



Kasim, R. (2024). Uygur Türklerinde mutfak kültürü, *Uluslararası Türk Dünyası Araştırmaları Dergisi*, Özel Sayı, 51-78.

UYGUR TÜRKLERİNDE MUTFAK KÜLTÜRÜ

Remziye KASIM*

Öz: Geniş coğrafyalara hükmetmiş olan Türk milleti, asırlar boyunca varlığını sürdürmüş ve sürdürmekte olan bir millettir. Kendilerine has bir yaşam şekli ve köklü bir kültür geleneği vardır. Böyle bir millet için yapmış olduğu sık göçler dolayısıyla her ne kadar "göçebe bir toplum" ifadesi kullanılsa da görüşümüzce çokta etik değildir. Onlar, farklı coğrafyalara yapmış olduğu göçlerle karşılaştığı toplumlardan etkilenmiş ve etkilemiş kültür şeklini daha geniş alanlarda yaşatmıştır. Biz bu çalışmada Türklerin ana yurdu olan Doğu Türkistan bölgesinin yani Uygur Türklerinin mutfak kültürünün köklerine inip geniş bir coğrafyada nasıl yaşatıldığını sunmayı amaçladık. Çalışmanın oluşum aşamasında sırasıyla üzerinde durulmuş olan konular şu şekildedir; Uygur mutfak kültüründe sofranın düzeni ve sofranın adabı, Uygurlarda sabah, öğlen ve akşam yemeği kültürü, Mutfak kültürünün yaşam sürecini oluşturan geçiş dönemlerindeki yeri yani doğum, düğün, ölüm gibi geçiş dönemlerinde uygulanan mutfak kültürü ve mutfak kültürünün dini ritüeller açısından yeri başlıklarıyla Uygur mutfak kültürünün yaşam içerisinde nasıl uygulandığı üzerinde durulmuştur. Çalışmanın ileriki aşamalarında Uygur mutfağında yer alan belli başlı yemekler tüm detaylarıyla alt başlıklar şeklinde verilmiş tek tek görseller eşliğinde açıklanmıştır.


Anahtar Kelimeler: *Uygur Türklerinde Mutfak Kültürü, Sofra Düzeni ve Sofra Adabı, Yemek Ögünleri, Geçiş Dönemleri, Dini Ritüellerde Yemek Kültürü, Yemek Çeşitleri.*

CULINARY CULTURE OF UYGUR TURKS

Abstract: The Turkish nation, which has ruled over vast geographies, is a nation that has existed and continues to exist for centuries. They have their way of life and a deep-rooted cultural tradition. Although the term "nomadic society" is used for such a nation due to its frequent migrations, in our opinion, it is not very ethical. They were influenced by the societies they encountered through their migrations to different geographies, and the influenced culture was kept alive in larger areas. In this study, we aimed to delve into the roots of the culinary culture of the Uyghur Turks in the East Turkestan region, the homeland of the Turks, and present how it is kept alive in a wide geography. The issues that were emphasized during the formation phase of the study are as follows; Table order and table manners in Uyghur culinary culture, breakfast, lunch, and dinner culture in Uyghurs. The place of culinary culture in transition periods, such as birth, wedding, and death, and religious rituals, and how they are implemented are emphasized. In the later stages of the study, the main dishes in the Uyghur cuisine were explained in full detail, accompanied by individual visuals given under subheadings.

Keywords: *Culinary Culture in Uyghur Turks, Table Order and Table Manners, Meals in Uyghurs, Transitional Periods, Food Culture in Religious Rituals, Types of Foods.*

*Yüksek Lisans Mezunu, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Çağdaş Türk Lehçeleri ve Edebiyatları Bölümü, e-posta: remziyekasim2409@gmail.com,

 ORCID ID: 0000-0003-1919-002X

Asırlar boyunca varlığını sürdürmüş ve sürdürmekte olan Türk milleti, kendilerine has bir yaşam biçimi ve yine kendilerine has bir kültür şekli edinmiş, farklı coğrafyalara yapmış olduğu göçlerle karşılaştığı toplumlardan etkilenmiş ve etkilemiş kültür şeklini daha da genişletmiştir. Göçebe bir toplum olarak atfedilen Türkler, büyük uygarlıklar kurmuş, büyük bir coğrafyada hüküm sürmüştür. Türklerdeki inanç sistemi akabinde İslamiyet’le tanışma yaşam biçimini her alanda şekillendirmiştir. Yeme, içme, barınma her toplumda farklılık gösterdiği gibi Türk toplumunda da yaşam fitratına ve inanç şekline uygun olarak şekillenmiş ve köklü bir düzen teşkil etmiştir. Örneğin İslamiyet’in kabulünden önce Türk mutfak kültüründe tercih edilen at eti İslamiyet’in kabulüyle belli Türk toplumlarınca hala tüketiliyor olsa da aza indirgenmiştir. Türklerin IX. yüzyıldaki kültür hayatının önemli unsuru olan Türk mutfağı hakkındaki bilgilere bu yüzyılın iki büyük Türk yazarı, Yusuf Has Hacib ve Kaşgarlı Mahmud’un eserlerinde rastlanmaktadır. XI. yüzyılda daha fazla koyun eti tüketilmekte olduğu, İslami etki nedeniyle at eti tüketiminin azaldığı kaynaklardan anlaşılmaktadır (Ersoy, 2020). Yaşam biçimini şekillendiren ana unsurların başında temel ihtiyaçlar gelmiştir. Yeme içme alışkanlığı, beslenme gereksinimi tarımla ve hayvancılıkla iç içe olmayı gerekli kılmıştır. Türk toplulukları dünyanın çok geniş bölgelerine yayıldığı için yaşam tarzları, örf adetleri ve geleneklerinde birbirlerinden birtakım farklılıklar bulunmaktadır. Aynı şekilde beslenme, yeme içme adetleri gibi yemek kültüründe de benzer şekilde farklılıklar görülmektedir.

Dünya Türkleri arasında köklü bir yer tutan Uygur Türkleri yani Doğu Türkistanlılar Türk coğrafyasının doğusunda yer almaktadır. Türkistan; Türklerin yaşadığı, yükseldiği ve büyük bir uygarlık kurduğu geniş coğrafik alandır. Eskiden Türkistan ve Türklerin yurdu olarak bilinen bu geniş coğrafya günümüzde Orta Asya olarak tanımlanmaktadır. Bu alan Hazar Denizi’nden Hanların tarihi Çin’ine kadar uzanan muazzam alana karşılık gelmektedir. Hâlbuki dünya literatüründe Türkistan’ın konumu yeterince açığa çıkartılmamış, bu kadim uygarlığı görmeden uygun olmayan bir lisanla ağızda eğreti duran, kendi bakış açılarıyla “göçebe toplumlar” gibi hayat tarzını ifade eden kelimelerle adlandırılmıştır (Kasım, 2020: 133-134).

Bu çalışmamızın ana başlığında Uygur mutfak kültürü yer alacaktır. Uygurlar, yer altı ve yer üstü zenginlikleriyle âdeta bir hazineler ülkesi olan Doğu Türkistan’da yaşıyor. Onların bu bereketli topraklarda gerçekleştirdikleri tarım da mutfaktaki her bir lezzete lezzet katıyor (Şahin, 2022). Bölgenin bulunduğu coğrafya, yaşam tarzı, gelenek görenekler, inanış biçimi, kültür şekli gibi etkenlerin tümü bize bu coğrafyaya yönelik ışık tutmaktadır. Tüm bu etkenler baz alınarak Doğu Türkistan coğrafyasının mutfak kültürü hakkında önemli bilgilere ulaşmak mümkündür. Geçmişten günümüze ulusların yeme-içme alışkanlıkları ve sofralarında sıklıkla tüketmeyi tercih ettikleri besinler, coğrafyaya, inanışlara, geleneklere ve zamana göre değişiklik göstermiştir. Toplumların sayılan farklılıklardan dolayı süreç içerisinde birbirlerinden çeşitli mutfak kültürleri oluşmuştur (İlban vd, 2021, s. 270). Uygur mutfak kültürü de bu alanda önemli bir yer tutmaktadır.

1. Uygur Mutfağında Sofra Düzeni ve Sofra Adabı

Doğu Türkistan halkı uzun geçmişiyle tarihi süreç içerisinde yüksek bir uygarlık geliştirmeyi başardığı gibi yemek konusunda da çok zengin bir mutfak kültürüne sahip olmuştur. Coğrafyanın ve inanış biçiminin yaşam tarzını şekillendirmesi her alanda farklı bir etki gösterdiği gibi yeme içme yani mutfak kültürünün şekillenmesinde de büyük bir etkisi vardır. Her ulusun kendine özgü mutfağında yer alan geleneksel lezzetleri, besinleri pişirme ve saklama yöntemleri bizlere o ulusun yaşam biçimleri, sosyo-ekonomik durumları ve kültürleri hakkında bilgi vermektedir (İlban vd, 2021, s. 270). Uygur Türkleri yani Doğu Türkistanlılar yaşam düzeylerinin her alanında hassasiyet gösterdikleri gibi mutfak kültürlerine de büyük önem vermişlerdir. Onlar için mutfak ve sofraya kavramı yalnızca beslenme gereksinimini karşılamayıp, bir kültür hazinesini teşkil etmektedir. Beslenme şekli

alelade karşılanmayıp, özenli ve gösterişli sofralar eşliğinde gerçekleştirilmektedir. Uygur mutfağında her yemek kendine has kurallarla hazırlanır. Her yemek için özel pişirme teknikleri ve hazırlanan yemeğe özel kap kacak kullanılmaktadır.

Tarihsel süreç içinde Uygurların mutfak mimarisi ve mutfak araç-gereçlerinin değişimine baktığımızda, mutfak kültürüne ait ilk bulgulara Kaşgarlı Mahmut tarafından XI. yüzyılda hazırlanan "Divanü Lügati't-Türk" adlı sözlükteki kelimelerle ulaşabiliyoruz. Sözlükte geçen "Ka" zarf ve kap anlamına gelmektedir. "Kakaca" ise içine sulu şeyler konulan şeyler manasında kullanılmıştır. Zamanla bu kelime "kap kacak" olarak mutfak araç ve gereçlerinde kullanılır hale gelmiştir. Yine aynı sözlükte, XI. yüzyılda da bugün Uygur Türklerinin evlerinin bir odasını mutfak olarak kullandıkları gibi kullanıldığının kanıtı olan ve o mekânda da yemek pişirildiği yer anlamına gelen "aşlık" kelimesinin yer aldığı gözükmektedir (Saka, 2009).

Uygur mutfağında, diğer mutfak kültürlerinden farklı olarak kullanılan kap kacaklar arasında; Kaşık (Koşuk); Kaşıkların ekseriyesi ağaçtan olup, çeşitleri çoktur. Porselen ve madeni kaşıklar da kullanılır. Bunlardan başka, "Çoka" adı verilen çubuklar 25 cm. uzunluğunda ve 1 cm. kalınlığında olup, uca doğru daralır. Bu yemek aracı, Uygur Türklerinin komşuları Çinliler dâhil Güney Doğu Asya'ya geniş çapta yayılmıştır. Çubuğun Çince adı "Koyza"dır. Bu iki çubukla yemek yeme geleneğinin Çinlilerden Uygurlara mı, yoksa Uygurlardan Çinlilere mi geçtiği tartışma konusudur (Turan, 1982). Sulu olmayan birçok yemek bu "Çoka" adı verilen yemek çubuklarıyla tüketilir. Kaşık çeşitleri fazla olsa da kullanım alanı sınırlıdır. Eski Türklerde birçok yemek türünün elle yendiği bilirse de Uygurlar bu yeme kültürünü kendileri için farklı bir anlam ifade ettiğinden "Aş" dedikleri havuçlu etli "Polo" (Türkistan Pilavı) elle tüketilir. Uygur Türkleri yemeklerini umumiyetle kâselerde yerler. Tabakların kullanma alanı dar olup, daha çok müşterek yemesi lazım gelen "Samsa", "Mantu" gibi börek cinsinden yiyecekler için kullanılır. Kâseler porselenden olabileceği gibi seramik ve ağaçtan da olabilir, kesinlikle sofraya tencere gelmez. Yemekler mutfakta taksim edilir; kâselere konduktan sonra misafirlere ikram edilir (Turan, 1982). Et, mantı çeşitleri ve birçok sebze buhar tenceresi olarak bilinen delikli ve katmanlı bir kap içerisinde pişirilir. Böylece süzme işlemi kullanılmadan yemekler özünü koruduğu için daha sağlıklı ve hafif olur. Her yemeğin ayrı bir hikâyesi olduğu gibi hepsinin de ayrı pişirme tekniği var. Öyle ki alışlagelmiş tencereler yerini Mantu, (Manta) adını verdikleri buharda pişirilen bir çeşit yemek için "Mantu Kazanı" adı verilen özel bir tencereye, Dankan Kebabı için "Dankan" adı verilen özel dökümden imal edilen pik kazana, "Göş Girde" adı verilen bir çeşit etli ekmek çeşidiyse "tandır"da pişiriliyor (Bingöl, 2017). Yemeklerde ayçiçek, mısır ve zeytinyağından 32, başka genellikle kuyruk yağı, iç yağı ve sığır yağı kullanılır. Birçok yemekte soğan tercih edilir ve olduğundan iri doğranarak yağda sotelenir. Uygurlar genellikle dondurulmuş ürünleri kullanmaz, sebzeler ve meyveler taze bir şekilde mevsimine uygun olarak tüketilir. Uygur mutfağında yemekler ağırlıklı olarak et ve hamurdan üretildiği gibi pirinçte oldukça sık tüketilen bir üründür. Sebzeler çiğ tüketilmez, bunun vücut sindirimine zarar verdiğini düşündükleri için yemekte kullanılacak olan sebzeler tam pişirilmeden ocaktan geçirilir. Uygur Türkleri yemeklerini umumiyetle "Körpe" dedikleri uzun minderler üzerine oturarak yerler. Önlerine "Doskan" ismini verdikleri sofraya sererler. Bu sofralarda sade değil de çiçekli olanları tercih ederler. Uygurlar sofrasında otururken, daire şeklinde değil, evin yapısına uygun olarak dört köşe oluşturup otururlar. Sofralar geniş olarak serilir (Turan, 1982). Sofra düzeni ve yemek sunumu onlar için önemlidir. Sofralar gösterişli ve göz doyurucu olur. Sofraya ilk Uygur Mutfağında özel bir yeri olan ekmek "Nan" getirilir. Sofradaki diğer boşluklar çeşitli çerezlerle ve mevsim meyveleriyle donatılır. Hane halkı için hazırlanmış ise sofraya önce büyükler oturur. Evin en büyüğü "Tör" dedikleri başköşeye geçer daha sonra herkes yaş sırasına göre oturur. Aile sofrasının merkezi babadır.

Sofrada büyükler varsa baba onları sağına ve soluna alır. Genelde yemeği anne dağıtır. Yemeğe eller yıkanmadan oturulmamaktadır. Aile sofrasında yemekler ailenin durumuna göre çeşitlendirilmektedir (Ersoy, 2020). Servis büyüklerden başlar ve evin büyüğü yemeğe el uzatmadan küçükler yemeye başlamaz.

XI. yüzyılda Yusuf Has Hacib eserinde sofrada adabı ile ilgili tarihten bize şu şekilde seslenmektedir;

“Misafirlige varırsan edep ile yemek yemeyi öğren. Edep- kaideyi bilmeyen akılsız kişiler edep- kaideli kişileri görürse hayran kalır. Sofrada büyükler yemeğe el uzattıktan sonra el uzat. Yemeği sağ elinle alıp Bismillah deyip ye böylece yemek bereketli olur. Başkalarının önündeki lokmalara (nazu- nimet) el uzatma. Önünde ne varsa onu bilip ye. Sofrada bıçak çıkarma, kemik dişleme, çok aç gözlülük yapma ama sofradan geri de durma. Ne kadar tok olsan da ev sahibinin emeği hürmeti için uzatılan yemekten biraz da olsa ye. Yemeği yavaş çiğneyip ye. Sıcak yemeği ağzın ile üfleme. Sofradaki yemeği kendi önüne çekip başkalarının keyfini kaçırma. Eğer yukarıdaki gibi yapmazsan o edepsizlik olur. Edepsiz insanlar en görgüsüz insanlardır” (Has Hacib, 2000, s. 272).

Sofra misafir için hazırlanmışsa önce misafir sofraya buyur edilir. Türk Mutfak Kültürü’nde misafir her zaman önem taşımıştır. Misafir ile ilgili birçok atasözü ve deyim bulunmaktadır. Türklerin misafirperverliği tüm dünyada simgesel anlam taşımaktadır. Bu nedenle misafir sofraları büyük önem taşımaktadır. Orta Asya’dan bugüne misafirlerin ağırlandığı çeşitli sofralar düzenlenmiş ve günün özelliğine göre ikramlar yapılmıştır (Ersoy, 2020). Sırasına göre oturan misafirlerin ellerini yıkaması için evin en genci tarafından, önce "Tör" de oturanlardan başlamak üzere, "Aptuva" ismi verilen ibriğe benzer bir kapla su ve ayrıca harcanan suyun birikmesi için de gene "Çılapça" ismi verilen leğen getirilir. Oturma sırasına göre eller yıkanır. El kurulamak için "Longa" denilen peşkir kullanılır (Turan, 1982). Uygurlar yemekten önce çay tüketir daha sonra yemek faslına geçerler. Yemekten önce çay içmek kalıplaşmış bir geleneksel harekettir. Doğu Türkistan Türklerinden olan Nur’âlâ Göktürk çocukluğunda babasından sıklıkla duymuş olduğu bir deymi bizlerle şu şekilde paylaşmaktadır “Yemekten önce Besmele çekilir. Yemekten sonra evin büyükleri bildiği duayı sesli olarak okur ve şükredilir. Duanın sessiz edilmesi konusunda ise manidar bir deyim vardır “Besmele dersen sesli de demeyenler desinler, âmin dersen sessiz de yemeyenler yesinler.” Her kesin aynı anda yemeği bitirmesi beklenmediğinden duayı sessizce yapmanın daha muteber olduğunu düşündüren bir deyim.” Kuzu, dana ve tavuk eti, Uygurların başlıca yemeklik malzemeleridir. Pilav, elle hazırlanan bir makarna çeşidi “Leğman”, "Nan" denilen ekmeğe, kuzu ızgara ve içli büyük mantılar, Uygurların zengin mutfağının temsilcileridir. Uygurlar, çok eskilere dayanan gelenek ve göreneklerini günümüzde de sürdürmektedir (Tanay, 2018). Yemek esnasında soğuk ve sıcak gıdaları birbirine katmadan sırayla tüketirler. Onlar yemeklerin mizaçları olduğuna inanır. Bu sebepten hayvansal gıdaların soğuk mizaçlı olduğu düşünüldüğü için tüketimi azdır. Yani bizde “katık” dediğimiz hayvan ürünleri peynir, yoğurt, ayran gibi gıdalar çok tüketilmez. Nadir de olsa yaz günleri yoğurt ayran olarak tüketilir. Bölge hayvancılığa yatkındır et çok tüketilir ama peynir çeşitleri soğuk mizaçlı görüldüğü için üretilmez, onun yerine “kurut” denen süzme yoğurttan yapılan bir ürün vardır o da kırsal kesimlerde Kırgızlar, Kazaklar tarafından tüketilir.

2. Uygur Mutfağında Sabah, Öğlen ve Akşam Yemeği Kültürü

İnsan vücudunun işleyiş dengesini etkileyen en önemli hususlardan biri de günde en az üç öğün beslenme alışkanlığı edinmektir. Dilde kalıplaşmış bir düşünceyi ifade eden “kahvaltı günün en önemli öğünüdür” mantığı bu işleyiş dengesini açıklar niteliktedir. Her ne kadar günümüzde bu düşünce yerini koruyor olsa da “kahvaltı” diye ifade ettiğimiz günün ilk öğünü bilindiği üzere eskiden Türk mutfak kültüründe yer almıyordu Kahvaltı, “Kahve altı” sözünden türeyen bir sözcüktür ve günün ilk öğünü olma özelliğini taşır. Aç karnına günün ilk

kahvesini içmeden önce yenilen bir öğün olması sebebiyle bu isimle anılır. Osmanlı mutfak kültüründe, bilinen iki ana öğünün dışında, kahve içmeden önce yapılan küçük atıştırmaların, mutfaklardaki yerini alması 20. yüzyılın başlarına dayanır (Kahvaltı Saati, 2017). Yani yakın bir süreçte mutfaklarımıza giren bu öğünün geçmişi köklü değildir. Kahvaltının, günün en gerekli ve aksatılmayacak bir öğünü olduğu düşüncesi de tartışmaya açık bir konudur. Çünkü Uygur Türkleri bugün hâlâ eskiden süre gelen beslenme alışkanlığına göre bir yaşam sürmekte ve sabah öğününü kendi mutfak kültürüne göre gerçekleştirmektedir. Uygur Türklerinde kahvaltı geleneği birçok bölgeye göre farklılık gösterir. Öyledir ki onlar bizdeki kahvaltı sofralarında yer alan belli başlı kahvaltılık ürünleriyle değil daha doyurucu ve besleyici gıdalarla, etli hamurlu çorbalarla bu öğünü gerçekleştirirler. Çünkü onlara göre bizim sabah öğünü sofralarımızda yer alan hazır gıdalar, çiğ sebzeler ve hayvansal gıdalarının sabahın ilk saatlerinde tüketimi sindirimi zorlaştıracığından sağlığı olumsuz etkileyeceği görüşü hâkimdir. Bilinen en eski kayıtlara göre 10-11'inci yüzyıl Orta Asya'sında Türk mutfak kültüründe kahvaltı diye bir şey yoktur. Günde iki öğün vardır. Bunlardan biri kuşluk vaktidir. Türk mutfak kültürünü öncelikte dikkate alacak olursak; insanlar sabah uyandıklarında (sabah namaz vakti) günlük bağ bahçe işleri ve hayvanları ile uğraşırlar ve güneş bir mızrak boyu yükseldiği vakit buna kuşluk vakti denirdi (Özdemir, 2024).

Çalışkan ve inancı kuvvetli olan bu millet güne sabah ezanıyla başlar. Uyanır uyanmaz sofraya oturmazlar. İşlerine göre belli bir saat çalışır daha sonra günün ilk öğününü gerçekleştirirler. Kendilerini daha zinde tutacağına inandıkları için Uygurlar, sabah öğünlerini kahvaltı ürünleriyle değil diğer öğünlerde olduğu gibi belli başlı yemeklerle gerçekleştirir. Her ne kadar yapmış oldukları göçler sonucu başka coğrafyalarda yaşam süren Doğu Türkistanlılar sabah öğününü günümüzdeki şekliyle gerçekleştiriyor olsa da bölge halkının çoğunluğu hala eski beslenme kültürünü devam ettirip sabah öğününü belli başlı yemeklerle gerçekleştirmekteler. Kahvaltı sofralarında tüketilen yemeklerin başında etli, hamurlu çorbalar arasında yer alan “Suykaş” “Sulu aş”, “Çöçüre”, “Ügre” gibi çorbalar gelmektedir. “Göş Nan” (etli ekmek), “Hor Nan” (buhar ekmeği), “Samsa” ve sayıla bilecek birçok etli ve hamurlu yemek Uygur kahvaltı sofralarında yerini almaktadır. Sayılan bu ve bölgeye ait diğer yemekler çalışmanın ilerleyen aşamalarında detaylıca açıklanacaktır. Bölge hayvancılığa yatkın olsa da peynir çeşitleri ve diğer süt ürünleri üretilmemektedir. Belli sıcak yaz günlerinde yoğurt ayran olarak tüketilir. Süt ise çayla birleştirilerek “Etken Çay” ismiyle kahvaltı sofralarında yerini alır. Bu sütlü çay dışında birçok bitki çayları da tüketilmektedir. İçecekler başlığında bu konu detaylıca ele alınacaktır. Yine kahvaltı sofralarında günümüzdeki kahvaltı kültürüyle ortak olarak çeşitli ekmek türleri, ceviz, badem, kuru yemişler, reçel, bal ve haşlanmış yumurtayı göstermek mümkündür. Günün ilk öğününü bu şekilde doyurucu ve besleyici geçiren Uygur Türkleri sabahın ilk saatlerinde değil de ilerleyen saatlerde yedikleri için bizdeki gibi öğlen vaktinde tekrar bir sofraya oturmayıp bir günü iki öğünle geçirirler.

İkinci öğünde günün vermiş olduğu yorgunlukla gösterişli göz doyurucu bir sofraya otururlar. Hele de akşam öğününde misafir varsa sofrada daha bir özenle hazırlanır. Her ailenin bütçesine göre hazırlanan sofrada etrafına ev fertleri toplanır. Uygur Türkleri bizde olduğu gibi her yemekle ekmek tüketmez ama her sofrada ekmeğin ayrı bir yeri vardır. Onlar için ekmek yani “Nan” başlı başına bir yemektir. Sofra meyvelerden üretilmiş içeceklerle, kuru yemişlerle ve mevsim meyveleriyle süslenir. Bu ikinci öğünde genel olarak sofrada yerini alan yemeklerin başında bölgeye ait meşhur et kebabları, etli havuçlu pilav “Polo” (Aş-Türkistan pilavı olarak bilinir), “Leğman”(elle yapılan bir makarna çeşidi), yoncadan yapılmış “Kök Çöçüre”, Acılı tavuk kavurması “Toxu Kordak”, “Göş Nan” (etli kızartılmış ekmek) gelmektedir. Yine aynı şekilde özel hamuru ve kıyma harcıyla kendine has katlanıp şekillendirilen ve özel tenceresinde buharda pişirilen mantı çeşitleri de ikinci öğünde tüketilen yemekler arasındadır. Yemekler sarımsaklı acılı biber sosları ve bizde sirke dediğimiz özel bir

ürünle tüketilir. Sofraya gelen salatalar çiğ sebzelerden değil tek başına doyurucu olabilecek ürünlerin bir araya gelmesiyle hazırlanır. Hamur salatası “Lengpun” salata çeşitlerinin başında gelir. Bu coğrafyada yetişen meyveler birçok bölgeye oranla şeker oranı fazla olduğundan sofrada yerini tatlı çeşidi olarak alır. Bahsi geçen yemeklerden çalışmanın ileriki aşamalarında detaylıca bahsedilecektir.

3. Uygur Mutfak Kültürünün Yaşam Sürecini Oluşturan Geçiş Dönemlerindeki Yeri

İnsan yaşamının keskin hatlarını belirginleştiren sürece geçiş dönemi denmektedir. Her birey hayatının belli noktalarında yaşamın gerektirdiği belli başlı farklılıklarla buldukları konumu değiştirme yoluna gider. Bireyde gerçekleşen doğum olayı yaşamdaki geçiş döneminin ilk basamağıdır. İnsan yaşamının geçiş noktalarından birisi olan doğum, başlangıçlar anlamına gelir. Biyolojik bir olay olan doğum; kültürel olarak anlamlandırıldığında çeşitli toplumlarda ya da topluluklarda farklı olarak karşlanır (Bulut, 2017, s. 124). Uygur Türkleri arasında doğum hem bireysel hem de toplumsal yaşamda mutlu bir olay olarak kabul edilmektedir. Çünkü çocuk aile için gelecek demektir, umut demektir. Çocuk sahibi olan kadınlar, aile ve akrabalar arasında olduğu gibi toplumda da saygınlık kazanırlar. Çocuk sahibi olan baba da toplumda saygı görür (Öger, 2012, s. 1680). Yaşamın başlangıcı olan doğum olayı, bütün Türk boyları arasında olduğu gibi, Uygur Türkleri için de büyük önem arz etmektedir. Buna bağlı olarak da sosyal hayatın içinde önemli yeri olan doğum etrafında çeşitli inanış ve uygulamalar yer almaktadır (Öger, 2012, s. 1680). Haneyi şenlendiren yeni birey için kan akıtılır adaklar kesilir. Uygur mutfağında başköşede yeri olan aş yani etli havuçlu pilav pişirilir. Hane halkının durumuna göre ve ailenin soyuna göre şenlikler düzenlenir ziyafetler verilir. Birçok millette olduğu gibi Uygur Türklerinde de soyun devamı açısından erkek çocuk (bala)önemlidir. Çocuğa sahip olmanın önemi Uygur Türkleri arasında “Balılık öy bazar, balısız öy mazar (Çocuklu ev pazar, çocuksuz ev mezar)” şeklindeki atasözü ile ifade edilmektedir. Uygur Türkleri arasında hayatın ilk geçiş dönemini teşkil eden doğumla ilgili çeşitli inanış ve uygulamalar yer almaktadır (Öger, 2012, s. 1680).

Türk kültüründe önemli bir yeri olan beşik geleneği Uygur Türklerinde de devam ettirilmektedir. “Bebek, ilk kez beşiğe yatırılmadan önce “böşük toyı” adı verilen tören yapılır. Bebek dünyaya geldikten 15-20 gün sonra, yani göbeği kesildikten sonra “böşük annesi” adı verilen yaşlı bir kadın tarafından beşiğe alınır. Halk arasında beşik anası (Böşük anisi) “irimci” diye de bilinmekte ve ona derin bir saygı duyulmaktadır. Beşik anası, bebek için hazırlanan beşiğin yönünü kibleye döndürüp dua ettikten sonra beşiği hazırlamaya başlar. Beşik hazırlandıktan sonra, beşik anası bebeği eline alıp, vücudunu hafifçe ovduktan sonra usulca beşiğe koyar. İki bacağını düzelterip örter. Örtünün üstünü ipe bağlar. Üstü ince kumaşla örtülür. Beşiğin baş tarafına çocuğu nazardan ve kötü ruhlardan korumak amacıyla kurt kemiği, bir parça ekmek, nazar boncuğu ve muska asılır. Bebeğin baş kısmına bunların yanı sıra erkek çocuk ise bıçak; kız ise ayna asılır. Bebek beşiğe yatırıldıktan sonra, kötü ruhların gelmemesi için deve dikenini, kurban edilen koyunun gözü, elma kurusu, ardıç yaprağı, evdekilerin bir tel saçı ve tuz gibi nesnelerin karışımından tütsü yapılarak beşiğin üzerinde dokuz defa dolaştırılır. Böylece beşiğe bağlama töreni tamamlanır. Bu törenin anısı için beşik anasına elbiselik kumaş ile üç ekmek verilir. Bundan sonra bebeğin annesi çocuğu beşiğe kendisi beler” (Öger, 2012, s. 1688-1689). Bu bilgiden de anlaşılacağı gibi ekmeğin “Nan” yeri Uygur Türklerinde ayrıdır.

Lohusa annenin doğumdan sonra 40 gün boyunca et ve etli yemekler tüketmesi gerektiği söylenir. 40 rakamı Türk toplumları açısından önemlidir. Haneye yeni katılan bebeğin kırk günlük olmasıyla birçok toplumda olduğu gibi 40’ı çıkarılır. “Kırkinci gün eve misafirler davet edilir. Kırk Anası adı verilen saygın bir hanım, zeki ve temiz giyinmiş kırk çocuk ve bir berber davet edilir. Kırk adet yeni tahta kaşık, kırk adet “Tokaç” denilen küçük ekmek ve meyveler hazırlanır. Bir leğene özel olarak Kırk Suyu hazırlanır.

İlk önce bebeğin saçı çağırılan berber tarafından kesilir. Buna “Saç Çüşürmek” (Tıraş Etmek) denir. Daha sonra bebek yıkanmaya alınır. Daha önce davet edilen 40 çocuk sıra ile yeni tahta kaşıklar ile hazırlanan Kırk suyundan birer kaşık su alarak bebeğin adını anarlar ve "Alim Ol! Molla Ol! Batur Ol! " nidaları ile bebeğin başından dökerler. Daha sonra çocuklara ziyafet verilir. Gelen her bir çocuğa üstüne helva konmuş birer tokaç (ekmek) ve meyve verilir. Bebek annesinin altın ziynet eşyalarının batırıldığı ılık suda yıkanır. Ağaç leğene alınır. Kırk Anası tarafından bir defa sallanır. Daha sonra bebek sudan çıkarılır ve kurulanıp giydirilir ve kundaklanır. Adrasman (Kırlarda yetişen bir çeşit ot kurusu) ile tütsülenir. Bebek daha sonra beşiğin alt ve üst tarafından 9 defa dolaştırılıp beşiğe belenir. Bebeğin bu ilk tıraşındaki saçı toplanarak tartılır ve ağırlığınca gümüş (veya karşılığında para) berbere verilir. Varlıklı aileler adak kurbanı keserek etini 7 yoksul aileye dağıtırlar” (Tanay, 2018).

Geçiş dönemi ritüelleri arasında erkek çocuklar için hazırlanan sünnet (toyu) düğünü şölenleri de yer almaktadır. Geçiş ritüelleri olarak kabul edilen uygulamalar; insanların toplumsal statülerinin değişiminin geleneksel ve dinsel törenler ile gerçekleşmesidir (Bulut, 2017, s. 124). Müslüman bir toplum olan Uygur Türkleri bu geçiş dönemi konusuna önem veririler. Düğün şöleni kurulur, adaklar kesilir ve Doğu Türkistan düğünlerinde düğün yemeği olarak büyük kazanlarda erkekler tarafından hazırlanan etli havuçlu pilav “Polo” Nanlarla (ekmek çeşitleri) beraber servis edilir yine ailenin durumuna göre meşhur kuzu kebabları meyveler şerbetlerle sofralar donatılır. Özel gün ve törenler Türk toplumunun en çok önem verdiği geleneklerdendir. Bu tür gün ve törenlerde hazırlanan, sunulan yemeklerin büyük bir çoğunluğu sembolik anlamlar taşıyan çok eski yıllara ait geçmişi olan toplumsal hareketlerdir. Türklerin ön tarihinden bu yana doğum-ölüm arası geçiş dönemleri olarak da kabul edilen sünnet, nişan, düğün, düğün sonrası gibi günlerde özel kutlamalar yapılmakta ve ziyafetler verilmektedir (Ersoy, 2020).

İnsan yaşamını etkileyen geçiş dönemlerinin temelinde evlenme, eş edinme, hayat birleştirme gelmektedir. Türklerde “Toy Töreni” olarak ifade edilen düğünler kültürel bağların en net yaşandığı ortamlardır. Uygur Türkleri inançlarına uygun bir şekilde birleşip soylarını devam ettirmek konusunda özenli bir yaşam sürmektedirler. Toy (düğün) şenliklerinde birçok kültürel örnekler sergilenmektedir. Bu kültürel etkinliklerin başında düğün ziyafetleri, gösterişli sofralar gelmektedir. Uygur Türklerinde yani Doğu Türkistan’da kız isteme faslından sonra nişan yapılmaz. Orta dereceli iki aile arasında kız-oğlanlarını evlendirmek için söz kesildikten sonra oğlan tarafı düğünlük için dokuz (1) giyimlik kumaş, dokuz tane koyun, dokuz, küre (2) buğday (bir küre on iki kilodur), dokuz şing (3) pirinç (bir şing iki kilodur), dokuz cing yağ (bir cing yarım kilodur), dokuz masa meyve ve düğün için yeterli miktarda odun, kömür, çay ve tuz nesnelere arabalara yükleyerek kız tarafın ailesine gönderilir (Kaşgarlı, 2022). **İnanç bağlarına önem veren Uygular “İmam Nikâhı” konusunda hassastırlar bu sebepten düğün şenliğinden önce imam nikâhı kıyılır.** Tören, gelinin evinde olur. Törene gelin, damat, anne-babaları ve akrabaları dışında misafir davet edilmez. Törenden önce gelinin ailesi, evlerini temizleyerek Nan (ekmek), meyve, reçel, şeker ve hamur işi yiyecekler hazırlar (Tanay, 2018). Uygur mutfağında hamur işi yemekler köklü bir yer tutmaktadır. Etle birleşen hamurdan çeşit çeşit yemekler ortaya çıkmaktadır. Nikâhtan sonra gelin ve damada tuzlu suya batırılmış ekmek parçası yedirilir. Nikâhtan sonra damat tarafı, kız tarafı ile eşit oranda inek veya koyun keserek kız evinde ortak yemek yapar. Bu yemekler genellikle “Polo” (Türkistan Pilavı)veya “Kordak” (Et Kavurma) adı verilen yemekten oluşur, düğüne gelen misafirlere ikram edilir (Tanay, 2018). Uygur düğünlerinde şenlikler ve ziyafet sofraları ön plana çıkmaktadır. Toy ziyafetinde sofralar çerezler, çeşitli Uygur Nanları (ekmek) ve çaylarla donatılır. Hamurdan ve etten yapılan yemekler ikram edilir. Kuzu eti haşlaması, kebablar ve etli pilav (aş), düğün ziyafetinin vazgeçilmez yemekleridir. Yemek ziyafetinden sonra Uygurlara ait çalgılarla söylenen şarkılar eşliğinde oyunlar oynanır, geleneksel danslar yapılır. Yüz açma merasimi günü, sabah gelinin ailesi

düğün için kesilen koyunun akciğer ve bağırsaklarından “öpke yesip” denilen yemeği hazırlayıp onu sıcak halde damadın evine gönderirdi. Mesafe uzak ise, “öpke yesip” soğuk hale gelmişse onu buharlı suda ısıtıp evlenen gelin ile damadın başlarını bir araya getirip onun buharına tutarlardı. Bundan maksatları, evlenen iki gencin ömür boyu beraber olmalarını istemeleri idi (Kaşgarlı, 2022).

“Doğu Türkistan” yani Xinjiang Uygur Özerk Bölgesi Çin egemenliği altında yaşadığı için orada askeri sistem farklı ilerlemektedir. Bizdeki gibi askerlik yaşına gelmiş gençler belli süre içerisinde vatani görevlerini icra etmek için askere gitmemektedir. Bu sebepten askerlik geleneğine bağlı ritüeller yoktur.

“Ölüm” kavramı geçiş dönemi ritüelleri arasında son basamakta yer alır. Müslüman toplumlar için ölüm fani âlemden ebedi sonsuz âleme geçiş sürecidir. İslâmiyet’i benimseyen Uygur Türkleri de ahiret hayatına inandıkları için dini ritüelleri bu çerçevede gerçekleştirmişlerdir. Hayatın her kesiminde olduğu gibi cenaze törenlerinde de belli başlı kültürel kodları görmek mümkündür. Uygur Türklerinde ölen biri için “öldü” denmez, “vapat boldı”, “kaza taptı”, “kaza kıldı”, “tügep ketti”, “tüzilemidi”, “közlerini yumdı”, “dunyadin ötti”, “rehmetlik boldı” gibi ifadeler kullanılır. Ölen çocuk ise “çaçrap ketti” deyimini kullanılır. Ölen için genelde “meyit”, “murda”, “ceset”, “ölük”, özelde ölen erkekse “merhum”, kadınsa “merhume” denir (Öger ve İneyet, 2013, s. 52). İslami görüşün temelinde, ruhun bedenden ayrılması gerçek âlemin başlangıcı görüşü mevcuttur. Türkler, genellikle can ve ruhu ifade etmek için, "tın" kelimesini kullanmıştır. Günümüzde Uygur dilinde "tınığı var" demek, can çekişen birinin henüz ölmediği anlamındadır. Tın, bedeni terk ettiğinde, ölüm gerçekleşmiştir (Abudukelimi, 2006:35). Yaşamın son geçiş dönemi olarak ifade edilen ölüm kavramı geçmişten günümüze birçok millette inanç çerçevesine göre kültürel kodlar şekillenmiştir. Türk toplumunda “yuğ töreni” olarak bilinen yas günü için kalıplaşmış alışlagelen belli uygulamalar bulunmaktadır. Eski Uygur metinlerinde de yog “1. yok, 2. yuğ, ölü yemeği, matem, yas” olarak geçmektedir. Divânü Lugati’t Türk III, 143’te yog “matem, yas; ölü gömüldükten sonra üç veya yedi güne kadar verilen yemek” şeklinde izah edilmektedir. Yogla “ölü için aş vermek. Türklerin göreneği böyledir (III, 309)” ve yog basan “ölü gömüldükten sonra verilen yemek” (I, 399) diye açıklanmıştır. Kutadgu Bilig’de ise yog “yas, matem” şeklinde geçmektedir (Kocasavaş, 2016).

Uygur toplumu Müslüman Türkler olduğundan cenaze törenlerini de bu mantık çerçevesinde gerçekleştirir. Yas evindeki cenaze töreni ve defin işlemleri İslam’a uygun bir şekilde yerine getirilir. Cenaze çıkan ailede üç gün boyunca yemek yapılmaz. Akrabalar, eş dostlar, konu komşular bir hafta, hatta bir aya kadar yemek yapıp getirirler. Musibet dolayısıyla getirilen bu tür yemeklere “ıssıklık” denir (Öger ve İneyet, 2013, s. 55). Düğün sofralarında yer alan birçok yemek cenaze evlerinde de misafirlere ikram edilir. Genelde üçüncü günü akşamı, vefat eden kişinin ailesi ve akrabaları toplanıp “Poşkal” (yağda kızartılmış hamur) pide ve yemek (çoğu zaman sulu yemek) hazırlarlar. Câmî imamı ve bölgenin ileri gelenleri ve cenazeyi yıkayan kişiler bu yemeğe davet edilir. Uygurlar bu yemeğe “Üç Nezir” derler. Yemekler yendikten sonra Kur’an okunur. Cenazeyi yıkayanlara ölen kişinin elbiseleri hediye edilir ve tören son bulur (Abudukelimi, 2006, s. 110). Cenaze sofralarında ölünün ruhu için kesilen hayvanın etinden yapılmış yemekler hazırlanır. Etli pilav (polo- aş) ve “Kordak” gibi topluluğa uygun yemekler cenaze sofralarının alışılmış lezzetleridir. “Yette nezir” vefatın yedinci gününde verilen yemektir. “Üç nezir”e göre daha büyük, kapsamı daha geniş olur. Aileler ekonomik durumlarına göre koyun veya dana keserler. Yemeğe kadın erkek herkes davet edilir. Yemeğe gelenler beş adet ekmeği “Nanı” beraberinde getirirler. Bazen ekmekle birlikte bir elbiselik kumaş veya bir paket çay, bir iki paket şeker getirirler. Misafirler ayrılırken ev sahipleri de her misafire ikişerden ekme verir (Öger ve İneyet, 2013, s. 55). Türk toplumunda önemli olduğuna inanılan kırk sayısı cenaze törenlerinde de yer almaktadır. “Kırk nezir” vefatın kırkıncı gününde verilen yemektir. Bu

nezir “yette nezir” gibi yapılır. “Kırkı nezir”den sonra “karılık sunduruş (yastan çıkma)” yapılır (Öger ve İneyet, 2013, s. 56). Vefat edenin hayrı için verilen bu kırk yemeği birçok Müslüman toplumunda uygulanmakta, ölünün ardından kırk gün geçtikten sonra eş dost akraba konu komşu taziyenin ilk günü gibi toplanıp bir araya gelmektedir. Aynı hazırlık süreci vefat edenin seneidevriyesinde de gerçekleştirilir. Vefatın birinci yılı dolduğunda Yıllık Nezirsi verilir. Buna da tüm tanıdıkları davet edilir. Yedisine hazırlanan yemekler hazırlanır. Bazı bölgelerdeki (Hoten) Uygurlarda yukarıda bahsettiğimiz nezirlerin dışında Yirmi Nezirsi yapma geleneği de vardır. Yine bazı bölgelerde cesedi evden çıkarmadan “Nezir” verme adeti mevcuttur. Bu Nezir’e davet olmaz. Ölüm haberi alan herkes başsağlığı dilemek için gelip katılır. Bu Nezir için hazırlanmış yemeğe “Ak Aş” derler. Ölen kişinin çocukları bu yemekten yiyerek ağıt söylerler (Abudukelimi, 2006, s. 111). “Yette nezir”, “kırkı nezir”, “yıl nezir” yapıldığı günlerde ölenin yakınlarından ve cemaatten erkekler mezara gidip Kur’an okurlar. Bunun dışında da Perşembe veya Cuma, Ramazan ve Kurban bayramlarında mezara gidip Kur’an okuyup mezara bir avuç buğday veya arpa serpererek dönerler. Buna “topa beşini yoklaş” veya “toprak beşini yoklaş” denir ki, mezar ziyareti anlamına gelir (Öger ve İneyet, 2013, s. 56). İnsan yaşamının hatlarını belirginleştiren bu geçiş dönemleri birçok kültür kodlarının zuhur etmesine katkı sağlamaktadır. Sıralaması yapılan özel gün ve törenlerde yapılan kutlamalarda günün özelliğine göre yemekler yapılmaktadır. Bu tür gün ve törenlerin bir bölümü günümüzde bazıları unutulmuş olsa da devamlılık gösterenleri de bulunmaktadır (Ersoy, 2020). Tüm bu kültür kodları belli toplumlarca geride tutulsa da inanç şekli, bulunulan coğrafya, yaşam biçimi gibi etkenler yıllar sonra da bu tip etkinliklerin varlığını devam ettireceğinin kanıtıdır.

4. Mutfak Kültürünün Dini Ritüeller Açısından Yeri

Bir toplumun mutfak kültürünü şekillendiren ana unsurlardan biri de inanç şeklidir. Müslüman toplumlar inançlarının gerektirdiği şekilde beslenip yaşam sürmektedirler. Müslüman bir millet olan Uygur Türkleri de inanışları çerçevesinde köklü bir mutfak kültürü oluşturmuşlardır. Müslümanlar açısından özel günler arasında yer alan dini bayramlar dini ritüellerin yaşandığı günlerdir. Ramazan ve Kurban bayramları, bütün Müslüman toplumlarda olduğu gibi Uygurlarda da en önemli iki bayramlardandır. Uygurlar pek çok günü kendi açılardan bayram olarak ilan etmiş ve o günleri belli etkinliklerle geçirmektedir. Fakat dini bayramları bu özel günlerden ayıran yön dünyanın birçok yerinde birçok millet tarafından aynı şekilde kabul ediliyor olmasıdır.

Uygurlar Ramazan ayını bereketli geçirmeye özen gösterir. Onlar için sahur sofraları, iftar sofraları ve teravih namazı vakitleri daha bayram gelmeden bir ayın her günü bayram gibi geçirilir. Sahur sofraları bizdeki gibi kahvaltı çeşitleriyle değiştirilmez. Uygurlar günün ilk öğünü olan kahvaltı vaktini nasıl gerçekleştiriyorsa sahur vaktini de o şekilde belli başlı yemeklerle gerçekleştirir. Uygurlar ezan okuduktan sonra tekrar yatmayıp güne erken başladıkları için sahurda doyurucu gıdalar, yemekler tercih etmektedirler. Sahur sofralarında etli hamurlu sebze çorbaları, havuçlu Türkistan pilavı, nan çeşitleri, etken çay (sütlü çay) yer almaktadır. Günü çalışarak, ibadet ederek geçiren Uygur Türkleri İftar sofralarında bir araya gelir. Ezana az bir vakit kala yemekler pişirilir, ailelerin durumuna göre gösterişli sofralar hazırlanır, iftara misafirler davet edilir, yoksullar doyurulur. İftar sofralarının olmazsa olmazı ramazan şerbetleridir. Anar (Nar) ve diğer birçok meyveden elde edilen çok sayıda şerbet türü vardır. Ramazan Bayramı arifesinde şehrin her yerinde hazırlıklar yapılır. Mahallenin önde gelen kişileri veya din adamları nezaretinde yollar ve köprüler onarılır, yoksul, fakir kişilerin evleri tamir edilir, komşular imece usulüyle çeşitli ekmekler ve çörekler pişirir, kısacası güzel bir bayram geçirmek için gerekli tüm hazırlıklar yapılır (Gönel Sönmez, 2016, s. 144). Dini ritüellerde geçiş dönemlerinde meydana gelen kültür kodları kadar yaşam sürecini etkileyen, şekillendiren vakitlerdir. Bayramdan önce evlerde temizlik yapılır. “Sanza” (yağda kavrulmuş makarna görünümlü bir kraker, tatlı çeşidi), “Boğursak” (yağda pişirilmiş hamur), Katlama ve

Tokaç (çörek) gibi yemekler bol miktarda hazırlanır. Herkes kıyafetlerini giyip süslenir. Bayram namazından sonra davul zurna çalınıp sema usulü oynanır (Gönel Sönmez, 2016:144). Bayramlarda mezarlık ziyaretleri yapılır ve büyüklerin evlerine bayram ziyaretlerine gidilir. Bayramda küslüğün günah olduğu kabul edildiği için aracı olan büyükler tarafından tüm küsler barıştırılır. “Çay Koyuş” âdeti Uygurların gündelik yaşamında sıklıkla uygulanan bir gelenek olup özellikle küskünlerin barışması gereken bayramlarda daha çok yapılır (Gönel Sönmez, 2016, s. 145). Uygurlarda bayram sofraları bayram bitene kadar hazır bekletilir. Sofranın ortasında “Sanza” (kızartılmış şekilli hamurdan bir tatlı türü) yer alır. “Sanzanın” sofradaki yeri bayram temsilciliğidir. Oldukça zor ve zahmetli hazırlanan bu yiyecek bayram sofralarına özeldir. Çörekler, mevsim meyveleri, kuru yemişler, şekerler Sanzayla beraber bayram sofralarını süslemektedir. Düğün ve cenaze sofralarında yer alan Türkistan pilavı (polo-aş) bayram sofralarının da vazgeçilmez yemeklerinden biridir.

Kurban Bayramı, Ramazan Bayramı’na benzer şekilde İslamiyet’in kabulü ile kutlanmaya başlanmış ve zamanla gelenekselleşmiştir (Gönel Sönmez, 2016, s. 144). Kurban Bayramı’nda da günler öncesinde hazırlıklar yapılır, sofralar kurur. Bayram namazından sonra kurbanlıklar kesilir, kesmeyenlere dağıtılır ve misafirler için bir kısmı pişirilip hazırlanır. Bayram ziyaretleri gerçekleştirilir. Kurban Bayramlarında özenle hazırlanan sofrayı Ramazan Bayramı sofralarından ayıran tek şey büyük parçalar halin de haşlanmış ve sofranın başköşesinde yerini almış kurbanlık etidir. Gelen misafir bir parça da olsa bu etten tadıp bayram dileklerinde bulunur ve duasını eder.

Mevlütler ve kandil geçeleri de hayatımızda yer alan dini ritüeller arasında gösterilebilir. Fakat kandil geceleri için Doğu Türkistan’da özel olarak bir kutlama ve hazırlık yapılmamaktadır. Göçler sonucu ülkelerinden ayrılan Uygur Türkleri bizler gibi bu sevap toplanan gecelere önem vermekte kandil hazırlıkları yapıp kutlamaktadır.

5. Uygur Mutfak Kültürüne Ait Bazı Yemekler

Uygur Mutfak Kültürüne baktığımızda, bir insanın yalnızca beslenme gereksinimini karşılamak değil koca bir kültürün varlığını görmekteyiz. Uygurların İslamiyet’i benimsemesiyle beraber başlı başına yeni ve köklü bir mutfak kültürü oluşmuştur. 1980 yılında Kaşgarda mumyalanmış bir kadın cesedinin başucunda taşa dönüşmüş halde bulunan iri birkaç “mantu” ve birkaç “çöçürenin” yer alması Uygur yemeklerinin 6000 yıllık bir geçmişi olduğunu gözler önüne seriyor (Bingöl, 2017). Sağlık konusunda öz verili olan bu millet insan bedenine aykırı hiçbir gıdayı vücutlarına almayı tercih etmemişlerdir. Sağlıklı ve bol çeşitli yemeklere sahip olan bu mutfak kültüründe gösterişli sofralarda yer alan ön plana çıkmış belli başlı yemeklerin tanıtımı çalışmamızın bu başlığı altında yer alacaktır.

5.1. Ekmek Çeşitleri

Uygur mutfağı denilince akla ilk gelen sofranın başköşesinde yer bulan ekmeğin “Nan” çeşitleridir. Nan Uygur mutfak kültürüne göre başlı başına bir yemek olarak kabul edilir ki bazı öğünler yalnızca ekmeğin ve çay çeşitleriyle giderilmektedir. Bazar Nan /Ak Nan, Tokaç, Yağlık Tokaç (yağlı ekmeğin), Girde, Seper Tokacı, Soğanlı Tokaç, Göş Girde, Göş Nan, Hor Nan, Petir Nan, Mısır Unu Ekmeği, Arpa Unu Ekmeği Uygur mutfağında yer alan onlarca çeşit Nanlardan yalnızca bir kaçıdır. Türklerin ilk yazılı belgesi niteliğindeki Divan-u Lügati’t Türk’te Uygur yemekleri hakkında kayıtlı ilk bilgilere rastlamak mümkündür. Günümüzde dahi Uygur Türklerinde kullanılan Tokaç (Tandır’da pişirilen bir çeşit ekmeğin türü) Kövşek (Mayalı Hamurdan yapılan ekmeğin türü) Kömeç (Ateş külünde pişirilen ekmeğin türü) Katlıma (Katmer) ve çörek gibi ekmeğin çeşitlerine burada rastlanmaktadır (Bingöl, 2017). Türk dünyasında “nan” olarak nitelendirilen ekmeğin yapımı için süt ve soğanla özel hamur harcı hazırlanır daha sonra derin toprak tandırlarda usulüne uygun pişirilir ve sofraların başköşesinde yerini alır. Pişirilen ekmeğin özel hamuru ve pişiriliş tekniği sayesinde uzun süre bayatlamayan ve rahatlıkla saklanabilen ekmeğin çeşitleridir. İçinde tereyağı, süt, bitkisel

yağ, şeker ve tuzun bulunduğu hamur, 'Çıkamen' adı verilen özel kalıpla genişletiliyor ve üzerine susam ile çörekotu serpilerek pişiriliyor (Kayseri Haber, 2017).

Ekmeklerin üzerinde yer alan süsleme şekilleri "çeküç" veya "tokaç" olarak bilinen mutfak aparatı ile yapılmaktadır. Bu süslemeler sanata, görünüşe ve sunuma önem veren Uygur halkının bu yaşam fitratlarını mutfaka taşıdıklarının kanıtıdır.

Tokaç Nan

Tokaç Nan ebat olarak büyük, yuvarlak, kenarları kıvrımlı, içerisinde soğan olan, üzeri şekillendirilmiş bir ekmek çeşididir. Sabah öğününde sütlü çaya batırılarak tüketilir. Uzun süre bayatlamayan bu ekmeği muhafaza etmek kolaydır.

Şekil 1. Tokaç Nan



Kaynak: https://www.123rf.com/stock-photo/xinjiang_food.html

Yağlık Tokaç (Yağlı Ekmek)

Yağlık tokaç (yağlı ekmek) ise hamurun yağla yoğurularak işlenmesi sonucu elde edilen bir diğer ekmek çeşididir. Seper Tokacı ve Soğanlı Tokaç da Tokaç çeşitleri arasında yer almaktadır.

Girde Nan

Ekmek çeşitlerinden bir diğeri Girde Nandır. Girde Nan tek başına yirmiden fazla çeşidi olan bir ekmek türüdür. Girde, orta büyüklükte, yuvarlak sert kıvrımlı, orta kısmı içe çökük, üzeri susamla süslenmiş bir ekmek çeşididir.

Şekil 2. Girde Nan



Kaynak: <https://uyghurmektep.tumblr.com/post/100450988343/girde-nan-is-that-a-bagel-in-xinjiang-looks-like>

Göş Girde

Göş Girde, girde çeşitlerinden biridir. Uygurcada “et” kelimesi “Göş/Gosh” olarak ifade edilmektedir. Yuvarlak poğaçaya görünümlü içerisi etle doldurularak pişirilen bu ekmek çeşidi ismini görüşünden almaktadır.

Göş Nan

“Göş” yani etli ekmek çeşitlerinden bir diğeri de göş nandır. Göş nan, yuvarlak açılan hamurun içerisine etli harçtan konular üzerine aynı büyüklükte bir hamur daha açılarak yerleştirilir ve kenarları şekilli bir şekilde kıvrılır daha sonra kızgın yağda kızartılır. Pizza şeklinde dilimlenerek sunuma hazırlanır.

Şekil 3. Göş Nan



Kaynak: <https://krorenramen.com/>

Hor Nan (Buhar Ekmeği)

Hor nan yani buhar ekmeği mayalanarak hazırlanan özel hamurun şekil verildikten sonra buhar tenceresinde pişirilmesi sonucu elde edilir. Bu ekmek Uygur sofralarında sıklıkla yer alan sebze kavurmalarıyla tüketilir.

“Katlama” ekmek çeşitlerinden biridir. İçerisi kıyır kıyır kat şeklindedir. “Zağra” ise mısır unundan elde edilen bir ekmek çeşididir.

5.2. İçecekler

Uygur mutfağı içecekler konusunda da oldukça zengindir. Tatlı meyvelerin sıkımından elde edilen meyve suları, şerbet çeşitleri ve çay çeşitleri fazladır. Uygurlar beslenme şekillerinde her türlü sağlık sal eğilime dikkat ettikleri için çayı yemekten önce tercih ederler. Masaya ilk gelen çay ve nan beraber tüketilir daha sonra yemeğe geçilir. Bu yeme şeklinin sebebi ekmeğin tüketimi midedeki acı suya şifadır. Ekmek acı suyu yok eder, çay ise ekmeğin hazmedilmesini kolaylaştırır. Uygur Mutfağındaki çay çeşitleri “Navat” olarak bilinen bir şeker türüyle tüketilmektedir. “Navat” zararlı yanlarından ayrıştırılmış kaynatılarak elde edilen bir şeker türüdür. Beyaz ve sarı olmak üzere iki navat çeşidi vardır.

Uygur Mutfağını içecekler konusunda ele alacak olursak akla ilk olarak birçok çeşidi olan çaylar gelir. Çay çeşitleri bol olan Uygurlar, yemeklerin niteliğine göre çay seçimi yaparlar ve çayın sunumu kültürün önemli bir parçasıdır (Şahin, 2022). Her ne kadar süt ürünleri mayalı olarak Uygur mutfağında yer almasa da süt saf haliyle ve çay olarak

tüketilmektedir. Sütlü çay çeşitlerinden biri de Etken çaydır. Etken çay yağlı kaymaklı sütle çayın karıştırılması sonucu elde edilen bir üründür. 41 defa savrularak süt kaynatılır. Oldukça ağır olan bu doyurucu gıda yine bölgeye has üretilen ekmeklerle beraber tüketilir. Bu ikili ürün günün ilk öğünü için başlı başına bir yemek olarak kabul edilir.

Şekil 4. Etken Çay



Kaynak: Göktürk, 2022.

Etken çay “Çini” dedikleri geniş bir kâse içerisinde servis edilir. “Piyale” ise diğer çay çeşitlerinin servis edildiği desenli, dar derin kâsedir. “Uygurlar için çay, yemekten önce yemek arasında ve yemekten sonra tüketilebilecek bir içecek türüdür. Çay çeşitleri arasında etken çay, sütlü çay, kaymak çay, kara çay, ak çay ve yeşil çayı söylemek mümkündür. Onlarca çay çeşidine sahip olan Uygur mutfakı yine bu çay çeşitlerini belli aşamalara göre tüketmektedir. Çaylar gösterişli porselen çaydanlık içerisinde masaya getirilir. Kara çay sürekli tüketilen çaylar arasındadır. Yeşil çay yani kök çay ise ağır yemeklerden sonra tüketilir. Gül yaprağı ve siyah çayın karıştırılması sonucu elde edilen çay çeşitleri vardır bunlar gül çay, kızıl gül çay ve etir gül çaydır. Bu çaylar farklı gül çeşitlerinden elde edilmiştir Dara derman çay ise birçok baharatın karışımı sonucu elde edilmiştir. Anason ve kişniş te sofralarda çay olarak tüketilmektedir (Göktürk, 2022).

5.3. Çorbalar

Uygurlar günün ilk öğününü genel olarak etli hamurlu yemek çeşitleriyle ve çorbalar ile gerçekleştirir. Uygur mutfak kültüründe yer alan çorbalar bizdeki gibi süzme çorbalar değil, içerisi bol çeşitli, et parçacıkları kesme hamurlar ve iri kıyım sebzelerden yapılmaktadır. Çorbaların genel adı “suyuk aş” yani “sulu aşır”.

Ügre (Suyuk Aş)

“Ügre” genelde sabahları tüketilen sebze bir çorba çeşididir. Kesme hamur, et parçacıkları, haşlanmış nohut ve sebze çeşitleriyle yapılmaktadır. İçeriği bol olan bu çorba çeşidi gün içerisinde tok ve dinç tutacağından günün ilk öğünü olarak tercih edilir.

Çöçüre Çorbası

Mantı usulü hazırlanan bu çorba çeşidi kendine has katlama şekliyle yapılmaktadır. Çöçüre mantı çorbası Türkistan coğrafyasında birçok mutfakta farklı pişirme şekliyle yer almaktadır. Uygurlar çöçüreyi genelde çorba olarak tüketirler. İçerisine kıyma harcı konup özel şekli verilir, kemikli etle ve sebzelerle suda pişirilir. Yaz aylarında yonca ile yapılan çöçüre mantısı “kök çöçüre” olarak adlandırılmaktadır.

Şekil 5. Çöçüre Yapımı



Kaynak: Göktürk, 2005.

Yomdan (Çağla ile Mısır Unu Çorbası)

Çağla (Örük- Kayısı), kemikli et, sebze çeşitleri ve et mısır unuyla yapılan özel erişte görünümlü kesme hamurla yapılan bol şifalı bir çorba çeşididir. Bu çorba yazın çağla ile pişirilirken kışın çağla olmadan da diğer malzemelerle hazırlanabilmektedir.

Şekil 6. Yomdan Çorbası



Kaynak: Göktürk, 2022.

Ovmaç/Umaç

Ovmaç çorbası Uygur mutfağında yer alan çorba çeşitlerinden biridir. Bu çorba birçok mutfak kültüründe aynı isimle yer almaktadır.

Üzüm Taşlap, İşkembe Çorbası, Paça Çorbası, Pirinç Çorbası ve Mısır Çorbası (Koça Aş) Uygur mutfağına ait çorba çeşitlerinden bazılarıdır.

5.4.Hamur Yemekleri

Uygur mutfağında hamurdan elde edilen onlarca çeşit yemek bulunmaktadır. Hamur denince akla ilk gelen meşhur Uygur “leğman” (elle yapılan makarna çeşidi), buhar mantıları, hamurlu çorbalar, ekmek çeşitleri, samsa (etli veya sebzeli poğaçaya), göş nan (etli ekmek) gibi çeşitlerdir. Hamur ve etin yeri Uygur mutfağında ön sıradadır. Bu iki ürünün birleştirilmesi sonucu birçok yemek elde edilir.

Leğman (Yağlı hamurdan yapılan ev makarnası)

Uygur mutfağının ana yemeklerinden biri olan leğman, özel yağlı hamurun elle açılıp inceltilmesi sonucu elde edilir. Hazırlanan makarna suda haşlanır üzerine etli sebze kavurma konularak servis edilir. Leğman yemeğinin haşlama leğman, acılı kavurma leğman gibi farklı çeşitleri vardır.

Haşlama Leğman

Hazırlanan makarnanın suda haşlanıp üzerine etli sebze sotenin konulması sonucu elde edilen bir hamur türü yemeğidir.

Şekil 7. Haşlama Leğman



Kaynak: <https://images.app.goo.gl/2ZHqx6xKFmVJnY3d7>

Acılı Kavurma Leğman

Acılı kavurma leğmanı haşlama leğmandan ayıran yönü bir tık daha kalın ve kısa hazırlanan makarna suda haşlanır acılı etli sote içerisinde özel baharatlarla kavrulur üzerine susam serpilerek servis edilir.

Şekil 8. Kavurma Leğman



Kaynak: <https://images.app.goo.gl/6dRqvx3EQ6eLEp947>

Cermen

Cermen kesme leğman çeşididir. Hamuru zerdeçalla yoğrulduğu için sarıdır. Hamur açılır ve şeritler halinde kesilerek şekli verilir. Haşlanan hamur üzerine etli sebzele kavurma koyularak servis edilir.

Şekil 9. Cermen



Kaynak: Göktürk, 2022.

Buhar Mantısı

Uygur mutfak kültüründe yer alan mantı çeşitleri bizdeki mantılara göre ebat olarak daha iri yapılmaktadır. Mantı harcı olarak yalnızca kıyma değil sebzelerden de iç harcı elde edilmektedir. Mantılar genelde suya atılarak haşlamaz. Uygurlar mantu yemeğini; bazı yörelerde "kaskan" adı verilen, bazı yörelerde "cümbülü" (Kaşgar'da cümbülü denir) adı verilen, altında su kaynatılan kazanın üstüne, kevgir gibi delikli katların üst üste birbirinin içine geçecek şekilde dizaynedildiği Doğu Türkistanlı Uygurlara has mantu kazanlarında, su buharında pişirirler. Bu şekilde pişen mantu çok lezzetli olduğu gibi, buharda piştiği için tüm vitaminleri içinde barındırdığından çok sağlıklı bir besindir aynı zamanda. (Saka, 2009). Hamur çeşidi yemekleri arasında yer alan birden fazla mantı çeşidi bulunmaktadır.

Bolak Mantı (Mayalı Buhar Mantısı)

Bolak mantı mayalanarak hazırlanan özel bir hamurdan elde edilir. İçerisine kıyma, soğan ve baharatlarla harç hazırlanıp koyulur. Daha sonra Uygur mutfağında yer alan "mantı kazanı", buhar tenceresi ismiyle bilinen özel bir gereçle mantılar buharda pişirilir. Bu kazan katmanlı iç kısmında delikler bulunan bir mutfak gereçidir. Süzme yöntemi kullanılmadığı için içerik olarak daha zengin ve sağlıklı bir yemek elde edilmiş olur. Pişen mantı Uygur mutfağında yer alan acılı sarımsaklı soslarla ve bizdeki sirkeye benzeyen bir sosla tüketilir.

Şekil 10. Bolak Manti



Kaynak: Göktürk, 2005.

Manti Petir

Bolak mantıdan farkı hamurunun mayasız hazırlanması ve özel katlama şeklindedir. Petir mantı kıyma harcıyla hazırlandığı gibi sebze harçlarıyla da hazırlanmaktadır ki Uygur mutfağında “kabak mantısı” ismiyle yer alan bir mantı çeşidi de bulunmaktadır.

Şekil 11. Petir Manti



Kaynak: Göktürk, 2005.

Kök Çöçüre (Yoncalı Çöçüre)

Çöçüre genelde çorba türleri arasında yer alırken “kök çöçüre” sulu bir yemek olmadığından mantı çeşitleri arasında gösterilebilir. Kök çöçüreyi çorba olan çöçüreden ayıran yönü taze yonca harcıyla elde edilen bu mantı aynı şekilde katlanır, buhar tenceresinde değil normal suda haşlanıp süzülür üzerine acılı sos gezdirilerek servis edilir. Vücuttaki kiri yok eden yonca şifa deposu olarak görülmektedir.

Şekil 12. Kök Çöçüre



Kaynak: Göktürk, 2022.

Benşir Mantısı

Benşir mantısı görünüş olarak petir mantıyı andırsa da ona göre daha küçük ve ay şeklinde kıvrılarak yapılır. Kullanılan malzeme ve servis şekli diğer mantılarla aynıdır olurken farkı buharda değil suda pişirilmesidir.

Buhar Katmeri (Yutağza)

Uygur mutfağında yer alan bir diğer hamur türü yemeği de Yutağza yani buhar katmeridir. Hazırlanan mayalı yağlı hamur uzatılarak içerisine taze soğan harcı sürülür ve yuvarlanarak şekli verilir. Buhar tenceresinde pişirilen katmer yani Yutağza genelde sebze kavurmasıyla beraber ikram edilir.

Şekil 13. Buhar Katmeri



Kaynak: Göktürk, 2022.

Samsa (Tandır Böreği)

Samsa günün ilk öğününde çaylarla tüketilen hamurlu etli bir poğaçaya gibi atıştırmalık türüdür. Tandır Böreği olarak bilinmektedir. Kendine has şekli ve özel fırınlarda pişirilmesi

samsayı ekmek türleri arasına dâhil etmektedir. Uygur mutfağında çok sayıda farklı samsa tarifleri mevcuttur.

Mayalı hamurla hazırlanıp kızartılan pişilerde hamur çeşitleri arasında gösterilebilir.

5.5. Pilav Çeşitleri

Uygur mutfak kültüründe başta Türkistan pilavı olmak üzere birçok çeşit pilav pişirme usulü vardır. Onlar bizdeki gibi pilavı sade şekliyle tüketmezler. İçerik olarak zengin bol malzemeli gösterişli pilavlar sofraları süslemektedir.

Türkistan Pilavı (Etlı, Havuçlu Pilav, Polo-Aş)

Doğu Türkistan Mutfak Kültüründe pilavın yeri oldukça geniştir. Düğünlerde, cenazelerde, bayramlarda ve özel misafirlik günlerinde sofrada başköşe pilava aittir. Ülkemizde Özbek Pilavı, Buhara Pilavı ve Türkistan Pilavı olarak da bilinen bu lezzet; Özbekistan'da Özbek Pilavı, Türkmenistan'da Türkmen Pilavı, Afganistan'da Afgan Pilavı veya Kabil Pilavı, Doğu Türkistan'da da Uygur Pilavı olarak adlandırılmaktadır. Bu durumdan anlaşılacağı üzere oldukça geniş bir coğrafyada yaygın olarak ve çeşitli farklılıklarla yapılan bu muazzam lezzete, tüm bu çeşitleri bütünü kapsaması ve yapıldığı coğrafyayı işaret etmesi nedeniyle Türkistan Pilavı demek daha doğru olacaktır (Mide Mühendisi, 2019). Polo ana malzeme olarak bol et ve havuçtan yapılan bir pilav çeşididir. Et, havuç pirinç ve üzüm birleşerek eşsiz bir lezzet ortaya çıkarır. Polonun üzerine bazen ayva dilimlenir bazen de "Aş" dedikleri usulle pişirip içerisine iri mantılar eklenerek demlendirme yöntemiyle hazırlanır. Mantılı aş, pilav çeşitler arasında yer alsada hamur türleri arasında göstermek te mümkündür.

Şekil 14. Mantılı Aş (Polo)



Kaynak: Göktürk, 2005.

Uygur mutfağında Türkistan pilavı dışında birçok çeşit pilav pişirme usulü vardır. Pilavı sade bir şekilde pişirmeyen Uygur Türkleri pilavları mercimek, havuç, tavuk ve çeşitli sebzelerle süsleyip içerik olarak zengin bol malzemeli, gösterişli pilavlar hazırlarlar.

5.6. Etlı Yemekler

Uygur yemeklerinin ana malzemesi ettir. Hemen hemen tüm yemeklerde et kullanılmaktadır. Ekmekler, çorbalar, hamurlu yemekler ve pilav çeşitlerinin olmazsa olmaz malzemesidir. Bu yemekler dışında Uygur mutfağında et; kebab, haşlama, kelle paça, mumbar vs. şekillerde de hazırlanmaktadır. Doğumda, düğünlerde, cenazelerde, bayramlarda ve özel

şölenlerde aileler bütçelerine göre hayvan kesip gösterişli yemekler hazırlar. Müslüman bir toplum olan Uygur Türkleri helal olmayan etleri tüketmezler. Türk mutfağında türlerine göre değişen et yemekleri her zaman ana yemek niteliğindedir. Koyun, kuzu, dana gibi kırmızı etten yapılan çevirme, tandır kebabları, ızgaralar, şiş, kuyu kebabı, köfteler, döner, buğulama ve haşlama, yahni vb. yemekler; balık, tavuk gibi beyaz etten yapılanlar; hindi, kaz ve benzeri kümes hayvanları ile av etlerinden yapılan yemekler şeklindedir (Ersoy, 2020). Sık sık adalarda bulunur kurbanlarını düzenli olarak keserler. Tüketim olarak genelde küçükbaş hayvanın eti tercih edilmektedir. Et türleri arasında tavuk ve balık eti de Uygur mutfağında sıklıkla tüketilmektedir.

Kebablar

Büyük topluluklara hazırlanan yemeklerin ana malzemesi etten oluşur. Bu sebepten Uygur mutfağında yer alan yemekler zahmetli ve maliyetlidir. Uygur mutfağında yer alan kebab çeşitleri genelde küçükbaş hayvanın etinden yapılır. Uygur yemeklerinin en ünlüsü, kuşkusuz kuzu kebablarıdır. Uygur kebablarının çeşitleri oldukça fazladır. Örneğin şiş kebab, en popüler yemek çeşididir. Kuzu çevirme ise, ancak lüks lokantalarda değerli misafirler için kurulan ziyafet sofralarında görülebilir (China Radio International, 2013).

Şekil 15. Zih (Şiş) Kebab



Kaynak: https://twitter.com/magfire_emin/status/1102531123773665282

Şekil 16. Bütün Kuzu Kebabı



Kaynak: <https://www.nanmuxuan.com/zh-tw/food/bOwpmefiOZ.html>

Kordak (Etli Yahni)

Toplu merasimlerde yapılan “kordak” yani etli yahni sebze bol etli bir yemek çeşididir. Genelde düğün, cenaze gibi kalabalık sofraların yemeğidir. “Kordak” kelime anlamı olarak “kavurma” demektir, kırmızı etle yapıldığı gibi tavukla da yapılır.

Toxu Kordak (Acılı Tavuk Kavurması)

Tavuk kavurması, sebzeler ve kemikli tavuk etinin özel acılı tavuk kavurması baharatı ile birleşmesi sonucu yapılan bir yemek türüdür.

Uygur mutfağında pilavın, mantı çeşitlerinin, nanın yanına yapılan etli sebze kavurmaları da meşhurdur. “Çöp” kelimesi etli sebze soteler için kullanılır bizdeki anlamında bir kullanımı yoktur.

5.7. Salatalar

Uygur sofralarını süsleyen bir diğer çeşitte salatalardır. Uygurlar sebze çiğ tüketmediği için salata ve meze türleri de bize oranla farklıdır. Salatalarda yer alan sebzeler öldürülmeden ocaktan geçirilir. Oldukça renkli ve bol malzemeli salatalar göz doyurucudur. Çiğ salatanın tüketimi Uygur mutfağına son yıllarda girmiştir. Hamur salatası(lengpun), patates salatası, patlıcan salatası gibi salata çeşitleri sıkça tüketilmektedir.

Lengpun (Hamur Salatası)

Lengpun yani hamur salatası Uygur sofralarının vazgeçilmezidir. Nişasta pişirilir ve kesme hamur şekli verilir isteğe göre üzerine salatalık, haşlanmış nohut veya bezelye eklenerek çeşitlendirilir. Sos olarak acı sarımsaklı sos ve Uygur sirkesi eklenir. Uygur sirkesi genelde tüm salatalara eklenen bir sostur keskin bir kokusu ve tadı vardır.

Şekil 17. Hamur Salatası



Kaynak:<http://web2.bilkent.edu.tr/bilkentpost/2017/03/21/dogu-turkistandan-essiz-lezzetler-uygur-restaurant/>

5.8. Tatlılar

Doğu Türkistan’da yetişen meyvelerin şeker oranı fazla olduğu için sofralarda tatlı yerini çeşitli mevsim meyveleri tutmaktadır. Bizdeki gibi şerbetli tatlılar Uygur mutfağında yer almaz. Genelde özellikle bayram sofralarında yer alan hamur kızartmaları üzerine şeker serpilerek tatlı olarak tüketilir. Sanza, şapılak sanza, sambuza, kumulaç şekillendirilmiş hamur kızartması tatlılarıdır. Kabak tatlısı, kurabiye çeşitleri ve nişala tatlısı Uygur

mutfağında yer alan diğer tatlı çeşitleridir. Uygur mutfağına tatlı ve kurabiye çeşitleri son elli yılda girmiştir.

Sanza

Sanza bayram sofralarının simgesi konumundadır. Hazırlanan özel hamur elle inceltilerek uzatılır, çubuklara sarılıp özel şekli verilerek kızgın yağda kızartılır. Üst üste düzülüp görüntüsü sağlanır. Kraker kıvamlı bir atıştırmalık türüdür. Bayram sofralarını sanzaya benzer birçok hamur kızartma çeşitleri süslemektedir.

Şekil 18. Sanza



Kaynak: <https://twitter.com/tejellitejem/status/1262365919831101440?lang=gu>

Kabak Tatlısı

Her derde deva kabak birçok mutfak kültüründe tatlı olarak tüketildiği gibi Uygur mutfağında da yer almaktadır. Bütün halde olan kabağın altı kapak şeklinde oyulur ve içindeki çekirdekler boşaltılır. İçerisine nöbet şekeri ve ceviz koyularak hamurla sarılır ve tandırda köze gömülerek üç dört saat pişirilir. Pişen kabak üzerine kaymak konularak servis edilir.

5.9. Baharatlar ve Soslar

Uygur yemeklerine eşsiz lezzeti veren soslar ve baharatlar ayrı bir başlıkta incelenmelidir. Birçok mutfakta yer alan baharat çeşitleri Uygur mutfağının da vazgeçilmezidir. Geleneksel tıbbın geliştiği Doğu Türkistan coğrafyası sağlık konusunda oldukça duyarlı ve bünyelerine olabildiğince doğal ürünler almak konusunda hassaslardır. Yemeklerin vazgeçilmezi zerdeçal, zencefil, biber çeşitleri kekik vb. baharatlar Uygur yemeklerinde sıklıkla kullanılmaktadır. Yemeklere lezzet veren bir diğer hususta meşhur acılı sos ve Uygur sirkesidir. Uygurlar yemeklerini acılı soslarla ve sirkeyle tatlandırmayı çok severler. Hemen hemen her yemeklerinin üzerine evlerinde her zaman hazırlayıp sakladıkları "laaza" adını verdikleri sosu dökerek tüketirler. Özellikle Mantunun (Buhar mantısı) olmazsa olmaz sosudur "laaza" (Saka, 2009).

Şekil 19. Baharatlar



Kaynak: <https://www.doguturkistan.org/?p=14246>

5.10. Meyve ve Sebzeler

Çeşitli iklim koşulları ve verimli topraklara sahip olan Doğu Türkistan coğrafyasında tarımsal faaliyetler oldukça zengindir. Bu verimli topraklarda yetişen çok sayıdaki sebze ve meyve çeşitleri dünya piyasasında önemli bir yer tutmaktadır. Tarım konusunu Uygur mutfağı açısından ele alacak olursak, çeşit olarak zengin bu tarım ürünleri Uygur mutfağına renk ve lezzet katmaktadır. Köklü tarihin mutfak kültürüne de yansıdığını görüyoruz. Turfan bölgesi dünyanın en önemli tarım havzalarından biridir. Yerin altındaki su kanalları insanoğlunun tabiata karşı verdiği hayat mücadelesinin kanıtıdır âdeti. Tanrı Dağlarından gelen sular sıcak ve çorak alanların altından kanallarla taşınmış ve vadiye hayat vermiştir (Şahin, 2022). Verimli ve tarıma elverişli zengin olan bu coğrafyada yetişen eşsiz meyveler tatlılıkları konusunda ün salmış sofralarda tatlı yerini almıştır. Elma (alma), kayısı (örük), kavun (koğun), nar (anar), üzüm ve şeftali (şaptul) meyve çeşitlerinden yalnızca birkaçıdır. Bu bereketli topraklarda yapılan tarımın etkisiyle çeşitli sebze, meyve ve tarım ürünleri Uygur mutfağına girmiş, adının “meyvenin tatlı ve bol olduğu yer” olarak anılmasını sağlamıştır. Aksu'nun pirinci, Kurla'nın Neşpüt Armudu, Gulcan'ın elması, Kâşgar'ın üzümü, Turfan'da ise yetişen bütün meyveler meşhurdur (Şahin, 2022). Yemeklerde sıklıkla tercih edilen sebzeler arasında ise domates (pämidor, tamat), soğan (piyaz), sarımsak (samsak), beyaz marul (yesüle, bessey) ve turp (çamğur) kullanılmaktadır.

Sonuç

Göçebe bir toplum olarak atfedilen Türkler aslında bunun tam tersine asırlardır varlığını sürdürmüş, büyük devletler kurmayı başardığı gibi büyük uygarlıklar da geliştirmiştir. Dünya sahasında köklü bir yer tutan Türk milleti kendine has yaşam tarzıyla asırlardır süre gelen bir kültür şeklini inşa etmiştir. Özellikle Uygur Türklerinin uygarlık açısından elde ettiği başarıları ve katkıları sadece Türk dünyası için değil dünya çapında da oldukça büyük bir önem arz eder. Bu sebepten Türk milleti ve kültürü denilince akla gelen coğrafyalardan biri de Doğu Türkistan yani Uygur Türklerinin yaşadığı coğrafyadır. Uygur Türkleri Türklük bendini şekillendiren, zenginleştiren bir yaşayışa ve kültüre sahiptir. Nüfusunun büyük çoğunluğu Müslüman bir millet olan Uygurlar yaşamlarını ve kültürlerini inanışları çerçevesinde şekillendirmişlerdir. “Uygur /Doğu Türkistan Türklerinde Mutfak Kültürü” konusu ele alınırken durulan etkenlerin başında bu milletin inanış şekli yer almaktadır. Uygurlar inanç biçimlerine uygun bir şekilde oluşturmuş oldukları zengin bir mutfak geleneğine sahiplerdir. Onlar, beslenmenin ahlakına inanırlar. Uygur mutfağı gösterişli göz doyurucu sofralara sahiptir. Sofra düzenine ve sofraya adabına önem veren Uygur

Türkleri, sofraya ve mutfak kavramına derin bir anlam yüklemişlerdir. Sofra ev halkı için hazırlanmış olsa bile alelade hazırlanmaz özenli gösterişli bir sofraya etrafında toplanılır. Sofraya ilk Uygur mutfağında eşsiz bir yeri olan “nan” (ekmek) getirilir. Uygur mutfağına ait onlarca çeşit nan bulunmaktadır. Tokaç nan, yağlık tokaç, girde, göş girde, göş nan(etli ekmek), hor nan(buhar ekmeği) Uygur mutfağında yer alan ekmek çeşitlerinden bir kaçıdır. Nanların genel özelliği tandırda pişiyor olmasıdır. Hazırlanan ekmekler “tokaç”- “çeküç” denen mutfak aparatıyla üzerleri süslenir ve tandırda pişirilir. Ömrü uzun, kolay bayatlamayan ve saklaması kolay olan bu ekmekler doğu Türkistan mutfağında tek başına bir yemek konumundadır. Doğu Türkistanlılar yemekten önce ekmek ve çay tüketir. Bu her ne kadar gelenekselleşmiş bir davranış şekli olsa da altında sağlık görüşleri yatmaktadır. Çay, Uygur kültüründe yemekten önce, yemek arasında ve yemekten sonra da tüketilmektedir. Onlarca çeşidi olan çay seçimi yemeklerin mizacına göre olur. Ağır yemeklerin ve hafif yemeklerin yanında aynı çaylar tüketilmez. Çaylar “navat” denen şekerle tüketilir. Sofra nan çeşitleri, mevsim meyveleri ve kuru yemişlerle süslenilir.

Uygur Türkleri için sofraya düzeni ve sofrada bulunma adabı oldukça önemlidir. Evin büyüğü sofrada “tör” diye ifade edilen başköşeye oturur daha sonra yaşlara göre sofraya yerleşilir. Sofraya “doskan”, oturlan minderlere ise “körpe” denir. Yemeğe başlamadan önce eller evin küçüğü tarafından getirilen "Aptuva"(ibrik -su kabı) ile "Çılapça"(leğen) da yıkanılır ve " Longa" denilen havlu ile kurutulur. Yemeğe büyükler başlamadan el uzatılmaz. Sofra misafir için hazırlanmışsa, sofraya ilk misafir buyur edilir yemekler daha özenli ve gösterişli hazırlanır. Yemek dua ile başlar ve yine dua ile bitirilir. Uygur Türklerindeki sofraya adabı günümüzde dahi Yusuf Has Hacib'in “Kutadgu Bilig” adlı eserinde açıkça izah ettiği gibi kadim Türk sofraya adabını yaşatmaktadır.

Uygur mutfağında her yemeğin kendine has bir şekli ve pişirilme usulü vardır. Yemekler kendilerine özel kaplarda pişirilir. Mutfakta kullanılan kap kaçaklar belli farklılıklar içermektedir. Çorbalar dışında birçok yemek için kaşık yerine “çoka” denen çubuklar kullanılır. Uygur mutfağında ana yemek denince akla ilk Türkistan pilavı gelir. Havuçlu etli pilav “polo- aş” kalabalık sofraların ana yemeğidir. Uygur mutfağında hemen hemen hiçbir yemek etsiz pişmez, et mutfağın temel malzemesidir. Kebap çeşitleri ve haşlama etler Uygur mutfağının baş temsilcileridir. Bunlar dışında Uygur mutfak kültürünü etli hamurlu yemek çeşitleri şekillendirir. Bizdekine göre ebat olarak iri olan mantı çeşitleri buhar tenceresi olarak bilinen mantı kazanlarında buharda pişirilir. Hamur yemekleri açısından zengin olan Uygur mutfağında birbirinden farklı mantı türleri yer almaktadır. Akla gelen bir diğer hamur yemeği ise leğman ev makarnasıdır. Özel hamur elle açılıp makarna şeklinde inceltir, suda haşlanan makarna üzerine konulan etli sebze soteyle servis edilir. Uygur mutfağında yer alan çorba çeşitleri de içerik olarak zengin iri kıyım malzemelerle hazırlanmaktadır. Çorbaların ana malzemesi et ve erişte görünümlü kesme hamurdur. Mevsimine uygun sebzelerle çorbalar çeşitlendirilmektedir. Çorba, Uygur mutfak kültüründe günün ilk öğünü olarak tüketilir. Yani Uygurlar bizdeki gibi kahvaltı çeşitleriyle değil de belli başlı yemek çeşitleriyle günün ilk öğünü gerçekleştirir. Yemeklerin mizacı olduğuna inanan Uygur toplumu, kahvaltılarda hazır gıdaların soğuk mizaçlı olduğuna inandığından günün ilk öğünü doyurucu çorbalarla ve yemek çeşitleriyle karşılarlar. Özellikle peynir çeşitleri bu coğrafyada üretilmez ve tüketilmez. Çorbaların geneline “suyuk aş- şulu aş” denir. Uygur Mutfağında çorba çeşitleri arasında çöçüre, ügre, yomdan ve umaç çorbasını göstermek mümkündür. Uygur mutfağında sebzeler daha çok yemeklerle birlikte pişirilerek kullanılır. Bu coğrafyada yetişen meyveler bol çeşitliliği ve tatlılıkları konusunda ün saldığından sofralarda tatlı yerine tüketilmektedir.

İnsan yaşamını aşamalar halinde şekillendiren geçiş dönemi ritüelleri ve dini ritüeller kültürel kodların vermiş olduğu etkenler çerçevesinde gerçekleşir. Doğum, sünnet düğünü, evlilik ve ölümle yaşamın son bulması hayatımızın en temel parçalarını oluşturan süreçlerdir.

Birçok toplumda olduğu gibi Uygur Türkleri de kültürel bağlarını daha da kuvvetlendirmek için bu özel günlerde belli başlı kültürel etkinlikler gerçekleştirmektedir. Bu özel günlerde hazırlanan gösterişli sofralarda Uygur mutfağında yer alan ana yemekler yer almaktadır. Kalabalık sofraların yemeği olarak bilinen Kordak, Türkistan pilavı, et yemekleri, kebab çeşitleri düğün cenaze ve dini bayram sofralarının vazgeçilmez yemekleridir. Günümüzde Çin zulmüne maruz kalan bu Müslüman Türk coğrafyasında her ne kadar kültürel kodlar yok edilmeye çalışılsa da tüm baskılara rağmen göç eden Uygur Türkleri gittiği coğrafyalarda bu kültür kodlarını hayatta tutma mücadelesi vermektedir.

Kaynakça

- Abudukelimi, B. (2006). *Uygur Türklerinin dinî inanışları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.
- Bingöl, R. (2017). 6000-yıllık tarih: Uygur mutfağı. <https://www.aksam.com.tr/pazar/6000-yillik-tarih-uygur-mutfagi/haber597570> (Erişim Tarihi: 02.07.2024).
- Bulut, M. (2017). Geçiş ritüellerinden doğum: sağaltım yolları. *Journal of Turkish Studies*, 12(21), 21-132.
- Ersoy, Y. (2020). Türk mutfak kültürü. *Türk Tarihi ve Kültür Araştırmaları*. https://www.altayli.net/turk-mutfak-kulturu.html#_edn15 (Erişim Tarihi: 12.11.2024).
- Göktürk, N. (2005). *Geleneksel Doğu Türkistan Uygur mutfak kültürü*. Mart Matbaacılık.
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: Doğu Türkistan Uygur mutfağında çaylar. <https://www.youtube.com/watch?v=MWeNMxxyK4w&t=139s> (Erişim Tarihi: 22.02.2024).
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: Doğu Türkistan Uygur mutfağında muhteşem “Cermen”. <https://www.youtube.com/watch?v=TJGJhcDglRE> (Erişim Tarihi: 05.08.2024).
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: Doğu Türkistan Uygur mutfağında buhar katmeri (Yutağza). <https://www.youtube.com/watch?v=LT1Fv5BrKY8> (Erişim Tarihi: 16.08.2024).
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: şifa deposu yonca mantısı “Kök Çoççüre”. <https://www.youtube.com/watch?v=fT-YhfXH8OI> (Erişim Tarihi: 15.09.2024).
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: şifalı sütlü çay. https://www.youtube.com/watch?v=ufqsjy_s7to&t=3s (Erişim Tarihi: 01.02.2024).
- Göktürk, N. (2022). Doğu Türkistan Uygur mutfağı: yomdan (çağla ile mısır unu çorbası). <https://www.youtube.com/watch?v=3cBqknkGdZ8> (Erişim Tarihi: 05.08.2024).
- Gönel Sönmez, T. (2016). Geleneksel bayramların halk hayatındaki rolü. *Uluslararası Uygur Araştırmaları Dergisi* 2016(7), 143-147.
- Has Hacib, Y. (2000). *Kutadgu Bilig*. Romanlaştıran: Yarmuhammet Tahir Tuğluk. Xinjiang Üniversitesi Yayınları.
- İlban, M, vd. (2021). Türkistan’dan günümüze Türk mutfak kültürünün gelişimi: geleneksel Türk mutfağının günümüz yeme-içme alışkanlıklarındaki yeri. *Türk Dünyası Araştırmaları*. 127(251), 269-288.
- Kasım, M. (2020). Türkistan’daki Türk medeniyetinin yükselmesi ve düşüşü üzerine. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, (48), 132-152.
- Kaşgarlı, S. M. (2022). Uygur Türklerinde düğün koşakları. <http://www.gokbayrak.com/dergi-sayfalari/714> Gökbayrak (Erişim Tarihi: 03.04.2024).
- Kocasavaş, Y. (2016). Eski Türklerde yas ve ölü gömme âdetleri. *Türkler*, (3), 67-75.
- Öger, A. (2012). Uygur Türklerinin doğum âdetleri. *Turkish Studies-International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 7(1), 1679-1694.

- Öger, A. ve İnayet, A. (2013). Uygur Türklerinde Ölüm ile İlgili İnanış ve Adetler. *Uluslararası Uygur Araştırmaları Dergisi*, 1(2) 2013, 49-64.
- Özdemir, A. (2024). Kahvaltı nedir? https://www.academia.edu/51516499/Kahvalt%C4%B1_Nedir (Erişim Tarihi: 05.11.2024).
- Saka, E. (2009). *Uygur Mutfak kültürü ve yemekleri*. Eser Saka Yayınevi.
- Şahin, A. (2022). Uygur Mutfağı. <https://m.turkiyegazetesi.com.tr/yazarlar/adnan-sahin/627021.aspx> (Erişim Tarihi: 15.09.2024).
- Tanay, Y. (2018). Uygurların gelenek ve görenekleri. <https://www.tahtapod.com/tarih/uygurlarin-gelenek-ve-goerenekleri> (Erişim Tarihi: 05.09.2024).
- Turan, A. (1982). Uygur Türklerinde yeme usulü ve yemek araçları. *Erciyes Dergisi*, (48), 1-15.
- Mide Mühendisi. (2019). Türkistan pilavı nedir? <https://midemuhendisi.blog/turkistan-pilavi-nedir/> (Erişim Tarihi: 08.09.2024).
- China Radio International. (2013). Uygurların düğün gelenekleri. <https://turkish.cri.cn/794/2013/07/01/1s149795.htm> (Erişim Tarihi: 17.09.2024).
- Kahvaltı saati. (2017). Kahvaltının Tarihi Geçmişi. <https://www.kahvaltisaati.com/kahvaltının-tarihi-gecmisi>. (Erişim Tarihi: 24.10.2024).
- Kayseri Haber. (2017). Orta Asya ekmeği nan'a ilgi. <https://www.kayserihaber.com.tr/haber/orta-asya-ekmegi-nana-ilgi-29885.html> (Erişim Tarihi: 08.09.2024).

Extended Summary

The culinary culture of the Uygur Turks, rooted in East Turkistan, is a profound reflection of their historical journey, geographical identity, and societal values. For centuries, the Uygurs have maintained and enriched their cuisine, blending indigenous traditions. Central to their culinary heritage is the integration of food into every aspect of life, from daily meals to significant life events and religious practices.

Uygur cuisine is distinguished by its emphasis on communal dining and elaborate preparations. Bread, or "Nan," holds a revered place as a staple and symbol of sustenance. Various types, such as Tokaç Nan and Girde Nan, are prepared using traditional tandirs, with intricate patterns etched onto their surfaces as a testament to the Uygurs' aesthetic sensibility. Meals often begin with tea and bread, reflecting the belief that this pairing aids digestion and prepares the stomach for more substantial fare. Breakfasts are hearty, consisting of soups like Suykaş Ugre, Umaç, Çöçüre etc, which are rich with meat, vegetables, and hand-rolled dough pieces. Besides that, various types of Nans, teas, dry fruits also common in breakfast together with mantas that prepared by steamed. Unlike lighter breakfasts common in other cultures, Uygur morning meals prioritize nutrition and energy.

Their culinary repertoire extends to dishes like Leğman, a handmade noodle served with spiced meat and vegetables, and various forms of dumplings, including Buhar Mantısı, steamed to perfection in special tiered cookers. These dishes embody the Uygurs' expertise in combining dough and meat, showcasing their creativity and resourcefulness.

Food is deeply woven into the fabric of Uygur societal rituals and life stages. Birth ceremonies, for example, feature specific dishes such as Polo, a fragrant pilaf symbolizing prosperity. Cradle ceremonies, known as Beşik Toyı, include offerings of bread and other symbolic items to bless and protect the newborn. Weddings, rich with cultural rituals, are celebrated with lavish feasts featuring kebabs, pilaf, and traditional breads, representing abundance and communal joy. Similarly, funerals are marked by special meals like the "Yette Nezir," prepared to honor the deceased and provide comfort to grieving families. These gatherings underscore the Uygur belief in the power of food to unite and console.

Religious practices further highlight the significance of food in Uygur culture. Ramadan, for instance, transforms everyday meals into spiritual acts of devotion. Sahur and iftar meals feature traditional dishes such as soups, pilaf, and Etken Çay, a milk tea known for its nourishing properties. Kurban Bayramı feasts involve sacrificial offerings, with large portions of lamb served to guests, symbolizing generosity and faith. Festivals bring their own unique culinary highlights, such as Sanza, a deep-fried sweet prepared during celebratory occasions, emphasizing the role of food in marking special days.

The Uygurs' respect for health and sustainability is evident in their preference for fresh, seasonal ingredients and minimal use of processed foods. Vegetables are typically cooked rather than consumed raw,

reflecting traditional dietary principles aimed at aiding digestion. Steaming is a common cooking method, preserving the nutritional value of dishes while enhancing their flavors. Meals often balance proteins, grains, and vegetables, with lamb and beef serving as primary sources of meat. Dairy products, though less prominent, are consumed in forms like yogurt and butter, complementing their overall diet.

Beyond its nutritional and aesthetic aspects, Uygur cuisine serves as a vessel for cultural transmission and identity. The rituals, recipes, and practices passed down through generations reflect the Uygurs' resilience and adaptability amidst historical and political challenges. Culinary traditions function as a living archive of their history, connecting them to their ancestral roots while adapting to modern realities.

The culinary heritage of the Uygur Turks is more than a collection of recipes—it is a dynamic, evolving expression of their culture, faith, and identity. By embedding food into their daily lives, celebrations, and rituals, the Uygurs demonstrate the profound significance of cuisine as a unifying and enduring element of the human experience. Their rich gastronomic traditions, steeped in history and creativity, continue to thrive, offering a vivid testament to the enduring power of cultural preservation through food.

