara alınır. Eritmiş olduğunuz tereyağını üzerinde gezdirin.	5 dk	

Peruhi özellikle Pazar günü dedelerin, babaların, aile büyüklerinin evde olduğu zaman tüketilmiştir.

Aşağıda çalışmamız kapsamında reçete denemesine ait resimler gösterilmiştir.



Resim 1 Torba yoğurdu, nane ve yumurta karışımı iç harç



Resim 2 Peruhi hamuru



Resim 3 Peruhi hamuruna iç harç ekleme



Resim 4 Hamurun katlanması



Resim 5 Tencere içerisinde Peruhinin pişirilmesi



Resim 6 Peruhinin pişmiş hali

Kaynakça

- Akdemir, N. Ve Selçuk, G. (2018). Yöresel mutfağın turizme kazandırılması ve bölgesel kalkınmaya katkısı: Sakarya ölçeğinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(Özel Sayı), 2033-2049.
- Akın, G., Özkoçak, V. ve Gültekin T. (2015). Geçmişten günümüze geleneksel Anadolu mutfak kültürünün gelişimi. *Antropoloji*, 30, 33-52.
- Altunay, E., Oral, G., ve Yalçınkaya, M. (2014). Eğitim kurumlarında mobbing uygulamalarına ilişkin nitel bir araştırma. *Sakarya University Journal of Education*, 4(1), 62-80.
- Altundağ, Ö. (2018). Turistlere sunulan yöresel yemeklerin makro ve mikrobesein ögesi içeriğinin sağlık boyutu: Safranbolu ilçesi örneği. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 16-28.
- Altunsaban, S.; Yay, Ö. ve Erdem, Ö. (2017). Yöresel Mutfak Kavramına İlişkin Şeflerin Bakış Açılarının Değerlendirilmesi, II. *Rize Turizm Sempozyumu*, Rize, Türkiye, 4-6 Kasım 2016, ss. 237-261.
- Artun, E. (2001). Adana'da töreler, adaklar, özel günlere ait inançlar, pratikler ve bunlara bağlı mutfak kültürü. *Milli Folklor*, (49), 27-37.
- Ayyıldız, S. (2019). Turistik konak işletmelerinde mutfağın fiziksel koşullarının önemi: Safranbolu yöresel mutfak mimarisi üzerine bir araştırma. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 610-625.
- Başkale, H. (2016). Nitel araştırmalarda geçerlik, güvenilirlik ve örneklem büyüklüğünün belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 9(1), 23-28.
- Bozok, D. ve Kahraman, K. (2015). Kırsal turizmde yöresel yemek kültürünün rolü: Balıkesir. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 5(1), 85-90.
- Büyükşalvarcı, A., Şapçılar, M. ve Yılmaz, G. (2016). Yöresel yemeklerin turizm işletmelerinde kullanılma durumu: Konya örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 4 (4), 165-181.
- Canbulat, İ. (2017). *Safranbolu şehir yemekleri*. T.C. Karabük Valiliği. Online: https://www.researchgate.net/profile/IbrahimCanbulat/publication/341205948_Safranbolu_Sehir_Yemekleri/links/5eb3fb7392851cbf7fadf98a/Safranbolu-Sehir-Yemekleri.pdf Erişim tarihi: 15.05.2022
- Çelik, H., Başer Baykal, N. ve Kılıç Memur, H. N. (2020). Nitel veri analizi ve temel ilkeleri. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education*, 8(1), 379-406. doi:10.14689/issn.2148-2624.1.8c.1s.16m
- Demircan, Ş., Dalgın, T. Ve Coşkun, G. (2021). Otel işletmelerinde yerel mutfak kültürü: Mardin örneği. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 365-378.
- Düzgün, E., Özkaya, F. (2015). Mezopotamya'dan günümüze mutfak kültürü. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3 (1), 41-47.
- Erdek, F. (2011). *Yiyecek içecek işletmelerinin pazarlama faaliyetlerinde yöresel mutfağın kullanımı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). T.C. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Trakya.
- Erdem, Ö., Mızrak, M. ve Kemer, A. (2018). Yöresel yemeklerin bölge restoranlarında kullanılma durumu: Mengen örneği. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-18.
- Güler, S. (2010). Türk mutfak kültürü ve yeme içme alışkanlıkları. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26, 1-7.
- Hatipoğlu, A., Batman, O. (2014). Saray Mutfağı'na ait gastronomik unsurların günümüz Türk mutfağı ile kıyaslanması. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 11 (2), 62-74.

- Işık, N., Kılıçarslan, A., Güldemir, O., Derin, D. ve Barı, N. (2017). İlgin mutfak kültürü ve yemekleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 86-94.
- Önçel, S. (2015). Türk mutfağı ve geleceğine ilişkin değerlendirmeler. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(4), 33-44.
- Saçılık, M. (2020). Yenilikçi mutfak akımlarının Türk mutfağı kapsamında uygulanabilirliği ve yerel mutfağın menülerde kullanılması ile ilgili görüşlerin belirlenmesi. *Turizm ve İşletmecilik Dergisi*, 1(1), 21-39.
- Serçeoğlu, N. (2014). Yöre halkının mutfak kültürünü tanıma durumunun tespit edilmesi: Erzurum ili örneğı. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(4), 36-46.
- Seyitoğlu, F. ve Çalışkan, O. (2014). Turizm literatüründe Türk mutfağı üzerine yapılan araştırmaların değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2(4), 23-35.
- Şengül, S. ve Türkay, O. (2016). Akdeniz mutfak kültürünün gastronomi turizmi bağlamında değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies 4(Özel)*, 86-99.
- Şengül, S. ve Türkay, O. (2016). Yöresel mutfak unsurlarının turizm destinasyonu seçimindeki rolü (Mudurnu örneğı). *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 12(29),1-26.
- Yavuz, M. ve Özkanlı, O. (2019). Yöresel yiyecek ve içeceklerin gastronomi turizmine etkileri: Gökçeada örneğı. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 5-23.
- Yetiş, Ş. (2020). Türk mutfak kültüründe bulgurun yeri ve önemi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 716-728.
- Yıldız, K. (2007). *Yöresel Lezzetlere Seyahat*. (MÜSİAD), Karabük (ss.198-200). İstanbul, Tavaslı.

İnternet Kaynakçası

- Günbayı, İ. (2019). Nitel inceleme veri analizi: Tema analizi, betimsel analiz, içerik analizi ve analitik genelleme. <http://www.nirvanasosyal.com/h-392-nitel-arastirmada-veri-analizi-tema-analizi-betimsel-analiz-icerik-analizi-ve-analitik-genelleme.html>. [Erişim Tarihi: 26.08.2022].
- Mutfak Tüyoları, (2019). Piruhi nedir? Bir Osmanlı yemeğı olan piruhi nasıl yapılır? <https://www.hurriyet.com.tr/lezizz/piruhi-nedir-bir-osmanli-yemegi-olan-piruhi-nasil-yapilir-41079009>. [Erişim Tarihi: 21.08.2022].
- Safranbolu Kültür ve Turizm Vakfı, (2018). <https://www.youtube.com/watch?v=aviZTc0Fzvo&t=121s>. [Erişim Tarihi: 11.07.2022].