

## Kahramanmaraş-Elbistan'da Geleneksel Olarak Yapılan Tarhana ve Tarhana Çorbası

İbrahim ALTUN<sup>1</sup>

**ÖZET:** Geleneksel ürünler toplumun kültürel zenginliğini ortaya koymasından dolayı oldukça önemlidir. Geleneksel ürünlerimizden olan tahıl ve yoğurt bazlı tarhana, laktik asit ve maya fermantasyonu ile üretilir. Tarhana, çok eski geçmişe sahip, kimi kaynaklara göre Orta Asya'da Türkler tarafından üretilip, kullanılan ve tarihi göçlerle dünyanın diğer bölgelerine tanıtılan bir üründür. Tarhana ülkemizde geniş bir alanda üretilip tüketilmektedir. Türkiye'de ana malzemenin (Tahıl-Yoğurt) içine konan farklı malzeme ve katkı maddeleri bakımından çok değişik tarhanalar üretilmektedir. Tarhana bileşim ve besin değeri açısından zengin bir yiyecektir. Tarhananın halkın damak zevkine uygun olması, kuru durumda oldukça uzun süre ve kolayca saklanabilmesi, üretiminin kolay, yaygın ve ekonomik olması, kolayca pişmesi ve bileşimindeki maddelerin beslenme açısından zengin ve önemli olması gibi özellikleri göz önüne alındığında, bu geleneksel gıdamız üzerinde daha fazla durulması gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bu derlemede Kahramanmaraş-Elbistan yöresinde geleneksel olarak yapılan tarhana ve tarhana çorbasının sunumu ve besin değeri ele alınacaktır. Bu makalenin özeti 24-26 Ekim 2013'de Makedonya'da yapılan uluslararası sempozyumun bildiri kitabının 492. sayfasında yayınlanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Geleneksel gıda, Kahramanmaraş-Elbistan tarhana ve tarhana çorbası

## Tarhana and Tarhana Soup That Traditionally Made in Kahramanmaraş-Elbistan

**ABSTRACT:** Traditional products are quite important to demonstrate the cultural richness of community. Being one of our conventional products, tarhana done with grain and yoghurt is produced by the fermentation of lactic acid and yeast. According to some sources having a very old history, Tarhana is a product that was produced and used by the Turks in Central Asia and introduced to other parts of the world with the historic migrations. Tarhana is produced and consumed in a wide range of our country. In Turkey, many kinds of tarhana is produced by adding a wide variety of different materials and additives in the base material (grain-Yogurt) of it. Tarhana is a rich food in the points of its composition and nutritional value. Thinking that being suit to the tastes of the people, easily be stored in the dry state and quite a long time, easy to manufacture, being common and economical, easy to cook and having rich and important features in terms of nutrition of substances in it, it appears that we need to focus more on our this traditional food. In this review, production of tarhana and tarhana soup traditionally made in Kahramanmaraş-Elbistan region will be discussed.

**Keywords:** Traditional Food, Tarhana and Tarhana Soup of Kahramanmaraş-Elbistan

<sup>1</sup> YYÜ Özalp MYO, Gıda İşletme, VAN, Türkiye  
Sorumlu yazar/Corresponding Author: Ibrahim ALTUN,altuni46@hotmail.com

## GİRİŞ

Toplumların yaşadığı bölgenin beslenmesinde önemli yer tutan ve o bölgeye özgü damak tadını gösteren pek çok geleneksel gıda ürünü vardır. Ülkemize özgü bu gıdaların imalatında fermantasyon tekniğinin yoğun bir şekilde kullanılması, Dünya’da ayrı bir konuma sahip olan Türk mutfağını zenginleştirmektedir (Tangüler ve Erten, 2009). Bir toplumun tarihsel süreç içinde ürettiği ve nesilden nesile aktardığı her türlü maddi ve manevi özelliklerin tamamına kültür denir. Kültür, bir toplumun kimliğini yansıtır, onu diğer toplumlardan farklı kılar (Karakaya ve Tiske, 2009). Türk Milleti, hem çok köklü bir tarihe hem de oldukça zengin bir kültürel dokuya sahiptir. Zengin olan kültürün bir alt unsuru olan beslenme kültürünün de benzer şekilde zengin olması doğaldır. Tarhana da bu zengin kültür içinde yer edinen iyi bir protein, vitamin, mineral kaynağı olduğundan, yetişkin ve çocukların beslenmesinde de yaygın olarak kullanılan geleneksel gıdalardan biridir. TS 2282’ye göre, tarhana “buğday unu, kırmısı, irmik veya bunların karışımı ile yoğurt, biber, tuz, soğan, domates, tat ve koku verici, sağlığa zararsız bitkisel maddelerin karıştırılıp yoğrulduktan ve fermente edildikten sonra kurutulması, öğütülmesi ve elenmesiyle elde edilen bir gıda maddesi” olarak tanımlanır (Anonymous, 1981; Tamer ve ark., 2006; Özdemir ve ark., 2012). Tarhana Türk mutfağında büyük bir yeri olan yoğurdun saklama şeklidir. Bunun eskiden Türklerin kurut dedikleri kışlık yiyecek çeşitlerinden biri olduğu bildirilmektedir (Mine, 1982). Bozulmayacak şekilde kurutulmuş tüm süt ürünlerine eskiden kurut adı verildiği bir gerçektir. Hayvansal ve bitkisel besin karışımı olan ve çoğunlukla bitkisel besinlerden yarma veya unla yapılan bu yiyecek yüksek değerli proteine sahiptir. Tarhana üretim yöntemi genellikle her ülkede veya bölgede aynı olmakla beraber (Özdemir ve ark., 2007; Güler, 1993), geleneklere ve alışkanlıklara göre üretimde kullanılan maddelerde küçük bazı değişiklikler görülebilir (Güler, 1993; Steinkraus, 1996; Güler ve Erten, 2009). Türkiye’de çeşitlilik gösteren malzemelerle yapılan değişik tarhana türleri bulunmaktadır. Un Tarhanası, Göce Tarhanası, İrmik Tarhanası, Karışık Tarhana, Domatesli Tarhana bunlardan bazılarıdır. Trakya’da yapılan tarhana çeşitlerinden biri olan kıymalı tarhana bu sınıflamaya göre un tarhanası grubuna girmektedir. Kıymalı tarhana bölge insanı ve Avrupalılar tarafından fazlaca bilinmemektedir. Bu nedenle fazla bilinmeyen Kıymalı Tarhana’nın unutulmaması yerli ve yabancı

gelecek nesillere ulaştırılması için daha çok gayret gösterilmelidir (Çakır ve ark., 2010). Tarhana, Türkler tarafından Orta Asya’dan bu yana tanınan ve sevilerek tüketilen, Moğollar tarafından Orta Doğu, Anadolu, Macaristan, Finlandiya ve Avrupa’ya göçlerle birlikte yayılmış, geleneksel bir gıdadır (Temiz ve Pirkul, 1990; Ertugay ve ark., 2000; İbanoğlu ve Maskan, 2002; Dayısoylu ve ark., 2004; Soltani ve ark., 2009). Son dönemlerde en az işlem görmüş, koruyucu kimyasal madde bulundurmeyen doğal gıdalara karşı artan tüketici istekleri alternatif gıda işleme ve muhafaza yöntemlerinin geliştirilmesini zorunlu kılmıştır. Bunlar arasında, fermantasyon biyoteknolojik bir üretim ve koruma metodu olarak büyük bir önem arz etmektedir. Fermente ürünlerin güvenli olmasının yanında zengin besleyici nitelikleri, tad ve aromaları da tüketilmelerini teşvik etmektedir (Dağlıoğlu ve ark., 2002; Erbaş ve ark., 2004). Fermantasyon ile gıda maddelerinin tekstürü, raf ömrü, aroması, besin değeri, güvenilirliği, pişirilmesi ve servis edilebilirliği iyileştirilmiş fermente gıdalar üretilmektedir (Mensah, 1997; Steinkraus, 2002). Fermente gıdalar, üretimlerinde kullanılan hammaddelerle karşılaştırıldığında, besleyici ve duyu özelliklerinin iyileştirilmesi, sindirilebilirliklerinin artması, herhangi bir koruyucu madde ilavesi olmaksızın uzun raf ömürlü olmaları ve daha çok katma değer oluşturmaları sebebiyle büyük öneme sahiptir (Tamer ve ark., 2004). Markalaşma ve pazarlama sürecini bekleyen geleneksel ürünlerimiz, ait oldukları bölgelerin kalkınması ve istihdam oluşturmaları için de fırsat niteliğindedir. Ancak en büyük eksiklik bu ürünlerin tanıtımının yetersiz olmasıdır. Aynı zamanda etiketlemeyle ilgili problemlerde engelleyici ve baskılayıcı bir durum oluşturmaktadır. Bu gıdalar üzerinde sistematik çalışmaların ve yasal düzenlemelerin yapılması geleneksel gıdalara olan ilginin artmasına yönelik destek sağlayacaktır (Trichopolou ve ark., 2006).

## TARHANA ÜRETİMİ

Dövme, Elbistan’da yazlık buğdayların değirmende dövülmesiyle elde edilir. Büyük bakır kazanlar saç ayakları üzerine konarak altı yakırlı kazanların yaklaşık 2/3’si 1/1 oranında su ve dövme ile doldurulur. Su kaynamaya başlayınca dövme kazana konulur. Lapa gibi bir duruma gelen dövmenin altından odunların bir kısmı çekilerek ateşin şiddeti

düşürülür. Bu arada tarhana küreği ile yavaş yavaş dövme karıştırılmaya başlanır. Karıştırma işleminin kendisine has bir özelliği vardır. Kürekler periyodik olarak ıslatılır ve karıştırmaya devam edilir. Dövme piştiğinde kazanın altından odunlar tamamen çekilir. Bir süre bu şekilde ateş közleri üzerinde daha iyi pişmesi sağlanır. Dövme ısınırken kazanların dip tutmaması için kürekleme işlemine devam edilir. Dövmelerin iyice piştiği anlaşılınca közler kazanların altından çekilir. Kazanların üzerleri kapatılarak pişmiş dövmelerin bir müddet kendi buharı ile pişmesi sağlanır. Bu arada karıştırmaya devam edilir. Dövmelerin pişme işlemi tamamlandıktan sonra düz bir yere serilen bezler üzerine serilir ve el yakmayacak şekilde soğutulur. Bu bölgede tarhana iki şekilde yapılmaktadır. 1.yöntem:

Yapılacak tarhana miktarına göre ayran plastik bidonlarda biriktirilir on günlük bekleme süresince üste çıkan su ara sıra alınır ve ayrana az miktarda tuz (100 kg ayrana 1kg tuz) katılır. Daha sonra yaklaşık 35 kg dövmeye, 10 kg un ve 20 lt bekletilmiş ayran ilave edilerek iyice karıştırılır. Karışım ıslatılmış bez torbalara konularak serilme zamanına (3-5 gün) kadar bekletilir. 2.yöntem: dövmeler önceden hazırlanmış yoğurda iyice karıştırılarak yoğrulur. Bu şekilde 3 veya 5 gün ıslatılmış bezlere konan bu karışımın üzeri kapatılarak serme zamanına kadar bekletilir. Sericiler topaç haline getirdikleri tarhanayı temiz bezler üzerine çığ köfte gibi sıkım yaparak sererler. Güneşin etkinliğine göre 3 veya 5 gün güneşte bekletilen tarhanalar uygun şekilde paketlenerek tüketime sunulur.



Şekil 1. Tarhana yapım ve pazarlama aşamaları

## TARHANA ÇORBASININ SUNUMU VE BESİN DEĞERİ

Yörede tarhana çorbası sevilerek tüketilen bir yemek çeşididir. Tarhana çorbası şu şekilde hazırlanıp servis edilmektedir. Yeterli miktarda tarhana 3-4 saat suda bekletildikten sonra iyice kaynatılır. Kaynatılan bu

karışıma pul biberli ve tereyağlı bir sos ilave edilerek servis edilir. Tarhana çorbası, yaş veya kuru tarhanadan yapılır. Diğer taraf dan, yöresel olarak tarhana öğütülmeden, ince tabaka veya topak şeklinde üretimi gerçekleştirildikten sonra çerez olarak ta tüketilebilir (Dağlıoğlu, 2000; Erbaş ve ark., 2005; Özdemir ve ark., 2007). Bugün geleneksel yemeklerimizin

başında gelen tarhana çorbası gerek çeşitleri ile gerekse ana malzemesi olan tarhananın farklı özelliklerde ve çeşitlerde üretilmesi ile mutfağımızın vazgeçilmezlerinden biri olarak kabul görür. Ancak bilinmelidir ki, Doğu Karadeniz’de yer alan Trabzon ve doğusu daha çok köyleri tarhanayı bilmez (Öztürk, Ö., 2005). Tarhana ve çorbası içerdiği besin değerleri sebebiyle aile ve toplum sağlığı için oldukça önemli bir yere sahiptir. Tarhana denilince akla ilk gelen yöre Uşak bunu öyle kabul etmiş ki, tarhana ve çorbasının içinde “18 doktor” olduğunu söylüyor. Bu hususta pek de haksız sayılmazlar. Bu üründe A, B, B1, B2, B6, C, D, E, K, N, vitaminleri ile kalsiyum, demir,

sodyum, potasyum, magnezyum, çinko, bakır, manganez gibi mineral maddeler ve çok sayıda amino asit bulundurmaktadır ( Aras, 2010; Özdemir ve ark., 2007; Dağlıoğlu, 2000; Anonymous, 1981). Tarhananın ana bileşeni olan un, esansiyel amino asitlerden lizin ve treonin amino asitleri açısından fakirdir. Bu nedenle de düşük kaliteli protein kaynağıdır. Diğer ana bileşen olan yoğurtta bu amino asitler yüksek oranda bulunmaktadır. Böylece tarhana ana bileşeni olan un ve yoğurt esansiyel amino asitler bakımından birbirini tamamlamakta ve daha yüksek kaliteli protein kaynağı olmaktadır (Özbilgin, 1983; Temiz ve Pirkul, 1991).



Şekil 2. Tarhana çorbasının sunum şekli

## SONUÇ

Ülkemizin, hemen hemen her bölgesinde üretilen tarhananın içerik ve üretim tekniğinde bölgesel bazı farklılıklara rastlanmakta ve farklı çeşitte tarhana üretilmektedir. Tarhana besin değeri ve bileşim bakımından zengin olması, iştah açıcı, bağırsak florasını düzenleyici ve sindiriminin kolay olmasından dolayı bebekler, çocuklar, yaşlılar, hastalar ve risk altındaki kişiler için cazip bir gıda maddesidir. Tarhananın halkın damak tadına uygun olması, suyunun büyük kısmı uçurulduğundan uzun süre ve kolayca muhafaza edilebilmesi, üretiminin kolay, yaygın ve ekonomik olması, bu geleneksel ürünümüz üzerinde daha çok araştırma yapılması ihtiyacını ortaya koymaktadır. Tarhananın kurutulmasında doğrudan güneş ışığına maruz bırakılmasının besin değeri kayıplarını artıracığı ve dolayısıyla besleyici değerinin

kaybolacağı unutulmamalıdır. Bu nedenle tarhananın gölgelikte veya üzeri örtülerek kurutulması için ilgili kurum ve kuruluşların yöre halkına eğitim vermesi önerilmektedir. Tarhana gibi geleneksel gıdalarda sağlık, güvenlik, maliyet, raf ömrü ve endüstriyel boyutta üretim gibi yeniliklerin geliştirilmesi bu ürünün sadece bölgesinde değil ulusal ve uluslar arası marketlerde yerlerini almaları için fırsat sağlanmalıdır. Geleneksel gıdaları geliştirmek için yapılan projeler desteklenmelidir. Tüketicilerin karşı çıkmadığı yenilikler, geleneksel gıdaların duyu özelliklerinde değişikliğe neden olmadan kalitesini iyileştiren yeniliklerdir. Halkımızın, bu denli besleyici ve sağlık üzerine olumlu pek çok etkisi olan tarhanayı daha çok tüketmesi için pazarlama ve reklam imkânlarının sağlanmasıyla günümüzün önemli bir sorunu olan yetersiz ve dengesiz beslenmeye karşı az da olsa bilinçlendirilmesi yönünde çalışmalar yapılmalıdır.

**KAYNAKLAR**

- Anonymous 1981. TSE Tarhana Standardı TS 2282. Türk Standartları Enstitüsü, Ankara.
- Aras A N 2010. Türk mutfak kültürü tarihinde tarhana ve tarhana çorbası. 1. Uluslar arası “Adriyatik’ten Kafkaslara’a Geleneksel Gıdalar” Sempozyumu. 15-17- Nisan, Tekirdağ, 441-443.
- Çakır A Çakır G Kolukıncık, C 2010. Trakya Tarhanası çeşitlerinden biri olan kıymalı Tarhana. The 1st International symposium on “Traditional foods from Adriatic to caucasus” 15-17 April. Tekirdağ/Turkey. 436-437.
- Dağlıoğlu O 2000. Tarhana as a traditional Turkish fermented cereal food. Its recipe, production and composition. *Nahrung*, 44(2): 85-88.
- Dağlıoğlu O Arıcı M Konyalı M Gümüş T 2002. Effects of tarhana fermentation and drying methods on the fate of *Escherichia coli* O157:H7 and *Staphylococcus aureus* European Food Research and Technology. 215 (6) 515-519.
- Dayısoylu K S Gezinç Y Duman A D Didin M 2004. Geleneksel Kahramanmaraş Tarhanasının kimi özellikleri ve beslenmedeki fonksiyonel önemi. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 23-24 Eylül, Van, 407-411.
- Erbaş, M., Certel, M., Uslu, M K 2004. Yaş ve kuru Tarhananın şeker içeriğine fermentasyon ve depolamanın etkisi. *Gıda*, 29 (4): 299-305.
- Erbaş M Certel M Uslu M.K., 2005. Mikrobiological and chemical properties of Tarhana during fermentation and storage as wet-sensorial properties of Tarhana soup. *LWT*, 38: 409-416.
- Ertugay MF Certel M Gürses A 2000. Moisture adsorption isotherms of Tarhana at 250C and 350C and the investigation of finess of various isotherm equation to moisture sorption data of Tarhana. *Journal of the Science of Food and Agriculture*. 80 (14), 2001-2004.
- Güler M B 1993. Çukurova bölgesi tarhanalarının üretim yöntemleri, özellikleri ve tarhana üretiminde soya unundan yararlanma olanakları üzerine bazı araştırmalar. Ç.Ü. Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek lisans Tezi, Adana, 1-14.
- Güler H Erten H 2009. Hububat bazlı geleneksel Türk fermente ürünü: Tarhana. II. Geleneksel gıdalar sempozyumu. 27-29 Mayıs, Van, 655.
- İbanoğlu Ş Maskan M 2002. Effect of cooking on the drying behaviour of Tarhana dough, a weat flour. yoghurt mixture. *Journal of Food Engineering* 54 (2), 119-123.
- Karakaya, M., Tiske, S. S., 2009. Et tarhanası. Geleneksel gıdalar sempozyumu. 27-29 Mayıs, Van, 108-110.
- Mensah P 1997. Fermentation- The Key to Food Safety Assurance in Africa. *Food Control*, 8: 271-278.
- Mine A 1982. “Türk Mutfağına Genel Bir Bakış” Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri 31 Ekim-1 Kasım 1981, Kültür ve Turizm Bakanlığı Seminer, Kongre Bildirileri Dizisi; 12, Ankara, 21.
- Özbilgin S 1983. The chemical and biological avaluation of tarhana supplemented with chickpea and lentil, PhD thesis. Cornell University, New York, USA.
- Özdemir S Göçmen D Kumral A Y 2007. A traditional Turkish fermented creal food: Tarhana. *Food reviews, international*, 23: 107-121.
- Özdemir N Alkan L B Çon A H 2012. Taze ve depolanmış Kastamonu yaş tarhanasının mikrobiyolojik kalitesi. *Alinteri* 23(B)-2012. 35-40. ISSN: 1307-3311.
- Öztürk Ö 2005. Karadeniz Ansiklopedik Sözlük, I. Cilt, Heyamola Yayınları, İstanbul, 287.
- Soltani M Çayır M S Güzeler N 2009. Tarhana üretimi ve özellikleri. II. Geleneksel gıdalar sempozyumu. 27-29 Mayıs, Van, 664.
- Steinkraus K H 1996. Handbook of Indigenous Fermented Food. Second edition. Marcel Dekker, Inc., New York, 295-302
- Steinkraus, K.H., 2002. Fermentations in World Food processing. *Comp.Rev. in Food Sci. Food Safety*, 1:23-30.
- Tamer C E Karaman B Aydoğan N Çopur Ö U 2004. Bazı geleneksel fermente gıdalarımız ve sağlık üzerindeki etkileri. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu. 23-24 Eylül, Van, 93-97.
- Tamer C E Kumral A Aşan M Şahin İ 2006. Chemical compositions of traditional Tarhana having different formulation. *Journal of food processing and preservation*. 31(2007). 116-126.
- Tangüler H Erten H 2009. Hububat bazlı geleneksel Türk fermente ürünü. Tarhana. Geleneksel gıdalar sempozyumu. 27-29 Mayıs, Van, 655.
- Temiz, A Pirkul T 1990 Tarhana fermentasyonunda kimyasal ve mikrobiyolojik değişimler. *Gıda dergisi*, 15(2): 119-126.
- Temiz A Pirkul T 1991. Farklı Bileşimlerde Üretilen Tarhananın Kimyasal, Duyusal Özellikleri. *Gıda*, 16(1), 7-13.
- Trichopolou A Vasilopoulou E George K Soukara S Dilis V 2006. Traditional foods; Why and how to sustain them. *Trends in Food Science and Teknology*, Volume 17, Issue 9, September 2006, Page 498-504.